

Damhil Education Journal

Volume 6 Nomor 1, Tahun 2026

ISSN: 2776-8228 (Print) / ISSN: 2776-2505 (Online)

Doi: [10.37905/dej.v6i1.2825](https://doi.org/10.37905/dej.v6i1.2825)

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DAN PRESTASI BELAJAR SISWA

Sutari, Universitas Muhammadiyah Luwuk, Indonesia

Aldy Novrianto Bolitan, ✉ Universitas Muhammadiyah Luwuk, Indonesia

✉ aldibolitan@gmail.com

Abstract: *Many factors influence student learning achievement, both intellectual and non-intellectual. Although cognitive abilities are often considered the main determinant of academic success, emotional factors play an equally important role. Emotional intelligence, which includes the ability to manage feelings and build interpersonal relationships, has been proven to be a significant supporting factor in academic achievement. This study aims to examine the relationship between emotional intelligence and student academic achievement. Emotional intelligence includes the ability to recognize, understand, and manage one's own emotions and those of others, which is believed to have an influence on academic achievement. Through a literature review of various previous studies, it was found that students with high emotional intelligence tend to be better able to cope with learning pressures, regulate motivation, and establish healthy social interactions, all of which contribute to academic success. The discussion suggests that emotional intelligence does not stand alone but can support students' intellectual potential. Therefore, the development of this aspect needs attention in the learning process at school. This study suggests that schools and educators begin to implement a learning approach that considers the balance between cognitive and emotional aspects to support more comprehensive learning achievement.*

Keywords: *emotional intelligence, academic achievement, student motivation, emotion management, social interaction.*

Abstrak: Banyak faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa, baik dari segi intelektual maupun non-intelektual. Meskipun kemampuan kognitif sering dianggap sebagai penentu utama keberhasilan akademik, faktor emosional ternyata memainkan peran yang tidak kalah penting. Kecerdasan emosional, yang mencakup kemampuan mengelola perasaan dan membina hubungan interpersonal, telah terbukti menjadi faktor pendukung yang signifikan dalam pencapaian akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar siswa. Kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain, yang diyakini memiliki pengaruh terhadap pencapaian akademik. Melalui kajian pustaka terhadap berbagai hasil penelitian terdahulu, ditemukan bahwa siswa dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan belajar, mengatur motivasi, serta menjalin interaksi sosial yang sehat, yang semuanya berkontribusi terhadap keberhasilan akademik. Dalam pembahasan dikemukakan bahwa kecerdasan emosional tidak berdiri sendiri, namun dapat menjadi pendukung bagi potensi intelektual yang dimiliki siswa. Oleh karena itu, pengembangan aspek ini perlu mendapatkan perhatian dalam proses pembelajaran di sekolah. Penelitian ini menyarankan agar pihak sekolah dan pendidik mulai menerapkan pendekatan pembelajaran yang memperhatikan keseimbangan antara aspek kognitif dan emosional demi mendukung prestasi belajar yang lebih menyeluruh.

Kata kunci: kecerdasan emosional, prestasi belajar, motivasi siswa, pengelolaan emosi, interaksi sosial.

PENDAHULUAN

Prestasi belajar siswa sering kali dianggap hanya dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual semata, padahal dalam praktiknya banyak siswa yang memiliki nilai IQ tinggi namun mengalami hambatan dalam mencapai hasil belajar yang optimal. Di sisi lain, ada pula siswa yang secara kognitif berada pada tingkat rata-rata namun mampu menunjukkan konsistensi dalam pencapaian akademik mereka (Ardian et al., 2019). Fenomena ini mengisyaratkan bahwa terdapat aspek lain yang turut berperan dalam menentukan prestasi belajar, salah satunya adalah kecerdasan emosional. Dalam proses pembelajaran, siswa tidak hanya dituntut untuk memahami materi secara logis, tetapi juga harus mampu mengelola emosi, bekerja sama dengan teman, dan beradaptasi dengan tekanan akademik maupun sosial.

Kecerdasan emosional mengacu pada kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengatur emosi diri serta menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain (Farhan & Alfin, 2023). Dalam dunia pendidikan, siswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu mengatasi rasa cemas saat ujian, menghadapi konflik antar teman, dan mempertahankan motivasi belajar. Hal tersebut menunjukkan bahwa faktor emosional dapat menjadi fondasi penting bagi keberhasilan belajar. Beberapa studi terdahulu telah menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan pengendalian emosi dan empati yang tinggi, cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih stabil. Kemampuan ini membantu siswa untuk tetap fokus, mengatur waktu, dan bekerja sama dalam kelompok belajar.

