

PERBEDAAN KECERDASAN EMOSI ANTARA SISWA YANG MENGIKUTI  
KEGIATAN EKSTRAKULIKULER PALANG MERAH REMAJA (PMR)  
DENGAN YANG TIDAK DI SMAN 1 SRAGEN

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



TEGAR HARPUTRA RAYA

G0005026

FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET

Surakarta

2010

*commit to user*

## PERSETUJUAN

**Skripsi dengan judul : Perbedaan Kecerdasan Emosi Antara Siswa yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dengan yang Tidak di SMAN 1 Sragen .**

Tegar Harputra Raya, G0005026, Tahun 2010

Telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan **Tim Ujian Skripsi** Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pada Hari..... Tanggal.....2010

Pembimbing Utama

**Mardiatmi Susilohati, dr., Sp.KJ**  
NIP 130 543 950

Pembimbing Pendamping

**H.Djoko Suwito, dr., Sp. KJ**  
NIP 140 172 264

Penguji Utama

**H.Machmuroch, Dra., MS**  
NIP 130 818 774

Anggota Penguji

**Endang Sri Hardjanti, dr., PFark**  
NIP 130 604 104

Tim Skripsi

**Sudarman, dr., SpTHT-KL(K)**  
NIP 130 543 990

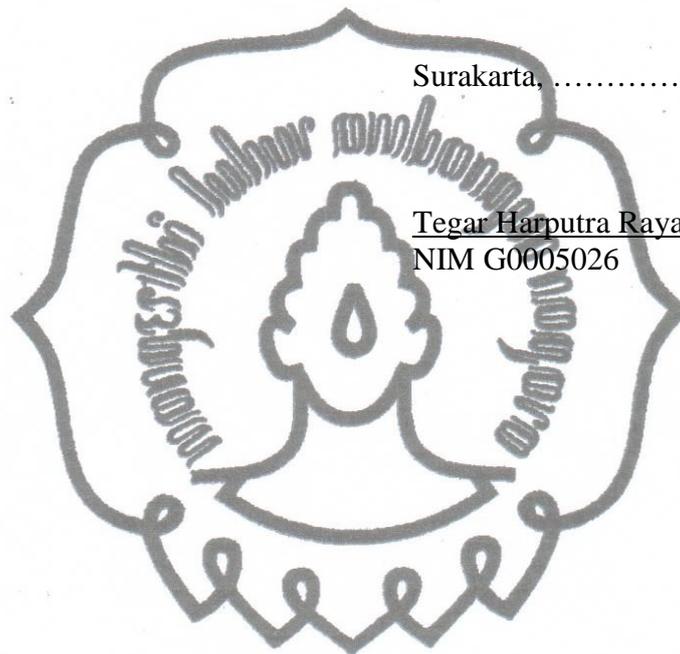
*commit to user*

## PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, .....

Tegar Harputra Raya  
NIM G0005026



*commit to user*

## ABSTRAK

**Tegar Harputra Raya, G0005026**, Perbedaan Kecerdasan Emosi Antara Siswa yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Palang Merah (PMR) dengan yang Tidak di SMAN 1 Sragen . Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali perasaan baik diri sendiri maupun orang lain dan kemampuan untuk mengendalikan perasaan diri sendiri dengan baik sehingga mampu untuk melakukan hubungan sosial yang sehat dengan orang lain dan mampu mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Palang merah Remaja (PMR) sebagai salah satu jenis kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SMA, membantu siswa dalam proses pembentukan diri yang bertanggung jawab, berkepedulian sosial, berdisiplin dan bekerja sama, di samping peningkatan kesehatan, kebersihan, pemahaman akan gizi, kebersamaan, persahabatan nasional/internasional, serta penanaman kesadaran dan apresiasi terhadap nilai luhur kemanusiaan universal. Dalam kegiatan ekstrakurikuler ini dikembangkan pengalaman – pengalaman yang bersifat nyata yang dapat membawa siswa pada kesadaran atas pribadi, sesama, lingkungan dan Tuhan-nya, dengan kata lain bahwa kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan *Emotional Qoutient* (EQ) siswa yang di dalamnya terdapat aspek kecerdasan sosial/kompetensi sosial.

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosi antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakuler Palang Merah Remaja (PMR) dengan yang tidak di SMAN 1 Sragen.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* populasinya meliputi 60 siswa SMAN 1 Sragen, baik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) maupun yang tidak. Instrumen penelitian berupa instrument: Angket inventory L-MMPI dan angket inventory EQ. Data yang diperoleh kemudian dianalisa menggunakan uji hubungan *product moment* dari Pearson melalui program SPSS 16.0 *for windows*.

Berdasarkan analisa data dengan *uji t* menghasilkan t hitung sebesar 3,668 dengan p value = 0,001, karena p value <  $\alpha$  0,05 maka Ho ditolak dan H1 diterima. Maka dapat dinyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan kecerdasan emosi antara siswa SMA yang mengikuti kegiatan ekskul Palang Merah Remaja (PMR) dan yang tidak mengikuti kegiatan ekskul di SMAN 1 Sragen

---

**Kata kunci :** Kecerdasan Emosi (EQ), Palang Merah Remaja (PMR)

## ABSTRACT

**Tegar Harputra Raya, G0005026**, The difference of Emotional Quotient between the Senior High School Students Attending the Teenager Red Cross (PMR) Extracurricular Activity and the ones do not in SMAN 1 Sragen. Medical Faculty of Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Emotional intelligence is the capability of identifying both self- and other- feelings and the capability of controlling self-feeling well, thereby enabling the establishment of healthy social relationship with other people and capability of coping with the environmental demand and pressure.

Teenager Red Cross (PMR) as one of extracurricular activities abiding in Senior High School, helps the student in the process of self-establishment who is responsible, social-aware, discipline and cooperative, in addition to increasing the health, cleanliness, nutritional comprehension, togetherness, national/international friendship, as well as instilling the awareness and appreciation of the high value of universal humanity. In this extracurricular activity, the real experiences are developed that can bring the students to the awareness of self, other, environment and his/her God; in other words the extracurricular activity can improve the Emotional Quotient of students containing the social intelligence or competency aspect.

This research aims to verify that there is a difference of emotional quotient between the Senior High School students attending the Teenager Red Cross (PMR) extracurricular activity and the ones do not in SMAN 1 Sragen.

The study belongs to an analytical observational descriptive research with cross sectional approach, with the population of 60 students of SMAN 1 Sragen, whether or not attending the Teenager Red Cross (PMR) extracurricular activity. The research instrument was: L-MMPI inventory and EQ inventory questionnaires. The data obtained was then analyzed using Pearson's product moment relational test using SPSS 16,0 for windows.

Based on the data analysis with t-test, it is obtained the t-statistic value of 3.668 with p value = 0.001, because p value <  $\alpha$  0.05,  $H_0$  is not supported and  $H_1$  is supported. It can be stated that there is a significant difference of emotional quotient the Senior High School students attending the Teenager Red Cross (PMR) extracurricular activity and the ones do not in SMAN 1 Sragen.

