

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Pembelajaran

Pada bab ini akan dibahas berbagai teori variabel dalam penelitian ini tentang pengaruh pembelajaran jarak jauh terhadap kecerdasan emosional, yang meliputi pengertian pembelajaran, pengertian pembelajaran jarak jauh, tujuan pembelajaran, faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan dalam pembelajaran jarak jauh, pengertian kecerdasan emosional, aspek kecerdasan emosional, ciri-ciri kecerdasan emosional, dan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional.

1. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran dan belajar adalah dua kegiatan yang tidak dapat dipisahkan dalam pendidikan. Tetapi keduanya memiliki perbedaan yang sangat signifikan. Belajar diartikan sebagai proses perubahan perilaku secara sadar yang didapatkan dari interaksi individu secara terus menerus, fungsional, positif, aktif, dan terarah dengan lingkungannya. Sedangkan pembelajaran lebih dimaknai sebagai proses terjadinya interaksi antara peserta didik dengan pendidik dengan bahan materi pelajaran, strategi pembelajaran, metode penyampaian, dan sumber belajar dalam suatu lingkungan belajar.

Istilah pembelajaran berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Bab pertama, adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Jadi interaksi peserta didik dengan guru atau sumber belajar yang lain dalam lingkungan belajar disebut pembelajaran.

Sejalan dengan pendapat Sagala (2010, hlm 61) bahwa pembelajaran adalah memberikan pelajaran kepada peserta didik dengan menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar, yang merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan. Pembelajaran merupakan komunikasi dua arah. Mengajar dilakukan oleh guru sebagai pendidik dan belajar dilakukan oleh peserta didik.

Selanjutnya, menurut Lefranscois dalam Yamin (2013, hlm. 15) bahwa pembelajaran adalah persiapan kejadian-kejadian eksternal dalam suatu situasi

belajar dalam rangka memudahkan proses belajar mengajar, seperti menyimpan (kekuatan mengingat informasi), atau mentransfer pengetahuan dan keterampilan.

Dijelaskan oleh Trianto dalam Pane & Dasopang (2017, hlm 338) tentang arti pembelajaran. Dia menyatakan bahwa pembelajaran adalah aspek kegiatan yang kompleks dan tidak dapat dijelaskan sepenuhnya. Secara sederhana, pembelajaran dapat diartikan sebagai produk interaksi berkelanjutan antara pengembangan dan pengalaman hidup. Pada hakikatnya, pembelajaran dalam makna kompleks adalah usaha sadar dari diri seorang guru untuk memberikan pelajaran peserta didik (mengarahkan interaksi peserta didik dengan sumber belajar lain) untuk mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri.

Ada beberapa faktor penting yang perlu diperhatikan selama implementasi pendidikan jarak jauh agar dapat berjalan dengan baik yaitu perhatian (konsentrasi) dan kepercayaan diri peserta didik dengan guru. Kreativitas, pemahaman, pengalaman, dan pelaksanaan guru dalam proses pembelajaran dalam menjalin komunikasi interaksi dengan peserta didik Prawiyogi (2020, hlm. 231).

Selanjutnya menurut Hamalik dalam Fakhurrazi (2018, hlm. 86) menyatakan bahwa pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi (guru dan peserta didik), material (buku, papan tulis, dan alat belajar), fasilitas (ruang kelas), dan proses yang saling mempengaruhi tercapainya tujuan pembelajaran.

Dengan demikian, berdasarkan beberapa teori di atas maka pembelajaran lebih mengarah kepada proses mengatur, mengorganisasikan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar. Selain itu, pembelajaran dapat dikatakan sebagai proses memberikan bimbingan dan bantuan kepada peserta didik dalam melakukan proses belajar. Sederhananya, dapat dikatakan bahwa pembelajaran merupakan proses dalam pendidikan.

2. Pengertian Pembelajaran Jarak Jauh

Pembelajaran jarak jauh (*distance learning/distance education*) dimaknai sebagai metode pembelajaran yang diselenggarakan secara terpisah antara guru dengan peserta didik secara fisik. Michael G. Moore (1993, hlm. 22) mengatakan sebagai berikut: *separation between the teacher and student can lead to communication gap, a psychological space of potential misunderstanding between the*

behaviors of instructors and those the learners. Artinya: “keterpisahan jarak antara peserta didik dengan guru dalam pembelajaran jarak jauh tidak hanya dipandang dari segi jarak fisik dan geografis saja, tetapi harus dilihat sebagai jarak komunikasi dan psikologis yang disebabkan karena keterpisahan peserta didik dengan guru”.

Keterpisahan tersebut merupakan jarak transaksi yang terjadi dalam proses pembelajaran, sehingga diperlukan formula untuk menjembatani batas transaksi dalam pembelajaran tersebut, karena jarak transaksi mengakibatkan perbedaan persepsi mengenai konsep yang disampaikan. Sama seperti Dogmen dalam Aristorahadi (2008, hlm. 16) ciri-ciri pembelajaran jarak jauh adalah adanya organisasi yang mengatur cara belajar mandiri, materi pembelajaran yang disampaikan melalui media dan tidak ada tatap muka langsung antara guru dengan peserta didik, dengan menekankan cara belajar mandiri.