Perkembangan penelitian dalam bidang pendidikan mulai menunjukkan pergeseran paradigma yang lebih menekankan pada aspek holistik dalam melihat faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan belajar siswa. Tidak hanya berfokus pada hasil tes atau penilaian akhir, tetapi juga pada bagaimana proses belajar itu berlangsung secara emosional dan sosial. Dalam beberapa tahun terakhir, kajian mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar semakin banyak dilakukan. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan kecenderungan bahwa siswa dengan pengelolaan emosi yang baik akan lebih mudah beradaptasi dengan tantangan belajar. Misalnya, mereka mampu menetapkan tujuan belajar yang realistis dan tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan (Hadiwijaya, 2022).

Secara teoritis, kecerdasan emosional terdiri dari beberapa komponen utama seperti kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial (Hartini & Yasin, 2019). Kelima komponen ini berperan besar dalam membantu siswa menjalani proses belajar secara efektif. Ketika seorang siswa mampu memahami perasaannya sendiri, ia dapat mengatur respon terhadap tekanan akademik dan konflik interpersonal di lingkungan sekolah. Di samping itu, motivasi yang berasal dari dalam diri sendiri juga menjadi faktor yang menjaga semangat belajar tetap tinggi, bahkan saat menghadapi kesulitan.

Berbagai penelitian sebelumnya mendukung adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar (Setyawan & Simbolon, 2021). Misalnya, hasil kajian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki keterampilan sosial yang baik dan mampu merespons tekanan emosional dengan tenang cenderung memiliki nilai akademik yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang kesulitan dalam mengelola emosi. Oleh karena itu, penting bagi dunia pendidikan untuk mulai memperhatikan pengembangan kecerdasan emosional sebagai bagian

integral dari proses pembelajaran. Tidak hanya siswa yang perlu dibekali keterampilan ini, tetapi juga guru dan orang tua agar dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif secara emosional.

Berdasarkan uraian tersebut, penulisan artikel ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam tentang bagaimana hubungan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar siswa. Dengan menggunakan pendekatan kajian pustaka, artikel ini akan mengupas konsep-konsep utama yang berkaitan dengan dua variabel tersebut, serta menyajikan hasil-hasil temuan dari berbagai studi terdahulu yang relevan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih utuh tentang pentingnya pengembangan aspek emosional dalam mendukung keberhasilan akademik siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian pustaka yang bertujuan untuk menggali keterkaitan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar siswa melalui penelaahan terhadap berbagai sumber ilmiah yang relevan. Ruang lingkup kajian difokuskan pada teori-teori dasar mengenai kecerdasan emosional serta hasil-hasil penelitian empiris yang menelusuri pengaruh aspek emosional terhadap capaian akademik di tingkat sekolah menengah maupun dasar. Bahan utama yang digunakan berupa artikel jurnal nasional dan internasional yang dipublikasikan dalam lima tahun terakhir. Artikel yang dianalisis dipilih secara selektif berdasarkan kesesuaiannya dengan topik dan kelayakan akademik. Seluruh sumber pustaka diperoleh melalui pangkalan data jurnal seperti Google Scholar, ScienceDirect, DOAJ, dan Garuda Ristekbrin. Proses penelusuran dilakukan menggunakan kata kunci seperti “emotional intelligence,” “academic achievement,” “student performance,” dan “school learning outcomes.” Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara membaca, mencatat, dan mengklasifikasi hasil-hasil penelitian yang relevan. Setiap temuan yang terkumpul dianalisis secara sistematis untuk menemukan pola hubungan dan kecenderungan yang muncul dalam berbagai konteks pendidikan. Definisi operasional dari kecerdasan emosional mengacu pada kemampuan siswa dalam mengenali dan mengelola emosi, sementara prestasi belajar diartikan sebagai capaian akademik siswa yang dapat diukur melalui nilai atau indikator keberhasilan pembelajaran lainnya. Teknik analisis yang digunakan bersifat deskriptif-kualitatif, dengan menitikberatkan pada pemahaman makna dan kecenderungan hubungan antara dua variabel utama tersebut.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Konsep Kecerdasan Emosional dalam Dunia Pendidikan