---

Keywords: Emotional Quotient (EQ), Teenager Red Cross (PMR)

## KATA PENGANTAR

Segala puji marilah kita panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Tuhan semesta alam, atas segala karunia nikmat yang telah dianugerahkan kepada kita semua. Sholawat serta salam marilah kita haturkan kepada junjungan kita Rasulullah Muhammad Sholallohu 'Alaihi Wa Salam, keluarga, sahabat, tabi'in dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Skripsi dengan judul “Perbedaan Kecerdasan Emosi Antara Siswa yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dan yang Tidak di SMAN 1 Sragen” ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelas Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini dapat terlaksana atas bantuan ataupun bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof.Dr.A.A.Subijanto, dr., MS selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
2. Sri Wahjono, dr., M.Kes selaku ketua tim skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
3. Mardiatmi Susilohati, dr., Sp.KJ selaku pembimbing utama yang telah banyak memberi bimbingan serta arahan.
4. H.Djoko Suwito, dr., Sp. KJ selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberi bimbingan serta arahan
5. H.Machmuroch, Dra., MS selaku penguji utama yang telah banyak memberikan saran dan nasehat.
6. Endang Sri Hardjanti, dr., PFark selaku penguji pendamping atas saran dan nasehatnya.
7. Orang tua kami tercinta dan kedua adikku Bimo dan Ayu, terimakasih atas kasih sayangnya selama ini
8. Bagian skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta yang telah berkenan memberikan bimbingan skripsinya.
9. Teman-teman kos: Mas Penggalih, mas Dadan, mas Arif
10. Keluarga besar FK angkatan 05 dan keluarga besar PMPA Vagus
11. Tim skripsi jiwa: Reza, Ryan, Ole', Ayu beserta tim konsumsi: Agung , Tommy, Erry
12. Dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu saran yang membangun sangat kami perlukan. Semoga karya ini bermanfaat

Surakarta, Januari 2010

Tegar Harputra Raya

*commit to user*

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| KATA PENGANTAR.....                              | vi   |
| DAFTAR ISI.....                                  | vii  |
| DAFTAR TABEL DAN LAMPIRAN.....                   | viii |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                         |      |
| A. Latar Belakang Masalah.....                   | 1    |
| B. Perumusan Masalah.....                        | 2    |
| C. Tujuan Penelitian.....                        | 3    |
| D. Manfaat Penelitian.....                       | 3    |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI</b>                     |      |
| A. Tinjauan Pustaka.....                         | 4    |
| B. Kerangka Pemikiran.....                       | 12   |
| C. Hipotesis.....                                | 12   |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>             |      |
| A. Jenis Penelitian.....                         | 13   |
| B. Lokasi Penelitian.....                        | 13   |
| C. Subjek Penelitian.....                        | 13   |
| D. Teknik Pengambilan Sample.....                | 13   |
| E. Identifikasi Variabel Penelitian.....         | 13   |
| F. Definisi Operasional Variabel Penelitian..... | 14   |
| G. Instrumen Penelitian.....                     | 14   |
| H. Cara Kerja.....                               | 16   |
| I. Skema Penelitian.....                         | 16   |
| J. Analisis Data.....                            | 16   |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b> .....             | 17   |
| <b>BAB V PEMBAHASAN</b> .....                    | 19   |
| <b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN</b>                 |      |
| A. Simpulan.....                                 | 21   |
| B. Saran.....                                    | 21   |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....                      | 22   |

## DAFTAR TABEL DAN LAMPIRAN

- Lampiran 1.** Hasil Analisis Data SPSS
- Lampiran 2.** Tabel Data Hasil Penelitian
- Lampiran 3.** Angket *Emotional Quotient* (EQ)
- Lampiran 4.** Angket L-MMPI
- Lampiran 5.** Surat Keterangan Penelitian



## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kecerdasan emosi atau *Emotional Quotient* (EQ) adalah kemampuan untuk mengerti dan mengendalikan emosi. Termasuk di dalamnya kemampuan untuk membina hubungan dengan orang lain di sekitarnya (Susilo, 2008).

IQ umumnya berhubungan dengan kemampuan berpikir kritis dan analitis, dan diasosiasikan dengan otak kiri. Sementara, EQ lebih banyak berhubungan dengan perasaan dan emosi (otak kanan). Kalau kita ingin mendapatkan tingkah laku yang cerdas maka kemampuan emosi juga harus diasah. Karena untuk dapat berhubungan dengan orang lain secara baik kita memerlukan kemampuan untuk mengerti dan mengendalikan emosi diri dan orang lain secara baik. Di sinilah fungsi dari EQ (Susilo, 2008).

Dari berbagai hasil penelitian, telah terbukti bahwa EQ memiliki peran yang jauh lebih penting dibanding IQ. IQ barulah sebatas syarat minimal meraih keberhasilan, namun EQ-lah yang sesungguhnya mengantarkan seseorang menuju puncak prestasi. Hal ini dikarenakan bila seseorang mempunyai EQ tinggi, dia dapat mengontrol emosinya, memotivasi dirinya, sehingga tidak mudah putus asa, dapat menutup kekurangannya dengan kelebihannya yang lain (Agustian, 2001).

Proses pembelajaran di sekolah seharusnya memperhatikan kebermaknaan dalam belajar, artinya apa yang bermakna bagi siswa menunjuk pada dunia minatnya (*center of interest*). Pelaksanaan pembelajaran di sekolah saat ini harus bertujuan mengembangkan potensi siswa melalui : (1) *Olah hati*, untuk memperteguh keimanan dan ketakwaan, meningkatkan akhlak mulia, budi pekerti, atau moral, membentuk kepribadian unggul, membangun kepemimpinan dan *entrepreneurship*; (2) *Olah pikir* untuk membangun kompetensi dan kemandirian ilmu pengetahuan dan teknologi; (3) *Olah rasa* untuk meningkatkan sensitifitas, daya apresiasi, daya kreasi, serta daya ekspresi seni dan budaya; dan (4) *Olah raga* untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, daya tahan, dan kesiapan fisik serta ketrampilan kinestetis. (Renstra Depdiknas, 2005).

Tetapi pada kenyataannya, pelaksanaan pendidikan di sekolah selama ini lebih menekankan pada hafalan konten/isi pelajaran yang kurang bermakna bagi dirinya. Hegemoni Ujian Akhir Nasional dan Status sekolah saat ini semakin mendorong proses belajar mengajar di sekolah lebih mengejar kuantisasi aspek kognitif saja. Pembinaan

dan penyediaan sarana pengembangan aspek afektif (nilai moral dan sosial) dan psikomotor (ketrampilan) kurang mendapatkan perhatian. Artinya perwujudan tujuan pendidikan yang membentuk manusia yang seutuhnya akan semakin jauh untuk dapat tercapai. Kondisi ini sesuai dengan adanya hasil survei dan penelitian yang menunjukkan bahwa pendidikan formal terlalu menekankan pada perkembangan mental intelektual semata-mata, dan kurang memperhatikan perkembangan afektif (sikap dan perasaan) serta psikomotor (ketrampilan) (Utami Munandar, 1992).

Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di luar jam pelajaran, selain membantu siswa dalam pengembangan minatnya, juga membantu siswa agar mempunyai semangat baru untuk lebih giat belajar serta menanamkan tanggung jawabnya sebagai warga negara yang mandiri. Hal ini sejalan dengan pendapat Miller Mayeer yang dikutip oleh Tim Dosen IKIP Malang yang mengatakan bahwa : "Keikutsertaan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler akan memberikan sumbangan yang berarti bagi siswa untuk mengembangkan minat-minat baru, menanamkan tanggung jawab sebagai warga negara, melalui pengalaman-pengalaman dan pandangan-pandangan kerja sama, dan terbiasa dengan kegiatan-kegiatan mandiri".

Palang merah Remaja (PMR) sebagai salah satu jenis kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SMA, membantu siswa dalam proses pembentukan diri yang bertanggung jawab, berkepedulian sosial, berdisiplin dan bekerja sama, di samping peningkatan kesehatan, kebersihan, pemahaman akan gizi, kebersamaan, persahabatan nasional/internasional, serta penanaman kesadaran dan apresiasi terhadap nilai luhur kemanusiaan universal. Dalam kegiatan ekstrakurikuler ini dikembangkan pengalaman – pengalaman yang bersifat nyata yang dapat membawa siswa pada kesadaran atas pribadi, sesama, lingkungan dan Tuhan-nya, dengan kata lain bahwa kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan *Emotional Qoutient* (EQ) siswa yang di dalamnya terdapat aspek kecerdasan sosial/kompetensi sosial.

## **B. Perumusan Masalah**

Adakah Perbedaan Kecerdasan Emosi Antara Siswa yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dengan yang Tidak di SMAN 1 Sragen?

### C. Tujuan penelitian

Untuk mengetahui perbedaan kecerdasan emosi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dengan yang tidak di SMAN 1 Sragen.

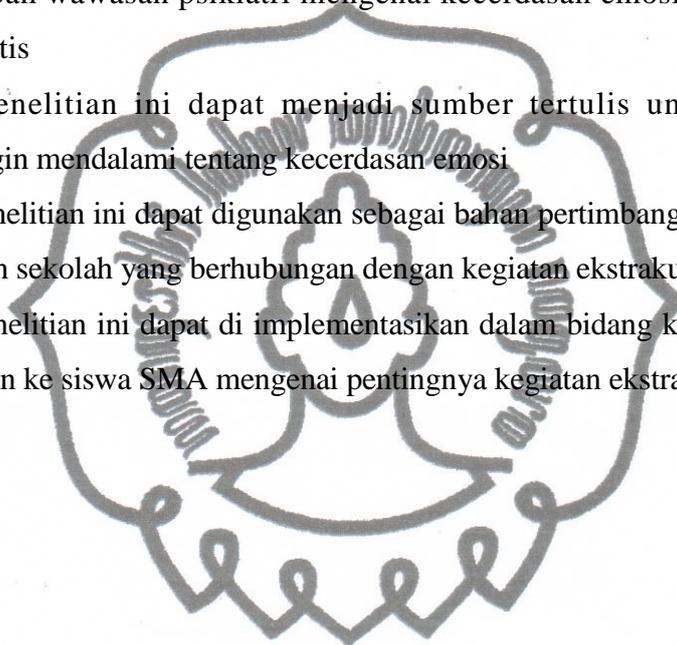
### D. Manfaat penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

- a. Mengetahui perbedaan kecerdasan emosi siswa SMA yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja dengan yang tidak
- b. Menambah wawasan psikiatri mengenai kecerdasan emosi siswa SMA

#### 2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber tertulis untuk para pembaca yang ingin mendalami tentang kecerdasan emosi
- b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pembuatan kebijakan sekolah yang berhubungan dengan kegiatan ekstrakurikuler
- c. Hasil penelitian ini dapat di implementasikan dalam bidang konseling oleh bagian kesiswaan ke siswa SMA mengenai pentingnya kegiatan ekstrakurikuler



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Tinjauan Pustaka

##### 1. Kecerdasan Emosi / *Emotional Quotient* (EQ)

###### a. Pengertian Emosi

Emosi, istilah yang makna tepatnya masih membingungkan baik para ahli psikologi maupun ahli filsafat selama lebih dari satu abad. Dalam makna paling harfiah *Oxford English Dictionary* mendefinisikan emosi sebagai “Setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap”. Goleman menganggap emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak (Goleman, 2002).

Menurut W.F. Maramis, emosi adalah suatu keadaan yang kompleks yang berlangsung tidak lama, yang mempunyai komponen pada badan dan jiwa individu, pada jiwa berupa keadaan terangsang dengan perasaan yang hebat serta biasanya juga terdapat impuls untuk berbuat sesuatu yang tertentu, pada badan timbul gejala-gejala dari susunan saraf vegetatif, misalnya pada pernafasan, sirkulasi, dan sekresi (Maramis, 2005).

Literatur lain menyebutkan bahwa emosi adalah suatu keadaan perasaan yang kuat, seperti gembira, tertekan, senang, sedih, cinta, benci, takut, atau marah, yang timbul subjektif dan ditujukan pada suatu objek tertentu, dengan komponen fisiologik, somatik, dan perilaku. Dalam teori psikoanalitik, emosi merupakan suatu keadaan ketegangan disertai dengan dorongan insting. Sedangkan manifestasi emosi disebut dengan *affect*, yaitu suatu keadaan emosi yang pervasif dan dipertahankan (Dorland 2000).

Emosi mempengaruhi penyesuaian diri secara umum, yaitu keadaan yang merupakan pergerakan psikis dan fisik individu yang dapat dilihat melalui tingkah lakunya. Emosi juga merupakan keadaan yang meliputi sumber pergerakan atau pembangkit semangat manusia berbuat sesuatu untuk mendatangkan rasa puas, perlindungan, dan kesejahteraan (Segel, 1997).

Emosi dibutuhkan manusia untuk menunjukkan keberadaannya dalam masalah manusiawi. Aspek perasaan sering kali lebih penting daripada nalar-nalar disaat-saat manusia diharuskan untuk mengambil tindakan dan keputusan segera. Luapan emosi

yang tidak terkontrol dengan baik dapat berakibat tindakan yang menyalahi aturan dan hukum, sehingga kecerdasan tidak berarti apabila emosi yang berkuasa (Goleman, 2002).

Wujud emosi yang ditampilkan oleh manusia antara lain adalah; amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, malu. (Goleman, 2002).

## b. Kecerdasan

Kecerdasan adalah kemampuan seseorang untuk belajar sesuatu, memecahkan, memahami, dan mempengaruhi orang-orang sekitarnya. Kemampuan umum ini meliputi beberapa kemampuan spesifik yaitu : kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru, cakap dalam ilmu pengetahuan, mampu berfikir abstrak, memahami suatu hubungan, mampu mengevaluasi, dan memiliki pikiran yang produktif (Brainbridge, 2008).