Pembelajaran jarak jauh memanfaatkan media elektronik sebagai alat untuk membantu kegiatan pembelajaran. Saat ini, pembelajaran jarak jauh telah menjadi salah satu alternatif untuk menyelesaikan berbagai permasalahan pendidikan, terutama karena fasilitas yang mendukung seperti internet, gawai, komputer, laptop, telepon, dan perangkat keras dan lunak lainnya yang tersedia. Karena adanya berbagai media elektronik untuk pembelajaran yang semakin populer maka pembelajaran dapat menyampaikan konten secara digital.

Selanjutnya, menurut Peter dalam Aristorahadi (2018, hlm. 17) mengatakan bahwa dalam pembelajaran jarak jauh mempunyai batasan sebagai metode penyampaian ilmu, keterampilan, dan sikap yang didasari oleh cara mengelolanya. Sistem pendidikan jarak jauh dikembangkan dan dikelola dengan mengadakan pembagian tugas yang jelas, antara mengembangkan, memproduksi, mendistribusikan materi pembelajaran dan juga mengelola kegiatan pembelajaran.

Pada awalnya pembelajaran jarak jauh dianggap sebagai jenis pendidikan alternatif yang berbeda dengan pendidikan konvensional di mana mengharuskan kehadiran antara peserta didik dengan guru dalam proses pembelajaran. Tetapi, seiring perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat maka pembelajaran jarak jauh diselenggarakan secara *online* melalui internet. Pembelajaran jarak jauh mendapatkan apresiasi yang tinggi dari masyarakat bahkan

ada yang menganggapnya lebih bergengsi dibanding dengan pendidikan konvensional yang kurang memanfaatkan kemajuan teknologi.

3. Tujuan Pembelajaran

Faktor yang penting dalam proses pembelajaran adalah tercapainya tujuan pembelajaran itu sendiri. Oleh karena itu, seorang guru harus memiliki pedoman dan sasaran yang ingin dicapai dalam kegiatan mengajar. Tujuan pembelajaran merupakan komponen yang sangat mempengaruhi komponen-komponen pengajaran lainnya seperti bahan pengajaran, kegiatan belajar mengajar, pemilihan metode, alat, sumber, dan alat evaluasi.

Tujuan pembelajaran menurut Prastowo (2018, hlm. 186) adalah penguasaan kompetensi yang bersifat operasional, ditargetkan atau dicapai oleh peserta didik dalam RPP (rencana pelaksanaan pembelajaran). Tujuan pembelajaran dibagi tiga kategori yaitu: *kognitif* (kemampuan intelektual), *afektif* (perkembangan moral), dan *psikomotor* (keterampilan). Adapun menurut Percival & Ellington (dalam Prastowo, 2017, hlm. 186) berpandangan bahwa tujuan pembelajaran adalah suatu pernyataan yang jelas dengan menunjukkan penampilan atau keterampilan peserta didik tertentu yang diharapkan dapat dicapai sebagai hasil belajar.

Sementara itu, pendapat Mager dalam Prastowo (2017, hlm. 186) mendefinisikan tujuan pembelajaran adalah perilaku yang akan dicapai atau yang dapat dikerjakan oleh peserta didik pada kondisi dan tingkat kompetensi tertentu. Dalam setiap kegiatan pembelajaran pasti mempunyai tujuan yang hendak dicapai, atau sebagai gambaran tentang hasil akhir suatu pembelajaran. Tujuan pembelajaran jarak jauh adalah memudahkan komunikasi penyampaian materi ajar dalam bidang pendidikan yang dilakukan dari jarak jauh.

Tujuan pembelajaran jarak jauh umumnya diperuntukan untuk metode ajar yang tidak tatap muka. Pada tahap ini, guru akan menentukan tujuan pembelajaran jarak jauh menjadi acuan untuk menentukan jenis materi pembelajaran, strategi pembelajaran, metode pembelajaran, dan media pembelajaran yang akan digunakan dalam proses pembelajaran (Tysara, 2021).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa tujuan pembelajaran adalah suatu perubahan perilaku yang hendak dicapai oleh peserta didik setelah

melewati kegiatan pembelajaran tertentu. Kunci dari tujuan pendidikan yaitu terletak pada kualitas pembelajaran yang dihasilkan dari proses belajar yang secara mutlak dibuat dari kualitas pembelajaran tersebut.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan dalam Pembelajaran

Jarak Jauh

Faktor yang mempengaruhi peserta didik dalam pembelajaran jarak jauh dengan konteks tertentu dapat digunakan sebagai masukan untuk desain lingkungan belajar yang tepat. Berikut terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan peserta didik dalam pembelajaran jarak jauh (PJJ) menurut Indarti (2021, hlm 228) , diantaranya:

- a. Pengajaran Jarak Jauh yang Baik (*good teaching*). Untuk mengukur skala pengajaran yang baik kepada guru dengan memberikan umpan balik, memotivasi peserta didik, membuat upaya nyata untuk memahami kesulitan belajar peserta didik, mampu menjelaskan materi yang disampaikan, dan berupaya untuk membuat pelajaran menarik. Keahlian mengajar merupakan faktor yang berpengaruh dalam kepuasan peserta didik di sekolah.
- b. Sumber Belajar *Online*. Sumber belajar online dapat dikatakan sebagai *good e-resource* yaitu mengukur tentang sejauh mana materi dan aktivitas *online* dalam membantu pembelajaran. *E-resource* memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengakses, mengevaluasi, dan mengatur informasi yang ada. Sumber daya elektronik memberikan kesuksesan penggunaan media elektronik dalam lingkungan pembelajaran jarak jauh.
- c. Penilaian. Penilaian dapat berupa konten pembelajaran jarak jauh yang mengacu pada program pembelajaran, desain pembelajaran *online*, ruang lingkup, dan evaluasi. Konten *e-learning* yang dirancang dengan baik dapat memfasilitasi pembelajaran dan meningkatkan motivasi dalam pemahaman dan penguasaan peserta didik yang membuat penilaian menjadi baik. Penggunaan media sosial juga dianggap sebagai faktor kunci untuk menilai perilaku peserta didik dan guru dalam menggunakan pembelajaran jarak jauh ini.
- d. Fleksibilitas dalam Belajar. Pembelajaran jarak jauh memiliki fleksibilitas dalam hal waktu, lokasi dan metode. Dalam pembelajaran ini jarak tidak

menjadi hambatan karena tidak adanya batasan waktu dan ruang, peserta didik juga dapat berkomunikasi secara *online* di manapun dan kapanpun. Kegunaan atau manfaat yang dirasakan memuat tentang peningkatan efektifitas belajar, manfaat untuk masa depan, dan peningkatan produktifitas yang merupakan indikator peserta didik menggunakan teknologi dalam pembelajaran.

- e. Interaksi Antar Peserta Didik. Interaksi dalam pembelajaran adalah hal yang sangat penting dan diperlukan, interaksi juga membantu peserta didik untuk mengembangkan kemampuan bahasa dan keterampilan sosialnya. Jadi memaksimalkan interaksi di kelas adalah tugas guru agar menjadi suasana kelas yang interaktif saat pembelajaran.

Selanjutnya, menurut Sriwahyu Ningsih (2021, hlm. 14) faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan peserta didik dalam pembelajaran jarak jauh diantaranya:

1. Aksesibilitas. Aksesibilitas digunakan melibatkan berbagai pertimbangan dan pemikiran yang didasarkan oleh institusi terhadap pembelajaran. Sejalan dengan hasil penelitian menurut (Annisa, 2020) menyatakan bahwa akses terhadap teknologi berperan penting dalam pembelajaran jarak jauh.
2. Kepemilikan Perangkat. Memiliki perangkat dalam pembelajaran jarak jauh adalah suatu alat yang penting dan sangat berperan dalam proses belajar jarak jauh. Menjadi faktor utama menggunakan gawai atau alat elektronik lainnya.
3. Kemampuan Memantau. Kemampuan memantau perkembangan jarak jauh dengan mudah menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kepuasan belajar peserta didik. Kesulitan dalam memantau perkembangan materi pembelajaran jarak jauh dapat disebabkan karena sulitnya mengakses informasi melalui metode pembelajaran jarak jauh yang digunakan saat ini dengan ketersediaan koneksi internet.
4. Kemudahan Memperoleh Materi. Kemudahan memperoleh materi pada era digital ini untuk memperoleh materi dari perpustakaan *online* karena memberi kemudahan untuk mengakses sumber-sumber informasi elektronik melalui alat komunikasi pada waktu atau kesempatan yang tidak terbatas.

5. Kemudahan Mempelajari Materi. Kemudahan mempelajari pembelajaran yang diberikan oleh pendidik dengan konsep yang mudah dipahami sehingga membuat peserta didik dapat menerima materi tanpa bertele-tele atau merasa kebingungan.
6. Interaktivitas. Interaktivitas adalah proses komunikasi yang terjadi antara peserta didik dengan bantuan perangkat lunak, seperti gawai, komputer atau laptop. Maksudnya bahwa interaktif dan adanya kesempatan merespon materi saat pembelajaran jarak jauh berperan penting dalam keberhasilan dari sisi kualitas pendidikan.

Dari beberapa faktor-faktor di atas yang mempengaruhi kepuasan peserta didik dalam pembelajaran jarak jauh adalah fasilitas internet itu memiliki pengaruh positif yang signifikan dan satu sama lain mempunyai keterikatan dalam mempengaruhi kepuasan dalam pembelajaran jarak jauh.

B. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Peter Salovey dan John D. Mayer adalah tokoh yang memelopori teori kecerdasan emosional. Salovey & Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional adalah seseorang yang memiliki kemampuan untuk mengenali, menggunakan, mengeskpresikan, mengikutsertakan emosi yang ada sehingga dapat mempermudah cara berpikir seseorang dan mampu memahami, mengetahui emosi yang dihadapinya. Ia mampu meregulasi emosi untuk memperlihatkan tingkah lakunya sesuai dengan lingkungan sekitar Salovey & Mayer (2004, hlm. 197). Berdasarkan definisi tersebut maka komponen kecerdasan emosional yang digunakan mencakup empat cabang yang disebut dengan istilah *four branch model of emotional intelligence*. Keempat cabang tersebut disusun mulai dari kemampuan menggunakan proses psikologi yang paling dasar hingga yang kompleks, yang terdiri dari:

- a. Persepsi emosi adalah seorang mampu untuk mengenali dan memaknakan emosi yang sedang dirasakan maupun emosi orang lain.
- b. Integrasi emosi adalah seseorang mampu memanfaatkan emosi saat dihadapkan dengan masalah dan memosisikan dirinya dengan orang lain.

- c. Pemahaman emosi adalah seseorang mampu mengolah emosi yang dirasakan atau dialami saat itu.
- d. Pengaturan emosi adalah seseorang mampu mengolah emosi untuk menentukan perilaku yang akan muncul baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

Sedangkan kecerdasan emosional menurut Goleman (2004, hlm. 45) adalah seseorang mampu mengenali emosi diri dan orang lain, mampu memotivasi, dan mengelola emosi dengan baik saat menjalin hubungan dengan orang lain. Selanjutnya menurut Shapiro (2015, hlm. 5) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan melihat intensitas emosi diri dan orang lain, seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan percaya diri, bersemangat, bisa melihat baik dan buruk, dan saat mendapatkan informasi ia dapat mempertimbangkan sesuatu melalui pemikirannya dan perbuatannya.

Kecerdasan emosional jika diartikan secara tradisional sebagai kemampuan membaca, menulis dan berhitung yang merupakan keterampilan kata dan angka yang menjadi fokus di sekolah. Kecerdasan emosional atau *emotional quotient* (EQ) meliputi kemampuan perasaan, kesadaran serta pemahaman tentang emosi dan kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan emosi diri sendiri. (Goleman, 2004, hlm. 45)

Berdasarkan beberapa definisi kecerdasan emosional tersebut di atas, bisa disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah ketika seseorang mampu untuk mengenali, menggunakan, mengekspresikan emosi diri sendiri dan orang lain sehingga dapat mempertimbangkan dan mengendalikan emosi tersebut sesuai dengan lingkungan sekitar.

2. Aspek Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional dapat berpengaruh pada diri peserta didik. Tetapi, sampai saat ini belum ada alat ukur yang dapat mengukur kecerdasan emosional seseorang. Namun, ada beberapa aspek yang mengindikasikan seseorang memiliki kecerdasan emosional. Menurut Goleman (2009, hlm. 58) ada lima unsur aspek kecerdasan emosional, yaitu :

- a. Mengenali Emosi Diri (*self awareness*). Kemampuan mengenali emosi diri yaitu kemampuan mengetahui rasa yang berkecenderungan di hati dan mengetahui

penyebab dari emosi tersebut sehingga dia mampu mengevaluasi dirinya sendiri dan mendapatkan cara atau informasi untuk melakukan suatu tindakan. Ada tiga kemampuan yang merupakan ciri-ciri mengenali emosi diri yaitu:

- 1) Kesadaran emosi adalah mengetahui emosi diri dan mengerahui pengaruh emosi sendiri terhadap kinerjanya.
- 2) Penilaian diri secara teliti adalah mengerahui kelebihan dan kekurangan diri dan mampu belajar dari pengalaman.
- 3) Percaya diri adalah keberanian yang datang dari keyakinan diri terhadap kemampuan diri sendiri.

b. Mengelola Emosi (*self regulation*). Mengelola emosi merupakan kemampuan mengendalikan diri dan mengontrol gejala perasaan yang dirasakannya. Seseorang yang memiliki kemampuan ini kemampuan ini akan bertindak lebih hati-hati dan juga berusaha untuk tidak bersikap impulsif. Ada lima kemampuan utama yang merupakan ciri-ciri mengelola emosi yaitu:

- 1) Kendali diri adalah menjaga agar emosi negatif tetap terkendali.
- 2) Dapat dipercaya adalah menunjukkan integritas dan kejujuran.
- 3) Kewaspadaan adalah dapat diandalkan dan bertanggungjawab dalam memenuhi kewajiban.
- 4) Adaptasi adalah keluwesan dalam menghadapi tantangan dan perubahan serta dapat beradaptasi dengan mudah.
- 5) Inovasi adalah bersikap terbuka terhadap gagasan, pendekatan, dan informasi terbaru.