Kecerdasan emosional merupakan salah satu bentuk kemampuan non-kognitif yang belakangan ini semakin banyak dibahas dalam dunia pendidikan karena pengaruhnya terhadap proses dan hasil belajar siswa (Syawahid & Retnawati, 2021). Istilah ini pertama kali diperkenalkan dalam kajian psikologi, yang menjelaskan bahwa kecerdasan tidak hanya terbatas pada aspek logika dan kemampuan intelektual, tetapi juga mencakup keterampilan memahami dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain. Dalam ruang lingkup sekolah, pemahaman terhadap konsep ini menjadi penting karena proses pembelajaran tidak hanya bersentuhan dengan aspek kognitif, tetapi juga dengan interaksi sosial, tekanan emosional, serta dinamika psikologis yang dialami siswa sehari-hari.

Secara umum, kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara efektif dalam beragam situasi (Narwoto & Soeharto, 2019). Beberapa ahli menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mencakup lima komponen utama: kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (Dartija, 2019). Kesadaran diri berkaitan dengan kemampuan mengenali perasaan dan bagaimana perasaan tersebut memengaruhi pikiran dan perilaku. Pengaturan diri mengacu pada kemampuan untuk mengendalikan impuls, mengelola emosi negatif, dan menyesuaikan diri terhadap perubahan. Sementara itu, motivasi berkaitan dengan dorongan batin untuk mencapai tujuan, empati adalah kemampuan memahami perasaan orang lain, dan keterampilan sosial menyangkut kemampuan menjalin hubungan yang sehat dan produktif.

Dalam konteks sekolah, kelima komponen tersebut memainkan peran besar dalam menentukan sejauh mana siswa dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar. Misalnya, seorang siswa yang memiliki kesadaran diri yang baik akan mampu menyadari kapan dirinya merasa stres atau cemas, dan kemudian mencari cara yang tepat untuk mengelola perasaan tersebut agar tidak mengganggu proses belajarnya. Demikian pula, kemampuan mengatur diri memungkinkan siswa untuk tetap fokus meskipun berada dalam tekanan, menghindari perilaku impulsif, dan mampu menunda kepuasan demi tujuan jangka panjang, seperti menyelesaikan tugas tepat waktu atau belajar menjelang ujian.

Motivasi diri juga merupakan bagian yang tidak bisa diabaikan. Siswa yang memiliki motivasi internal yang kuat biasanya lebih tahan terhadap kegagalan, tidak mudah menyerah, dan lebih tekun dalam menghadapi tantangan akademik. Mereka belajar bukan semata karena dorongan dari luar seperti nilai atau pujian, melainkan karena memiliki keinginan kuat untuk berkembang. Di sisi lain, empati dan keterampilan sosial mendukung keberhasilan siswa dalam bekerja sama dalam kelompok, menyelesaikan konflik secara damai, serta membangun hubungan baik dengan guru dan teman sekelas. Penting untuk dipahami bahwa kecerdasan emosional bukanlah sesuatu yang bersifat bawaan sejak lahir dan tidak bisa diubah. Banyak studi menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dapat ditumbuhkan dan dilatih melalui berbagai program pendidikan dan pendekatan pembelajaran yang tepat. Misalnya, kegiatan diskusi kelompok, pelatihan keterampilan sosial, serta bimbingan konseling berbasis pemahaman emosi dapat membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan tersebut. Dengan kata lain, kecerdasan emosional adalah keterampilan yang berkembang melalui pengalaman, pembelajaran, dan interaksi sosial yang bermakna.

Berbagai penelitian dalam bidang psikologi pendidikan telah mengonfirmasi bahwa siswa dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, mampu menghadapi tekanan belajar dengan lebih tenang, dan lebih mudah beradaptasi dalam lingkungan yang dinamis. Hal ini menunjukkan bahwa peran kecerdasan emosional dalam pendidikan tidak bisa dianggap sepele. Bahkan, dalam banyak kasus, keberhasilan akademik tidak hanya ditentukan oleh seberapa pandai siswa menghafal atau memahami materi pelajaran, tetapi juga oleh bagaimana ia mengelola perasaannya saat menghadapi kesulitan.

Dalam kehidupan sekolah, siswa menghadapi berbagai tekanan, mulai dari tugas yang menumpuk, ujian, konflik dengan teman, hingga harapan dari orang tua

dan guru. Semua ini memunculkan respons emosional yang beragam. Tanpa kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik, siswa bisa mengalami stres berlebihan, kehilangan motivasi, atau bahkan mengalami gangguan psikologis ringan seperti kecemasan belajar. Namun, siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan tersebut dengan cara yang lebih sehat dan produktif.