Namun menurut Dr.C.George Boeree, Kecerdasan adalah kemampuan seseorang untuk menyerap pengetahuan, menyelesaikan masalah, memberikan penjelasan mengenai suatu masalah. Hal ini merupakan kekuatan bagi seseorang dan merupakan aspek penting bagi seseorang untuk mencapai kesejahteraan. Kecerdasan memiliki banyak aspek yaitu kecerdasan verbal, numerik, spasial, serta berargumentasi (Boeree, 2003).

Howard Gardner mengemukakan mengenai kecerdasan *multiple*. Dia berhasil mengidentifikasi tujuh komponen kecerdasan, yaitu kecerdasan interpersonal, intrapersonal, linguistik, musikal, naturalistik, logika-matematika, dan spasial. Dimana setiap komponen kecerdasan itu memiliki definisi sendiri-sendiri, meliputi :

- 1) Interpersonal adalah kemampuan memahami perasaan orang lain.
- 2) Intrapersonal adalah kemampuan kesadaran atas dirinya sendiri.
- 3) Linguistik adalah kemampuan seseorang untuk berkomunikasi dengan baik, baik itu lisan maupun tertulis.
- 4) Musikal adalah kemampuan untuk mempelajari, menampilkan, dan mengarang lagu
- 5) Naturalistik adalah kemampuan untuk mengerti perbedaan jenis, mengenal pola, dan mengklasifikasikan objek alam.
- 6) Logika-matematika adalah kemampuan untuk belajar matematika lebih tinggi dan kompleks.

- 7) Spatial adalah kemampuan untuk mengetahui posisi relatif suatu objek, kemampuan menyelesaikan tugas yang visualisasi tiga dimensi (Gardner, 2001).

### **c. Pengertian Kecerdasan Emosi / Emotional Quotient (EQ)**

Pertama kali istilah EQ yang kerap kita sebut dikemukakan oleh Salovey dan Mayer, yaitu merupakan sebuah kemampuan mengenali perasaan, meraih, dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya, dan mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga membantu perkembangan emosi dan intelektual (Cooper dan Sawaf, 2000)

Sementara Cooper dan Sawaf menyebut EQ sebagai kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi, dan pengaruh yang manusiawi (Cooper, 2000). EQ ini menurut penilikan perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari (Cooper dan Sawaf, 2002).

EQ menurut Goleman merujuk pada kemampuan seseorang mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 2002). Sebelumnya Goleman (1997) juga telah menjelaskan bahwa EQ adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa. Dengan EQ tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati (Goleman dalam Zainun, 2002)

Selanjutnya Howes dan Herald (1999) mengatakan pada intinya, EQ merupakan komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan emosi. Lebih lanjut dikatakannya bahwa emosi manusia berada di wilayah dari perasaan lubuk hati, naluri yang tersembunyi. Kecerdasan emosi menyediakan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain (Howes dan Herald, 2002)

### **d. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecerdasan Emosi (EQ)**

Staf IQEQ (2003) menyebutkan bahwa pertumbuhan EQ dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu lingkungan, keluarga, dan contoh-contoh yang didapat seseorang sejak lahir dari orang tuanya. Le Doux, dalam Goleman (1997), membagi faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan EQ menjadi dua yaitu:

### 1). faktor Fisik

EQ seseorang ditentukan oleh hubungan antara korteks dan sistem limbik. Korteks digunakan untuk berfikir sedangkan sistem limbik mengendalikan emosi. Selain sebagai bagian berfikir otak, korteks juga berperan dalam memahami EQ. Sistem limbik yang disebut sebagai bagian emosi otak terletak jauh dalam hemisfer otak besar terutama bertanggung jawab atas pengaturan emosi dan impuls. Sistem limbik meliputi hippocampus yang merupakan tempat berlangsungnya proses pembelajaran emosi dan tempat disimpannya ingatan emosi, amigdala sebagai pusat pengendali emosi serta beberapa struktur lain.

Komponen selanjutnya yang berhubungan dengan EQ adalah neuropeptida. Neuropeptida tersimpan dalam otak emosional dan dikirim keseluruh tubuh ketika seseorang merasakan suatu emosi, lalu memberitahukan tubuh bagaimana harus bereaksi.

### 2). Faktor Psikis

EQ ditentukan pula oleh tempramen yaitu ciri-ciri kepribadian yang dibawa sewaktu anak dilahirkan.

### e. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi (EQ)

Kualitas emosional yang tercakup dalam EQ mencakup empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, Kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah antarpribadi, ketekunan, kesetiakawanan, dan sikap hormat. (Salovey dan Mayer, 1997)

Sedangkan Reuven Bar On dan Stein (2000) membagi EQ kedalam lima area atau aspek yang menyeluruh, dan 15 sub bagian atau skala:

- 1) Aspek intrapribadi, terkait dengan kemampuan diri untuk mengenal dan mengendalikan diri sendiri. Hal ini meliputi kesadaran diri, yaitu kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengapa kita merasakannya seperti itu dan pengaruh perilaku diri sendiri terhadap orang lain, sikap asertif, disebut juga kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan seseorang, membela diri, dan mempertahankan pendapat, kemandirian, yaitu kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri, berdiri dengan kaki sendiri, penghargaan diri, yaitu kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan seseorang, dan menyenangkan diri sendiri meskipun memiliki kelemahan; dan aktualisasi diri, yaitu kemampuan mewujudkan potensi yang dimiliki dan merasa senang/puas dengan prestasi yang diraih di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadi.

- 2) Aspek antarpribadi, berkaitan dengan kemampuan diri untuk berinteraksi dan bergaul baik dengan orang lain. Terdiri atas tiga skala yaitu empati didefinisikan sebagai kemampuan untuk memahami perasaan dan pikiran orang lain, kemampuan untuk melihat dunia dari sudut pandang orang lain; tanggung jawab sosial, atau kemampuan untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan saling menguntungkan, dan ditandai oleh saling memberi dan menerima dan rasa kedekatan emosional.
- 3) Aspek penyesuaian diri berkaitan dengan kemampuan untuk bersikap lentur dan realistis, dan untuk memecahkan aneka masalah yang muncul. Ketiga skalanya adalah uji realitas, yaitu kemampuan untuk melihat sesuai dengan kenyataannya, bukan seperti yang diinginkan atau ditakuti; sikap fleksibel disebut juga kemampuan untuk menyesuaikan perasaan, pikiran dan tindakan dengan keadaan yang berubah-ubah, dan pemecahan masalah, yaitu kemampuan untuk mendefinisikan permasalahan, kemudian bertindak untuk mencari dan menerapkan pemecahan yang jitu dan tepat.
- 4) Aspek pengendalian stres, terkait dengan kemampuan diri untuk tahan dalam menghadapi stres dan mengendalikan impuls. Kedua skalanya adalah ketahanan menanggung stres, atau kemampuan untuk tetap tenang dan berkonsentrasi, dan secara konstruktif bertahan menghadapi kejadian yang gawat dan tetap tegar menghadapi konflik emosi; dan pengendalian impuls, atau kemampuan menahan atau menunda keinginan untuk bertindak.
- 5) Aspek suasana hati umum juga memiliki dua skala, yaitu optimisme, adalah kemampuan untuk mempertahankan sikap positif yang realistis, terutama dalam menghadapi masa-masa sulit; dan kebahagiaan, yaitu kemampuan untuk mensyukuri kehidupan, menyukai diri sendiri dan orang lain, dan untuk bersemangat serta bergairah dalam melakukan setiap kegiatan.