c. Memotivasi Diri (*self motivation*). Kemampuan memotivasi adalah kemampuan untuk memberikan dorongan semangat kepada diri sendiri untuk melakukan sesuatu yang baik dan bermanfaat. Dalam hal ini terkandung adanya unsur harapan dan optimisme yang tinggi, sehingga memiliki kekuatan dan semangat untuk melakukan aktivitas tertentu, contohnya hal belajar. Ada empat kecakapan utama dalam kemampuan memotivasi diri sendiri yaitu:

- 1) Dorongan berprestasi adalah dorongan yang menjadikan diri lebih baik.
 - 2) Komitmen adalah menyelaraskan diri dengan sasaran
 - 3) Inisiatif yaitu kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan
 - 4) Optimis adalah kegigihan dalam memperjuangkan sasaran meskipun ada halangan dan kegagalan.
- d. Empati (*emphaty*). Empati merupakan kemampuan untuk mengenali perasaan orang lain dan merasakan apa yang orang lain rasakan apabila dirinya sendiri berada pada posisi tersebut. Ada empat ciri-ciri utama dalam kemampuan berempati yaitu:
- 1) Memahami orang lain yaitu memahami perasaan dan perspektif orang lain.
 - 2) Orientasi pelayanan yaitu mengenali dan berusaha memenuhi kebutuhan orang lain.
 - 3) Mengembangkan orang lain yaitu merasakan kebutuhan orang lain untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan mereka.
 - 4) Mengatasi keberagaman yaitu menumbuhkan keberagaman melalui pergaulan dengan orang banyak.
- e. Membina Hubungan (*effective relationship*). Dengan adanya keempat kemampuan (pengendalian diri, mengelola emosi, motivasi diri, dan empati), seseorang dapat berkomunikasi dengan orang lain secara efektif, sehingga orang tersebut akan memiliki kemampuan untuk bersosialisasi, bekerjasama dengan orang lain, serta kemampuan memecahkan masalah. Ada beberapa ciri yang termasuk dalam kemampuan membina hubungan atau kemampuan berinteraksi sosial yaitu:
- 1) Memahami pentingnya membina pengaruh orang lain.
 - 2) Dapat menyelesaikan konflik.
 - 3) Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain.
 - 4) Mudah bergaul dengan orang lain.
 - 5) Memiliki sikap tenggang rasa dan perhatian terhadap kepentingan orang lain.

Sedangkan, aspek kecerdasan emosional menurut Joseph Ciarrochi, Amy Y.C Chan, dan Jane Bajgar (2001, hlm. 1106-1108) yang dikembangkan dari beberapa teori kecerdasan emosional, sebagai berikut:

- a. Kemampuan mengatur emosi diri adalah seseorang mampu untuk mengontrol dan mempertimbangkan emosi diri sehingga bisa bersikap positif saat berada dalam kesulitan dikarenakan ia bisa menjaga pemikirannya untuk tetap jernih atau positif di bawah tekanan sehingga bisa fokus mengerjakan sesuatu (Goleman, 2001, hlm. 513)
- b. Persepsi emosi adalah seseorang mampu mengenali dan memaknai emosi serta memiliki pemikiran positif yang dapat menyelesaikan sesuatu hambatan.
- c. Pemanfaatan emosi adalah seseorang mampu memotivasi diri agar bisa bersemangat dalam mengerjakan sesuatu untuk mencapai tujuan.
- d. Kemampuan mengatur emosi orang lain adalah seseorang bisa mengelola dan mengenali emosi orang lain.

Jadi dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional bisa ditingkatkan dengan mengoptimalkan aspek-aspek di atas yang telah diuraikan. Sehingga ada integrasi yang terkandung dalam kecerdasan emosional yang dimiliki oleh seseorang akan menimbulkan sikap dan perilaku yang baik dalam diri maupun dalam bersosialisasi dengan lingkungan karena kepekaan yang kuat dalam segi emosional.

3. Ciri-ciri Kecerdasan Emosional

Sebagai bahan rujukan dan pegangan tentang gambaran kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang. Goleman mengemukakan ciri-ciri kecerdasan emosional secara spesifik. Seseorang yang memiliki ciri-ciri kecerdasan emosional yang tinggi dapat dilihat dari perilaku berikut ini:

- a. Dapat mengekspresikan emosi dengan jelas
- b. Tidak merasa takut untuk mengekspresikan perasaannya
- c. Tidak didominasi oleh perasaan-perasaan negatif, dapat memahami komunikasi non verbal
- d. Berperilaku sesuai dengan keinginan bukan karena kerharusan, dorongan dan tanggung jawab
- e. Membiarkan perasaan yang dirasakan untuk membimbingnya

- f. Menyeimbangkan perasaan dengan rasional, logika, dan kenyataan
- g. Termotivasi secara intrinsik, tidak termotivasi karena kekuasaan, kenyataan, status, kebaikan, dan persetujuan
- h. Memiliki emosi yang fleksibel, optimis, tidak menginternalisasikan kegagalan
- i. Peduli dengan perasaan orang lain
- j. Dapat mengidentifikasi berbagai perasaan secara bersamaan
- k. Untuk menyatakan perasaan tidak ada ketakutan atau kekhawatiran.