Di sisi lain, guru juga berperan dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa. Guru yang memahami dinamika emosi siswa akan lebih mudah menciptakan suasana belajar yang kondusif. Misalnya, ketika seorang siswa terlihat murung dan tidak fokus di kelas, guru yang peka secara emosional akan mencoba memahami penyebabnya, bukan langsung memberi hukuman. Dengan begitu, siswa merasa dihargai dan lebih termotivasi untuk belajar. Hal ini memperlihatkan bahwa pendidikan yang mengintegrasikan aspek emosional bukan hanya berdampak pada individu siswa, tetapi juga pada iklim belajar secara keseluruhan.

Penerapan pendidikan karakter dan program sosial-emosional di berbagai negara juga menjadi bukti bahwa kecerdasan emosional telah diakui sebagai bagian dari kompetensi abad ke-21 yang perlu ditanamkan sejak dini. Program seperti Social and Emotional Learning (SEL) misalnya, telah diterapkan secara luas di sekolah-sekolah di Amerika Serikat dan terbukti meningkatkan prestasi akademik, mengurangi perilaku negatif, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Di Indonesia sendiri, pendekatan serupa mulai dikembangkan melalui pendidikan karakter yang menekankan pada pembentukan kepribadian dan penguatan nilai-nilai sosial. Kecerdasan emosional memiliki keterkaitan erat dengan keberhasilan siswa dalam menjalani proses belajar di sekolah. Kemampuan ini tidak hanya mendukung penguasaan materi pelajaran, tetapi juga menjadi landasan untuk menghadapi tantangan yang lebih kompleks di masa depan. Oleh karena itu, sudah saatnya pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian nilai akademik semata, tetapi juga pada pengembangan aspek emosional sebagai bagian dari pembentukan siswa yang utuh, seimbang, dan siap menghadapi dunia yang terus berubah.

Prestasi Belajar Siswa dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya

Menerapkan Prestasi belajar merupakan hasil dari serangkaian proses yang dialami siswa dalam kegiatan pembelajaran. Umumnya, prestasi ini diukur melalui nilai akademik atau indikator tertentu yang merefleksikan keberhasilan dalam menguasai materi pelajaran (Laumara et al., 2018). Namun, prestasi belajar bukan hanya sekadar angka di rapor, melainkan juga cerminan dari pemahaman, keterampilan berpikir, kedisiplinan, dan kemampuan mengelola tantangan selama proses pembelajaran berlangsung. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa prestasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri siswa maupun dari luar.

Salah satu faktor utama yang sering menjadi fokus adalah kemampuan intelektual atau kecerdasan kognitif. Kemampuan ini berkaitan dengan daya pikir logis, memori, kemampuan menyelesaikan masalah, dan kecepatan dalam memahami informasi baru. Dalam tradisi pendidikan yang menekankan capaian akademik, faktor ini biasanya dijadikan tolok ukur utama dalam menentukan prestasi siswa. Namun, dalam praktiknya, tidak semua siswa yang memiliki IQ tinggi menunjukkan prestasi yang baik, begitu pula sebaliknya. Ada siswa dengan

IQ sedang atau bahkan rendah, tetapi mampu menunjukkan ketekunan, motivasi tinggi, serta kemampuan sosial yang kuat sehingga prestasinya justru melampaui ekspektasi.

Faktor internal lain yang tidak kalah berpengaruh adalah motivasi belajar. Motivasi dapat bersumber dari dalam diri (motivasi intrinsik) maupun dari luar (motivasi ekstrinsik) (Juliawan, 2022). Motivasi intrinsik muncul dari keinginan untuk belajar demi pemenuhan rasa ingin tahu, sedangkan motivasi ekstrinsik berkaitan dengan dorongan untuk mendapatkan penghargaan, nilai, atau pengakuan dari orang lain. Siswa yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih gigih, tidak mudah menyerah saat mengalami kesulitan, dan lebih fokus dalam mencapai tujuan belajar mereka. Sebaliknya, rendahnya motivasi dapat menyebabkan kurangnya semangat belajar, cepat menyerah, serta kurangnya ketertarikan terhadap materi pelajaran. Selain itu, strategi belajar yang digunakan siswa juga turut memengaruhi prestasi mereka. Siswa yang memiliki strategi belajar yang baik, seperti kemampuan mengatur waktu, menyusun prioritas, mencatat hal-hal penting, serta merefleksikan hasil belajar, akan lebih mudah mencapai target akademik. Strategi ini berkaitan erat dengan keterampilan manajemen diri yang sering kali juga dipengaruhi oleh aspek emosional dan sosial. Siswa yang mampu mengelola waktu dan emosinya secara efektif cenderung lebih teratur dalam belajar dan tidak mudah teralihkan oleh gangguan.