Selanjutnya Salovey membagi EQ menjadi 5 wilayah utama, yaitu pertama mengenali emosi diri, yaitu kesadaran diri dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar EQ. Pada tahap ini diperlukan adanya pemantauan perasaan dari waktu ke waktu agar timbul wawasan psikologi dan pemahaman tentang diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berada dalam kekuasaan perasaan. Sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya yang berakibat buruk bagi pengambilan keputusan masalah (Goleman 2002)

Kedua yaitu mengelola emosi. Mengelola emosi berarti menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat, hal ini merupakan kecakapan yang sangat bergantung pada kesadaran diri (Goleman, 2002). Emosi dikatakan berhasil dikelola apabila mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua itu. Sebaliknya orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri (Zainun, 2002)

Ketiga, memotivasi diri sendiri (Goleman, 2002). Kemampuan seseorang memotivasi diri erat hubungannya dengan cara mengendalikan dorongan hati, derajat kecemasan yang berpengaruh terhadap kerja seseorang, kekuatan berfikir positif, optimisme, dan keadaan *flow* (mengikuti aliran, yaitu keadaan ketika perhatian seseorang sepenuhnya tercurah kedalam apa yang sedang terjadi). Dengan kemampuan memotivasi diri yang dimiliki maka seseorang akan cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya (Zainun, 2002)

Keempat adalah mengenali emosi orang lain, disebut juga empati, merupakan keterampilan dalam bergaul bergantung pada kesadaran diri emosional (Goleman 2002). Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, maka dapat dipastikan bahwa ia akan terampil membaca perasaan orang lain. Sebaliknya orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri dapat dipastikan tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain. (Zainun, 2002)

Kelima, membina hubungan dengan orang lain, atau seni membina hubungan. Ini merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Seni berhubungan ini sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain (Zainun, 2002). Keterampilan ini menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi (Goleman, 2002)

Dari kelima wilayah di atas, seseorang memiliki kemampuan berbeda-beda dengan seseorang lainnya. Kekurangan-kekurangan dalam keterampilan emosional dapat diperbaiki sampai tingkat yang lebih tinggi (Goleman, 2002)

## **2. Kegiatan Ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) Menumbuh-kembangkan Kecerdasan Emosi Siswa SMU**

Bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) pada tingkat perkembangannya mempunyai tugas-tugas perkembangan seperti dikemukakan Cole (1959) sebagai berikut: "Tugas-tugas perkembangan pada usia remaja bertujuan untuk: (1) kematangan

emosional, (2) kemantapan minat terhadap lawan jenis, (3) kematangan sosial, (4) kebebasan diri dari kontrol orang tua, (5) kematangan intelektual, (6) kematangan dalam pemilihan pekerjaan, (7) efisiensi dalam penggunaan waktu luang, (8) kematangan dalam menghadapi falafah hidup, (9) kematangan dalam kemampuan mengidentifikasi diri." Pada fase perkembangan ini siswa harus mendapat perhatian khusus dan pembinaan yang intensif guna menghasilkan siswa-siswa yang mandiri dan berkualitas.

Pada usia seperti siswa SMA atau remaja yang memasuki dunia panca roba, mereka banyak menimbulkan kesulitan di sekolah sehubungan dengan perubahan-perubahan yang dialami oleh mereka. Remaja biasanya menarik diri dari orangtua mereka. Untuk ini diperlukan kesadaran aktif dari remaja itu yang harus selalu ditanamkan, sehingga mereka tidak berbuat menyimpang dari kewajiban dan tanggung jawab hidupnya. Segel (1997) mengemukakan "Berikanlah satu atau dua pekerjaan kepada anak remaja anda yang dapat mereka selesaikan dengan baik. Sesungguhnya, ini kebiasaan yang seharusnya dimulai sejak dini, terutama menginjak: remaja. Jika mereka ingin mandiri, mereka harus memiliki rasa bahwa dirinya bernilai, yang dapat ditanamkan melalui pemberian tanggung jawab yang nyata".

Masa remaja dikenal dengan masa *storm and stress* dimana terjadi pergolakan emosi yang diiringi dengan pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan secara psikis yang bervariasi. Pada masa remaja (usia 12 sampai dengan 21 tahun) terdapat beberapa fase (Monks, 1985), fase remaja awal (usia 12 tahun sampai dengan 15 tahun), remaja pertengahan (usia 15 tahun sampai dengan 18 tahun) masa remaja akhir (usia 18 sampai dengan 21 tahun) dan diantaranya juga terdapat fase pubertas yang merupakan fase yang sangat singkat dan terkadang menjadi masalah tersendiri bagi remaja dalam menghadapinya. Fase pubertas ini berkisar dari usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 16 tahun (Hurlock, 1992) dan setiap individu memiliki variasi tersendiri. Masa pubertas sendiri berada tumpang tindih antara masa anak dan masa remaja, sehingga kesulitan pada masa tersebut dapat menyebabkan remaja mengalami kesulitan menghadapi fase-fase perkembangan selanjutnya. Pada fase itu remaja mengalami perubahan dalam sistem kerja hormon dalam tubuhnya dan hal ini memberi dampak baik pada bentuk fisik (terutama organ-organ seksual) dan psikis terutama emosi.

Pergolakan emosi yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari bermacam pengaruh, seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Masa remaja

yang identik dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi, membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Bila aktivitas-aktivitas yang dijalani di sekolah (pada umumnya masa remaja lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah) tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka remaja seringkali meluapkan kelebihan energinya ke arah yang tidak positif, misalnya tawuran. Hal ini menunjukkan betapa besar gejolak emosi yang ada dalam diri remaja bila berinteraksi dalam lingkungannya.