Selanjutnya untuk ciri-ciri seseorang yang memiliki ciri-ciri kecerdasan emosional yang rendah dapat dilihat dari perilaku sebagai berikut ini:

- a. Tidak mempunyai rasa tanggung jawab terhadap perasaan diri sendiri tetapi menyalahkan orang lain
- b. Tidak mengetahui perasaannya sendiri sehingga sering menyalahkan orang lain, suka memerintah, suka mengkritik, suka mengganggu, sering menggurui, sering memberi nasehat, sering curang, dan senang menilai orang lain
- c. Suka menyalahkan orang lain
- d. Berbohong tentang apa yang ia rasakan
- e. Membiarkan segala hal terjadi atau bereaksi berlebihan terhadap kegiatan yang sederhana
- f. Tidak memiliki perasaan dan integritas
- g. Tidak sensitif terhadap perasaan orang lain
- h. Tidak mempunyai rasa empati dan rasa kasihan
- i. Kaku, tidak fleksibel
- j. Merasa tidak aman dan sulit menerima kesalahan serta sering merasa bersalah
- k. Pesimistik dan sering menganggap dunia tidak adil
- l. Sering merasa tidak cukup, kecewa, pemaarah, dan sering menyalahkan diri sendiri ataupun orang lain

Adapun ciri-ciri individu yang memiliki kecerdasan emosional menurut Soeparwoto (2017, hlm. 103) yaitu:

- 1) Individu mampu memantau perasaan dan emosi, baik pada diri sendiri maupun terhadap orang lain, memilah-milahnya semuanya, dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.
- 2) Pada diri individu terdapat bentuk keramahan, percaya diri, atau sikap hormat kepada orang lain, empatik, setia kawan, mandiri, kemampuan menyesuaikan diri, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, disukai, kemampuan memecahkan masalah antar pribadi, dan tekun.
- 3) Tindakan individu lebih didasarkan pada karakter atau karakteristik pribadi, bukan didasarkan kepintaran seseorang.

Melihat dari ciri-ciri di atas maka banyak bukti memperlihatkan bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat dilihat dari cara ia mengetahui dan menangani perasaan mereka dengan baik, mampu membaca dan menghadapi perasaan orang lain dengan efektif dan memiliki keuntungan dalam setiap bidang kehidupannya.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional tidak ditentukan dari sejak lahir, tetapi dapat dilakukan melalui pembelajaran. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional menurut Goleman (2009, hlm. 267-282) yaitu:

Pertama, lingkungan keluarga. Keluarga adalah tempat pertama seseorang belajar untuk memahami, mengolah, dan mengekspresikan emosi. Keterlibatan anggota keluarga seperti orang tua sangat berpengaruh saat peserta didik mengidentifikasi dan menginternalisasi perilaku mereka yang akan menjadi kepribadian seorang anak. Maka sejak kecil anak bisa belajar untuk mengekspresikan emosinya dengan baik, sehingga pembinaan atau pengajaran tentang emosi dalam keluarga akan sangat bermanfaat untuk anak di kehidupan yang akan datang seperti mengembangkan rasa empati, kepedulian, rasa tanggung jawab, disiplin, dan sebagainya. Hal ini bertujuan agar anak bisa menghadapi dan menenangkan dirinya ketika ada suatu masalah, sehingga anak dapat fokus tanpa mengalami masalah perilaku seperti bersikap kasar dan negatif.

Kedua, lingkungan non keluarga. Lingkungan sekitar atau masyarakat juga bisa menjadi faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional. Ketika anak-anak bermain ia bisa bermain dengan bermain peran di luar emosinya, sehingga anak bisa memahami untuk memahami kondisi orang lain. Perkembangan kecerdasan emosional dapat ditingkatkan dengan pelatihan seperti melatih kepercayaan diri, kasih sayang dan lainnya.

Selain kedua faktor tersebut, menurut Agustian (2017, hlm. 53) faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional yaitu: Pertama, Faktor Psikologis. Faktor psikologis merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu. Faktor internal membantu individu agar bisa mengelola, mengontrol, mengendalikan, dan mengkoordinasikan emosi individu. Kedua, Faktor Pelatihan Emosi. Kegiatan yang dilakukan secara terus menerus akan menciptakan kebiasaan, kemudian menghasilkan pengalaman yang berujung pada pembentukan nilai. Ketiga, Faktor Pendidikan. Individu yang mengenali emosi hingga mengelola emosi melalui pendidikan yaitu keluarga, sekolah, masyarakat.