Lingkungan keluarga juga menjadi faktor eksternal yang sangat berpengaruh. Dukungan dari orang tua, baik secara emosional maupun akademik, sangat membantu siswa dalam menjalani proses belajar. Misalnya, ketika orang tua menyediakan waktu untuk mendampingi anak belajar atau menunjukkan ketertarikan terhadap kegiatan sekolah anak, siswa cenderung merasa dihargai dan termotivasi. Selain itu, suasana rumah yang tenang dan bebas dari konflik juga memberikan ruang yang kondusif bagi siswa untuk belajar. Sebaliknya, tekanan dari orang tua, tuntutan berlebihan, atau konflik dalam keluarga justru dapat menurunkan minat dan konsentrasi belajar. Di samping itu, lingkungan sekolah juga memberikan kontribusi besar terhadap prestasi belajar siswa. Iklim sekolah yang mendukung, hubungan positif antara guru dan siswa, serta sistem pembelajaran yang partisipatif dan menyenangkan dapat meningkatkan semangat belajar siswa. Guru yang mampu menciptakan suasana kelas yang nyaman, terbuka, dan komunikatif membuat siswa merasa aman untuk bertanya, berdiskusi, dan mengekspresikan pendapat. Pendekatan pengajaran yang tidak kaku, melibatkan siswa secara aktif, serta memperhatikan perbedaan karakter dan gaya belajar masing-masing siswa turut memperkuat keberhasilan proses pembelajaran.

Faktor sosial seperti hubungan dengan teman sebaya juga tidak bisa diabaikan. Interaksi dengan teman dapat menjadi sumber dukungan emosional maupun akademik. Siswa yang memiliki hubungan sosial yang positif cenderung lebih percaya diri, memiliki rasa keterikatan terhadap sekolah, dan mampu bekerja sama dalam tugas kelompok. Namun, sebaliknya, konflik sosial atau perundungan dapat menurunkan kepercayaan diri dan minat belajar. Dalam situasi tertentu, tekanan dari kelompok teman sebaya bahkan bisa menyebabkan siswa terjerumus pada perilaku menyimpang yang menghambat prestasi belajar. Aspek psikologis seperti kepercayaan diri, kecemasan, dan stres juga sangat menentukan. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih berani menghadapi tantangan dan tidak takut gagal. Sementara itu, kecemasan yang berlebihan,

terutama menjelang ujian atau presentasi, dapat mengganggu konsentrasi dan menurunkan performa akademik. Kemampuan mengelola stres dan mengatur emosi menjadi keterampilan penting yang perlu dimiliki siswa agar tetap produktif dalam belajar, bahkan di bawah tekanan.

Dalam kaitannya dengan kecerdasan emosional, banyak dari faktor-faktor di atas memiliki hubungan langsung. Misalnya, siswa yang memiliki kesadaran diri tinggi lebih mampu mengenali kapan mereka merasa malas, stres, atau cemas, sehingga bisa mencari cara untuk mengatasinya. Siswa yang memiliki pengendalian diri akan lebih mudah menghindari distraksi saat belajar dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Empati dan keterampilan sosial membantu siswa dalam membangun hubungan baik dengan guru dan teman, yang secara tidak langsung mendukung suasana belajar yang menyenangkan dan kolaboratif.