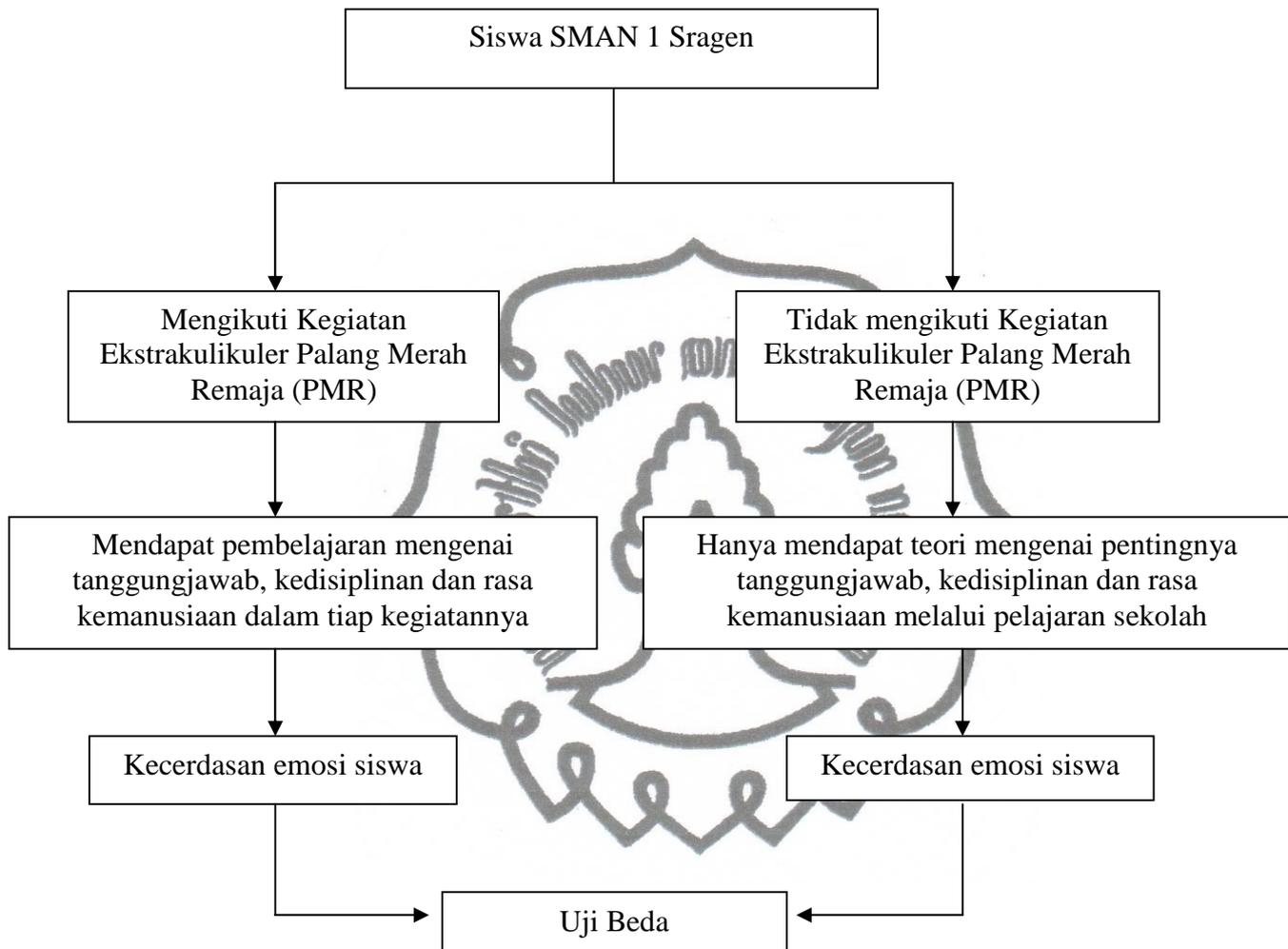
Salah satu cara mengarahkan remaja terutama siswa SMA agar mereka dapat lebih bertanggung jawab dan mandiri adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler. Hal ini berdasarkan SK Mendikbud 0461/U/1984 dan SK Dirjen Dikdasmen 226/C/Kep/O/1992 .

Palang merah Remaja (PMR) sebagai salah satu jenis kegiatan ekstra kurikuler yang ada di SMA, membantu siswa dalam proses pembentukan diri yang bertanggung jawab, berkepedulian sosial, berdisiplin dan bekerja sama, di samping peningkatan kesehatan, kebersihan, pemahaman akan gizi, kebersamaan, persahabatan nasional/internasional, serta penanaman kesadaran dan apresiasi terhadap nilai luhur kemanusiaan universal. Dalam kegiatan ekstrakurikuler ini dikembangkan pengalaman – pengalaman yang bersifat nyata yang dapat membawa siswa pada kesadaran atas pribadi, sesama, lingkungan dan Tuhan-nya, dengan kata lain bahwa kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan *Emotional Qoutient* (EQ) siswa yang di dalamnya terdapat aspek kecerdasan sosial/kompetensi sosial. (Shodiq, 1997).

Palang Merah Remaja (PMR) adalah bagian dari Palang Merah Indonesia (PMI) sebagai salah satu bentuk Pendidikan Luar Sekolah, yang diikuti oleh peserta usia remaja (17-21tahun). Usia remaja dinilai sangat strategis bagi penanaman nilai luhur kemanusiaan dan pembentukan kepribadian mereka, sebab pada masa formative years ini, mereka pada umumnya dapat dipengaruhi sedemikian rupa sehingga kepribadian setelah umur tersebut menjadi stabil dan umumnya tidak berubah lagi. Tepatlah kiranya jika pada diri mereka ditanamkan nilai kemanusiaan yang tertera dalam tujuh misi utama PMI yaitu, nilai kemanusiaan, kesamaan, kenetralan, kemandirian, kesukarelaan, kesatuan dan kesemestaan. Di dalam PMR juga ditanamkan sikap prososial yaitu, suatu sikap yang bersifat universal yang meliputi aspek simpatik, koperatif, memberi bantuan

dan pertolongan, memberi donasi, kesediaan berkorban, gemar menyelamatkan sesama dan sikap sukarela dalam malakukan kegiatan kemanusiaan. (Shodiq, 1997).

## B. Kerangka Berfikir



## C. Hipotesis

1. Ada perbedaan kecerdasan emosi antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja dan yang tidak mengikuti.
2. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja memiliki kecerdasan emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan tersebut.

### BAB III

## METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Dalam studi ini, variable bebas (faktor resiko) dan tergantung (efek) dinilai secara simultan pada suatu saat. Jadi tidak ada *follow-up* pada studi ini (Sastroasmoro, 1995).

#### B. Lokasi penelitian

Penelitian dilakukan di SMAN 1 Sragen pada tanggal 25 November 2009.

#### C. Subjek Penelitian

Penelitian dilakukan pada siswa SMAN 1 Sragen dengan kriteria sebagai berikut :

1. Kriteria Inklusi:
  - a. Siswa SMAN 1 Sragen
  - b. Siswa laki-laki dan perempuan
2. Kriteria Eksklusi:
  - a. Bukan siswa SMAN 1 Sragen
  - b. Siswa yang menderita penyakit fisik berat atau menahun

#### D. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan 2 cara yaitu dengan purposive sampling dan cluster random sampling. Purposive yaitu memilih sampel yang memiliki karakteristik tertentu (Patton, 1990). Sedangkan cluster random sampling yaitu Pengambilan sampel dilakukan terhadap sampling unit, dimana sampling unitnya terdiri dari satu kelompok (cluster). Tiap item (individu) di dalam kelompok yang terpilih akan diambil sebagai sampel (Ansari Fuad, 1975). Purposive sampling digunakan pada kelompok siswa yang mengikuti PMR, sedangkan cluster random sampling digunakan pada kelompok siswa yang tidak mengikuti PMR.

Pada penelitian ini sampel diambil yang memenuhi kriteria baik inklusi maupun eksklusi yaitu siswa SMAN 1 Sragen, baik yang mengikuti maupun yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR). Besar sampel ditetapkan menggunakan *convenience sampling* (Sastroasmoro, 1995).