Selanjutnya menurut Buana (2013, hlm. 16) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional sebagai berikut:

- a) Faktor pembawaan, yang ditentukan oleh sifat yang dibawa sejak lahir misalnya di dalam satu kelas terdapat anak yang kurang pintar, pintar, rajin, meskipun menerima pelajaran dan pelatihan yang sama.
- b) Faktor minat dan pembawaan khas, yang mengarahkan perbuatan kepada suatu tujuan dan merupakan dorongan bagi perbuatan itu, misalnya ada dorongan atau motif untuk berinteraksi dengan dunia luar, sehingga manusia dapat berbuat lebih giat dan lebih terhadap hal-hal yang diminatinya.
- c) Faktor pembentukan, yaitu segala keadaan di luar diri seorang yang mempengaruhi perkembangan intelegensi. Di sini dapat dibedakan antara pembentukan sengaja, seperti yang dilakukan di sekolah dan pembentukan yang tidak disengaja, misalnya pengaruh lingkungan di sekitarnya.
- d) Faktor kematangan, di mana setiap organ dalam tubuh manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Setiap organ manusia baik fisik maupun

psikis, dapat dikatakan telah matang, jika ia telah tumbuh dan berkembang hingga mencapai kesanggupan menjalankan fungsinya masing-masing.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional yaitu faktor internal dan eksternal. Kecerdasan emosional mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda tetapi saling melengkapi, dengan kecerdasan akademik yaitu kemampuan-kemampuan kognitif yang dapat diukur dengan IQ. Meskipun IQ tinggi tetapi apabila kecerdasan emosional rendah maka tidak banyak membantu terkait kecerdasan emosionalnya. Karena pada dasarnya kecerdasan intelektual hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya yaitu kecerdasan emosional.

C. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian yang terkait dengan judul ini diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Astuti pada 2021 menyatakan bahwa efektivitas pembelajaran daring saat masa pandemi, diperoleh 75% responden mengatakan pengajar kesulitan menentukan metode pembelajaran yang cocok selama pembelajaran jarak jauh, lalu 55% pengajar kesulitan menentukan media pembelajaran yang sesuai, sedangkan 45% responden lainnya tidak merasa mengalami kesulitan dalam menentukan metode pembelajaran.
2. Menurut penelitian Mamluah & Maulidi pada 2021 tentang pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19 di sekolah dasar beberapa guru yang diteliti masih banyak yang gagap teknologi selain HP atau *WhatsApp*, ini menjadi tantangan sekolah untuk meningkatkan kualitas pendidik dengan mengadakan seminar keguruan berbasis teknologi.
3. Pada penelitian Mustakim (2020) memaparkan bahwa peserta didik menilai pembelajaran matematika menggunakan pembelajaran jarak jauh sangat efektif (23,3%), sebagian besar mereka efektif (46,7%), dan menilai biasa aja (20%). Meskipun ada juga peserta didik yang menganggap pembelajaran jarak jauh tidak efektif sebesar (10%), dan sama sekali tidak ada (0%) yang menilai sangat tidak efektif.
4. Selain itu teori faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional menurut Goleman (2009) salah satunya adalah lingkungan keluarga. Menurut hasil

penelitian (Asyik et al., 2015) yang dilakukan bahwa responden yang memiliki pola asuh yang baik yaitu sebanyak 31 responden 71,5% dan responden yang memiliki pola asuh orang tua yang tidak baik sebanyak 13 responden 29,5%.

5. Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi adalah orang yang mampu memelihara atau menahan gejolak emosi, berhubungan baik dengan sesama, bisa mengelola stres dan sehat secara mental dalam Purwanti (2015).
6. Hal ini sejalan dengan penelitian (Senjaya et al., 2020) yaitu peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional akan mengetahui kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga bisa menerima dengan baik atau positif pada umpan balik yang diberikan oleh orang lain. Kecerdasan emosional yang dicapai oleh peserta didik ialah sabar menghadapi sesuatu sehingga berdampak pada kegigihan dalam mencapai sesuatu yang diinginkan dan memiliki rasa empati sehingga peserta didik dalam mencapai sesuatu yang diinginkan dan memiliki rasa empati sehingga peserta didik bisa saling menghargai jika terdapat perbedaan dan keunikan masing-masing orang.