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi menunjukkan konsistensi yang lebih baik dalam capaian akademik, terutama karena mereka memiliki ketangguhan dalam menghadapi tantangan belajar (Siti Arafa et al., 2022). Mereka tidak hanya mampu memahami pelajaran, tetapi juga mampu menjaga kestabilan emosinya, menjalin komunikasi yang baik, dan mempertahankan motivasi. Artinya, prestasi belajar yang tinggi bukan hanya hasil dari kemampuan berpikir logis, melainkan juga dari kemampuan memahami dan mengelola diri sendiri secara emosional. Dengan demikian, prestasi belajar merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor yang saling terkait. Sementara kecerdasan kognitif tetap penting, tidak dapat diabaikan bahwa aspek emosional dan sosial memiliki peran yang sama besarnya dalam menentukan keberhasilan belajar siswa. Oleh karena itu, pendekatan pendidikan yang mengintegrasikan pengembangan kecerdasan emosional dapat memberikan dampak positif yang lebih luas, tidak hanya pada nilai akademik, tetapi juga pada perkembangan kepribadian siswa secara menyeluruh.

Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Prestasi Belajar

Penerapan Kecerdasan emosional telah menjadi bagian penting dalam studi pendidikan modern, terutama karena semakin banyak temuan yang menunjukkan adanya keterkaitan antara kemampuan ini dengan prestasi belajar siswa (Saptono, 2019). Kecerdasan emosional tidak hanya membantu siswa dalam mengenali dan mengelola emosi, tetapi juga memberikan dasar kuat dalam menghadapi tekanan belajar, membangun hubungan sosial yang sehat, serta menjaga motivasi dalam proses akademik. Oleh karena itu, kajian mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar menjadi semakin relevan, khususnya dalam upaya menciptakan sistem pendidikan yang lebih menyeluruh dan adaptif terhadap kebutuhan peserta didik.

Berbagai hasil penelitian mengindikasikan adanya hubungan positif antara tingkat kecerdasan emosional siswa dengan capaian akademik mereka. Siswa yang memiliki kesadaran diri yang tinggi cenderung lebih mengenali kemampuan dan keterbatasan yang dimiliki (Safari, 2019). Mereka tidak mudah terjebak dalam perasaan rendah diri, karena mampu menilai dirinya secara realistis. Kesadaran diri ini kemudian menjadi dasar dalam menyusun strategi belajar yang sesuai, sehingga mendukung pencapaian hasil akademik yang optimal. Selain itu, kemampuan mengelola emosi juga memiliki kaitan erat dengan stabilitas proses belajar. Siswa yang mampu menenangkan diri ketika merasa cemas atau tertekan akan lebih mudah kembali fokus pada kegiatan belajar. Ketika menghadapi

kegagalan, mereka tidak langsung menyerah, melainkan menjadikannya sebagai bahan evaluasi. Pengelolaan emosi seperti ini tidak hanya berdampak pada keberhasilan jangka pendek, tetapi juga membentuk ketangguhan yang sangat dibutuhkan dalam perjalanan pendidikan yang penuh tantangan.

Motivasi internal, sebagai salah satu bagian dari kecerdasan emosional, memiliki peran besar dalam menentukan seberapa jauh siswa akan berusaha untuk mencapai tujuannya (Nugroho, 2022). Siswa dengan motivasi kuat dari dalam diri tidak mudah goyah hanya karena hambatan kecil. Mereka akan terus mencoba hingga berhasil, dan semangat ini mendorong peningkatan kualitas belajar yang berujung pada prestasi yang lebih baik. Sementara itu, siswa dengan motivasi lemah sering kali kehilangan arah dan tidak memiliki alasan yang cukup kuat untuk tetap berkomitmen dalam proses belajar. Empati dan keterampilan sosial juga memberikan kontribusi signifikan dalam pembelajaran, terutama ketika proses belajar melibatkan kerja kelompok atau interaksi antarsiswa. Siswa yang memiliki empati mampu memahami perasaan teman sekelasnya, sehingga mereka bisa bekerja sama dengan lebih baik. Dalam suasana belajar yang kolaboratif, hubungan interpersonal yang sehat dapat menciptakan kenyamanan dan meningkatkan partisipasi aktif. Dengan demikian, pengalaman belajar menjadi lebih menyenangkan dan bermakna, yang secara tidak langsung berdampak pada hasil akademik.

Penelitian yang dilakukan di berbagai negara menunjukkan hasil yang relatif konsisten. Studi yang dilakukan terhadap siswa sekolah menengah menunjukkan bahwa mereka yang memiliki kecerdasan emosional tinggi memperoleh nilai yang lebih baik dalam berbagai mata pelajaran. Hal ini terjadi karena mereka mampu mengatur waktu belajar, menghindari perilaku yang merugikan, serta menjaga hubungan baik dengan guru dan teman sekelas (Pien, 2023). Penelitian lain menyebutkan bahwa kecerdasan emosional dapat memprediksi prestasi akademik dengan lebih baik dibandingkan kecerdasan intelektual dalam beberapa konteks tertentu (Susanto, 2024).