### E. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas : Keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR)
2. Variabel Terikat : Kecerdasan Emosi (EQ)
3. Variabel Luar
  - a. terkendali : Tingkat intelegensi siswa, umur, jenis kelamin
  - b. tidak terkendali : Psikologis siswa, keikutsertaan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler lain, keikutsertaan siswa dalam kegiatan sosial di lingkungan tempat tinggalnya

### F. Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Bebas

Keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja adalah status yang membedakan siswa SMA yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja dan yang tidak.

  - a. Siswa yang mengikuti kegiatan Palang Merah Remaja (PMR) adalah siswa yang menjadi pengurus ekstrakurikuler tersebut dan meluangkan waktunya untuk mengikuti kegiatan atau acara yang diadakan oleh Palang Merah Remaja (PMR).
  - b. Siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) adalah siswa yang bukan anggota dari ekskul tersebut dan tidak pernah mengikuti kegiatan Palang Merah Remaja).

Dalam penelitian ini status keikutsertaan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja dapat diketahui melalui lembar identitas diri yang diisi subjek pada angket kecerdasan emosi dan melalui informasi sekolah subjek.

Skala nominal.

2. Variabel Terikat
  - a) Kecerdasan emosi (EQ) menurut Goleman merujuk pada kemampuan seseorang mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 2002)
  - b) Alat ukur yang digunakan adalah angket inventory EQ menurut Goleman yang telah di validasi dengan nilai  $p < 0,05$  dan telah di uji realibilitasnya dengan nilai koefisien realibilitas sebesar 0,806.
  - c) Skala yang digunakan adalah interval.

## G. Instrumen Penelitian

1. Angket L-MMPI (*Lie Scale Minnesota Multiphasic Personality Inventory*). Instrumen ini digunakan untuk menguji kejujuran responden dalam menjawab pertanyaan yang ada pada angket penelitian. Skala L-MMPI berisi 15 butir pernyataan untuk dijawab responden dengan "ya" bila butir pertanyaan dalam L-MMPI sesuai dengan perasaan dan keadaan responden, dan "tidak" bila tidak sesuai dengan perasaan dan keadaan responden. Responden dapat dipertanggungjawabkan kejujurannya bila jawaban "tidak" berjumlah 10 atau kurang (Salan, 1981).

2. Angket EQ. Pada subyek penelitian dikenakan skala EQ yang disusun berdasarkan aspek-aspek EQ menurut Goleman (2002) yaitu meliputi kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Skala ini telah digunakan (Faturrahman, 2007) dalam penelitiannya dengan item valid sebanyak 50 item dari 60 item.

Angket ini terdiri dari dua macam pernyataan yaitu pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. *Favourable* adalah pernyataan yang mendukung, memihak, atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur, sedang pernyataan *unfavourable* adalah pernyataan yang tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri atribut yang diukur.

Dalam pembuatan alat ukur digunakan skala: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pemberian skor untuk tiap subyek didasarkan atas sifat pernyataan dan alternatif jawaban yang dipilih. Untuk pernyataan yang bersifat *favourable*:

|                     |     |
|---------------------|-----|
| Sangat Setuju       | : 4 |
| Setuju              | : 3 |
| Tidak Setuju        | : 2 |
| Sangat Tidak Setuju | : 1 |

Sedangkan untuk pernyataan yang bersifat *unfavourable*:

|                     |     |
|---------------------|-----|
| Sangat Setuju       | : 1 |
| Setuju              | : 2 |
| Tidak Setuju        | : 3 |
| Sangat Tidak Setuju | : 4 |

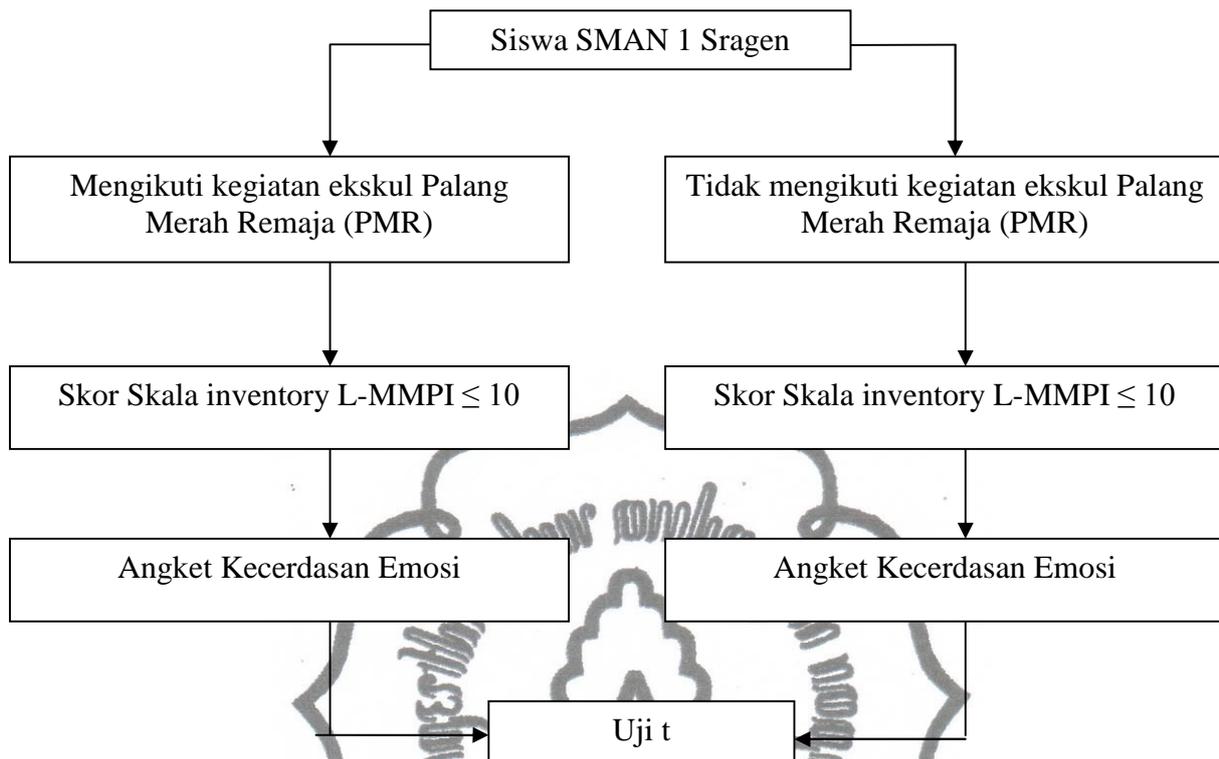
**Tabel 1.** Sebaran item *blue print* yang telah divalidasi angket inventory EQ

| Jenis item          | Nomor item  | jumlah |
|---------------------|---|--------|
| <i>Favourable</i>   | 2,3,5,6,9,10,12,16,20,21,22,25,26,34,37,40,43,46,48,50,52,53,54,58,59   | 25     |
| <i>Unfavourable</i> | 1,7,8,11,14,15,17,19,23,24,27,29,31,32,35,36,38,39,42,44,47,55,56,57,60 | 25     |
| Jumlah              |   | 50     |