D. Kerangka Pemikiran

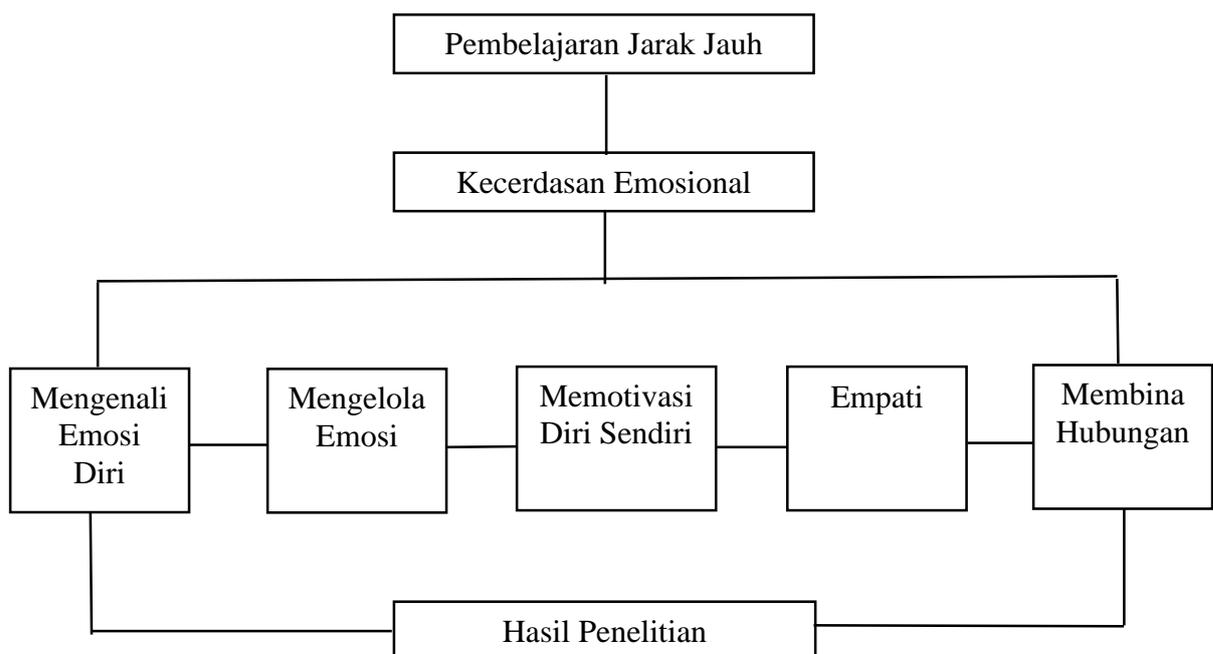
Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat, maka pembelajaran jarak jauh dapat diselenggarakan secara *online* melalui media internet. Pembelajaran jarak jauh dianggap sebagai jenis pendidikan alternatif dari pendidikan konvensional, serta mendapatkan apresiasi yang tinggi dari masyarakat karena memanfaatkan kemajuan teknologi. Namun dalam menghadapi situasi belajar yang berbeda, pasti ada kekurangan yaitu ketidaksiapan guru, peserta didik, dan orang tua. Pembelajaran jarak jauh dapat mengakibatkan kurangnya aktivitas sosial, kejenuhan belajar, tekanan orang tua dalam mendampingi anaknya, penumpukan tugas, dan suasana belajar yang monoton.

Hasil temuan penelitian yang dilakukan oleh (Telupun, 2020) menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran jarak jauh ini khususnya di daerah masih sangat terbatas karena sarana dan prasarana seperti jaringan internet. Keterbatasan dalam hal ini cenderung membuat guru mengambil jalan singkat dengan hanya memberikan tugas kepada peserta didik yang mengakibatkan pembelajaran menjadi sangat monoton. Dengan adanya jarak, transaksi yang terjadi dalam proses

pembelajaran mengakibatkan perbedaan persepsi mengenai konsep yang disampaikan.

Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang penting yang seharusnya dimiliki oleh peserta didik untuk meraih prestasi belajar yang lebih baik di sekolah maupun di lingkungan sekitar. Keterampilan kecerdasan emosional tidak dapat dimiliki secara tiba-tiba, tetapi membutuhkan proses dalam mempelajarinya dan lingkunganlah yang berpengaruh untuk membentuk kecerdasan emosional tersebut. Jika peserta didik mempunyai keterampilan dasar kecerdasan emosional yang tinggi maka secara emosional akan cerdas, penuh pengertian, dan mudah menerima perasaan orang lain, sehingga peserta didik akan lebih banyak sukses di sekolah dan dalam berhubunga dengan teman sebayanya akan terlindungi dari pembawa pengaruh buruk dari lingkungan (Gottman, 2001, hlm. 250).

Dengan pembelajaran jarak jauh diduga dapat mempengaruhi pencapaian hasil belajar. Pada ranah kognitif, penanaman kecerdasan emosional hanya didapatkan dari rumah saja tanpa adanya sosialisasi dan dukungan media inovatif lingkungan dalam hal penanaman emosional peserta didik. Dari penjelasan di atas maka kerangka pemikiran pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1 Kerangka Pikir

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah yang telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sebagai jawaban sementara karena yang diberikan baru berdasarkan teori yang relevan, belum berdasarkan pada fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Maka hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

Hipotesis H_0 : Tidak terdapat pengaruh pembelajaran jarak jauh terhadap kecerdasan emosional peserta didik kelas III SDN 230 Margahayu Raya

Hipotesis H_1 : Terdapat pengaruh pembelajaran jarak jauh terhadap kecerdasan emosional peserta didik kelas III SDN 230 Margahayu Raya