Temuan tersebut tidak berarti bahwa kecerdasan intelektual tidak berperan, melainkan menunjukkan bahwa kemampuan emosional menjadi pelengkap yang sangat diperlukan (Daud, 2020). Dua kemampuan ini saling menguatkan. Seseorang yang cerdas secara intelektual, namun tidak mampu mengelola emosi atau menjalin hubungan sosial dengan baik, cenderung kesulitan dalam menghadapi tantangan belajar. Sebaliknya, siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi akan lebih siap untuk memanfaatkan potensi intelektualnya secara maksimal karena mereka lebih mampu mengarahkan diri, menghadapi tekanan, dan menjalin interaksi yang mendukung proses belajar.

Dalam proses pembelajaran di sekolah, kehadiran guru juga menjadi variabel yang memengaruhi hubungan ini. Guru yang mampu mengenali dan merespons kebutuhan emosional siswa akan menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif (Narwoto & Soeharto, 2019). Misalnya, dengan memberikan umpan balik yang membangun, menciptakan komunikasi yang terbuka, dan memahami kesulitan yang dialami siswa, guru dapat mendorong terbentuknya iklim kelas yang mendukung perkembangan kecerdasan emosional (Rustiana, 2012). Hal ini selanjutnya memfasilitasi tumbuhnya semangat belajar dan kepercayaan diri siswa, yang kemudian berkontribusi terhadap prestasi akademik mereka. Implementasi program pendidikan yang mengintegrasikan pengembangan kecerdasan emosional juga menunjukkan hasil positif. Di beberapa sekolah yang

menerapkan program penguatan karakter dan pembelajaran sosial-emosional, terjadi peningkatan signifikan dalam capaian akademik siswa. Program-program ini mengajarkan siswa untuk mengenali emosi, mengelola konflik, serta membangun hubungan yang sehat. Hasilnya tidak hanya terlihat pada peningkatan nilai, tetapi juga pada berkurangnya perilaku negatif dan meningkatnya kehadiran serta keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar.

Hubungan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar juga bisa dilihat dalam situasi-situasi kritis, seperti saat siswa menghadapi ujian akhir, mengikuti seleksi masuk perguruan tinggi, atau menghadapi persaingan akademik (Hartika & Mariana, 2019). Dalam situasi seperti ini, tekanan emosional sangat tinggi, dan hanya siswa yang mampu mengelola stres, tetap fokus, serta percaya diri yang bisa mempertahankan performa akademiknya. Oleh karena itu, kecerdasan emosional menjadi semacam alat bantu internal yang membuat siswa tetap stabil dan mampu menjalani proses pendidikan secara berkelanjutan. Namun demikian, penting untuk diingat bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar bukanlah hubungan sebab-akibat yang kaku. Banyak faktor lain yang turut memengaruhi hasil belajar siswa. Akan tetapi, berdasarkan berbagai temuan dan interpretasi logis, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional memberi kontribusi nyata terhadap tercapainya keberhasilan belajar. Artinya, jika aspek ini dikembangkan secara sistematis, maka peluang siswa untuk meraih prestasi belajar yang optimal akan semakin besar.

Dengan demikian, pengembangan kecerdasan emosional tidak bisa dipisahkan dari upaya meningkatkan kualitas pendidikan. Sekolah tidak hanya bertugas mentransfer ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk pribadi yang mampu menghadapi tantangan hidup, termasuk dalam hal mengelola emosi dan menjalin relasi sosial yang sehat. Kecerdasan emosional adalah bagian dari kompetensi yang harus ditanamkan sejak dini agar siswa tidak hanya berhasil secara akademik, tetapi juga memiliki kesiapan mental yang kuat untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang lebih tinggi atau menghadapi dunia kerja di masa mendatang.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan yang nyata dengan prestasi belajar siswa. Kemampuan siswa dalam mengenali dan mengelola emosi, menjaga motivasi, serta menjalin hubungan sosial yang sehat terbukti mendukung proses belajar yang lebih efektif dan konsisten. Kecerdasan emosional membantu siswa menghadapi tekanan akademik, meningkatkan daya juang, serta membentuk suasana belajar yang lebih positif, baik secara individual maupun dalam kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa keberhasilan belajar tidak hanya ditentukan oleh aspek kognitif semata, melainkan juga dipengaruhi oleh kesiapan emosional siswa dalam merespons berbagai tantangan pembelajaran. Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan emosional perlu menjadi bagian dari strategi pendidikan di sekolah. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan hasil akademik, tetapi juga membentuk karakter siswa yang lebih matang secara psikologis dan sosial. Sebagai saran, para pendidik dan pengambil kebijakan di bidang pendidikan perlu mempertimbangkan penerapan program pembelajaran yang mendorong tumbuhnya kecerdasan emosional, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Bagi peneliti selanjutnya, kajian yang lebih mendalam dan