## H. Cara Kerja

1. Mahasiswa mengisi data identitas
2. Mengisi angket L-MMPI (*Lie Scale Minnesota Multihasic Personality Inventory*) dimana yang memenuhi syarat sebagai subjek penelitian yaitu apabila jawaban “tidak” berjumlah  $\leq 10$  (Salan, 1981).
3. Mengisi angket EQ
4. Responden yang diikutkan perhitungan dalam analisis yaitu responden yang memiliki skor L-MMPI dengan jawaban tidak 10 atau kurang.
5. Data yang di dapat dianalisis menggunakan uji-t dengan derajat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

## I. Skema Penelitian



## J. Analisis Data

Analisis data menggunakan uji-t dengan derajat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

Rumus uji-t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{SD_1^2}{n_1 - 1} + \frac{SD_2^2}{n_2 - 1}}}$$

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

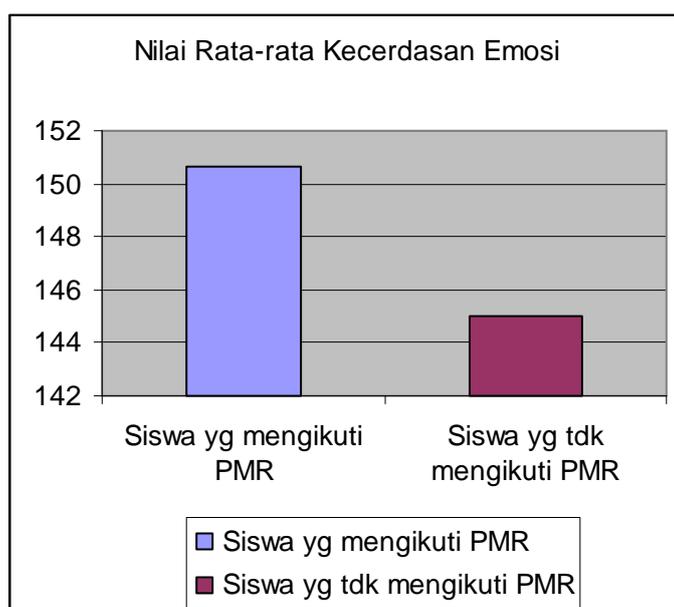
Dari hasil penelitian didapat 60 sampel yang terdiri dari 30 sampel siswa yang mengikuti PMR dan 30 sampel siswa yang tidak mengikuti PMR. Sebanyak 60 sampel tersebut telah melakukan pengisian angket kecerdasan emosi (EQ).

Nilai hasil pengisian angket inventory EQ dari 60 sampel yang memenuhi syarat, akan ditampilkan dalam tabel 1.4.

Tabel 4.1  
Perbandingan Rerata Nilai EQ  
Antara Dua Kelompok

| Variabel         | Kelompok       |                     | P value |
|------------------|----------------|---------------------|---------|
|                  | Mengikuti PMR  | Tidak Mengikuti PMR |         |
| Kecerdasan Emosi | 150,67 ± 5,979 | 145 ± 5,988         | 0,001   |

Data dan analisis statistik didapatkan perbedaan kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja mempunyai nilai rata-rata sebesar 150,67 dengan standar deviasi sebesar 5,979, sedangkan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja mempunyai nilai rata-rata 145,00 dengan standar deviasi sebesar 5,988.



Gambar 4.1 Grafik Nilai Rata-Rata Kecerdasan Emosi

Pengolahan data dilakukan dengan uji perbedaan rata-rata menghasilkan  $t$  hitung sebesar 3,668 dengan  $p$  value = 0,001, karena  $p$  value  $< \alpha$  0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Maka dapat dinyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan kecerdasan emosi antara siswa SMA yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMAN 1 Sragen, dimana pada kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) mempunyai nilai kecerdasan emosi yang lebih tinggi dari pada siswa yang tidak mengikuti kegiatan tersebut.



## BAB V

### PEMBAHASAN

Dari analisis data dengan uji beda rata-rata didapatkan perbedaan yang bermakna kecerdasan emosi antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dan yang tidak. Hal ini sesuai dengan Staf IQEQ (2003) yang menyebutkan bahwa pertumbuhan EQ dipengaruhi oleh beberapa faktor, misalnya faktor lingkungan, dan faktor keluarga. Pergolakan emosi yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari bermacam pengaruh, seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Masa remaja yang identik dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi, membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Bila aktivitas-aktivitas yang dijalani di sekolah (pada umumnya masa remaja lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah) tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka remaja seringkali meluapkan kelebihan energinya ke arah yang tidak positif, misalnya tawuran. Hal ini menunjukkan betapa besar gejolak emosi yang ada dalam diri remaja bila berinteraksi dalam lingkungannya.

Menurut teori sebelumnya yang menyatakan bahwa seseorang yang cerdas emosinya mampu mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 2002).

Kecerdasan emosi adalah sebuah gambaran mental dari seseorang yang cerdas dalam menganalisis, merencanakan dan menyelesaikan masalah, mulai dari yang ringan hingga kompleks. Dengan kecerdasan ini, seseorang bisa memahami, mengenal, dan memilih kualitas mereka sebagai manusia (Lim, 2007).

Sementara Cooper dan Sawaf (1998) mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosi menuntut penilaian perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari (Cooper dan Sawaf dalam Zainun, 2002), sehingga dengan kecerdasan emosi tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah

kepuasan dan mengatur suasana hati (Zainun, 2002). Penempatan emosi yang tepat ini akan mempengaruhi seseorang untuk lebih memilih respon emosi sehat.

Orang yang cerdas emosinya, akan lebih mudah menghadapi masalah yang dihadapi. Orang tersebut akan mampu mengelola luapan-luapan emosinya tersebut dengan baik. Sehingga orang tersebut akan lebih tegar ketika dihadapkan dengan suatu masalah. Karena setiap orang tidak akan lepas dari suatu masalah, oleh karenanya orang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan mampu mengelola emosinya. Kualitas emosional yang tercakup dalam EQ mencakup empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, Kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah antarpribadi, ketekunan, kesetiakawanan, dan sikap hormat.(Salovey dan Mayer, dalam Shapiro, 1997).



## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diambil kesimpulan adanya perbedaan yang signifikan kecerdasan emosi antara siswa SMA yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) dan yang tidak di SMAN I Sragen. Dimana siswa yang mengikuti ekskul PMR memiliki kecerdasan emosi yang lebih tinggi daripada siswa yang tidak mengikuti.

#### B. Saran

1. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengingat variabel-variabel luar yang mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang yang tidak ikut diteliti.
2. Proses pembelajaran sekolah seharusnya lebih memperhatikan kebermaknaan dalam belajar, salah satu cara mengarahkan remaja terutama siswa SMA agar mereka dapat lebih bertanggung jawab dan mandiri adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler sekolah