terfokus dapat dilakukan dengan melibatkan data empiris dari berbagai jenjang pendidikan untuk memperkuat pemahaman tentang keterkaitan ini secara lebih luas dan kontekstual.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardian, A., Purwanto, S., & Alfarisi, D. S. (2019). Hubungan prestasi belajar siswa kelas khusus olahraga dengan kecerdasan emosional. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 126–134. <https://doi.org/10.21831/jk.v7i2.28103>
- Dartija, D. (2019). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar pendidikan jasmani siswa SMP Negeri 1 Sawang Aceh Selatan. *Penjaskesrek Journal*, 1(1).
- Daud, F. (2012). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar siswa SMA. *Jurnal Psikogenesis*.
- Farhan, M., & Alfin, E. (2023). The effect of emotional intelligence and self efficacy towards students achievement. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika (JIPM)*, 8(1), 37–46. <https://doi.org/10.25273/jipm.v8i1.4669>
- Hadiwijaya, H. (2022). Effect of emotional intelligence on student learning achievement. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 7(1). <https://doi.org/10.24127/gdn.v7i1.663>
- Hartika, N., & Mariana, F. (2019). Pengaruh keaktifan belajar dan kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Progress Jurnal Pendidikan, Akuntansi Dan Keuangan*, 2(1), 57–71.
- Hartini, T., & Yasin, M. F. (2019). Hubungan antara program layanan bimbingan konseling dan kecerdasan emosional dengan prestasi belajar sejarah kelas XI. *Akademika Jurnal Teknologi Pendidikan*, 8(1), 71–83. <https://doi.org/10.34005/akademika.v8i01.334>
- Juliawan. (2022). Peranan kecerdasan emosional siswa terhadap prestasi belajar di SD Kristen YHS Makassar. *Jurnal Ilmiah KONTEKSTUAL*, 3(2).
- Laumara, I., Humaedi, H., & Abduh, I. (2018). Pengaruh kecerdasan emosional dan motivasi belajar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 6(1), 15–21.
- Narwoto, N., & Soeharto, S. (2019). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prestasi belajar teori kejuruan siswa SMK. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 3(2). <https://doi.org/10.21831/jpv.v3i2.1603>
- Nugroho, P. (2022). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar siswa SDN Gandasari 3 Kota Tangerang. *Edu Pubmedia*.
- Pien, N. (2023). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar melalui motivasi belajar siswa. *EdukArtif*.

- Rustiana, E. R. (2012). Upaya peningkatan kecerdasan emosi siswa SD melalui Pendidikan Jasmani Harmoni. *Jurnal CPS UNNES*.
- Safari, M. (2019). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar pada siswa SMP Inshafaruddin berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak (JIPA)*, 4(6).
- Saptono, A. (2019). Pengaruh kreativitas guru dan kecerdasan emosional siswa terhadap prestasi belajar ekonomi siswa kelas X SMA Negeri 89 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Econosains*, 14(1), 105–112.
- Setyawan, A. A., & Simbolon, D. (2021). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap hasil belajar matematika siswa SMK Kansai Pekanbaru. *JPPM (Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran Matematika)*, 11(1). <https://doi.org/10.30870/jppm.v11i1.2980>
- Siti Arafa, M., Mursalim, & Ihsan. (2022). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar siswa kelas V SD Negeri 26 Kota Sorong. *Jurnal Papeda*, 4(1), 47–54.
- Susanto, E. (2024). Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri terhadap Prestasi Belajar. *JIPPG Undiksha*.
- Syawahid, M., & Retnawati, H. (2021). Pengembangan perangkat pembelajaran matematika terintegrasi dengan pengembangan kecerdasan emosional dan spiritual. *Jurnal RPM*, 1(1). <https://doi.org/10.21831/jrpm.v1i1.2654>