

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Data Penelitian

1. Analisis Pendahuluan

Analisis pendahuluan dilakukan untuk mengetahui gambaran secara umum data tentang variabel kontrol diri dan variabel kecerdasan emosional. Analisis ini dilakukan dengan memberikan deskripsi tentang data hasil penelitian. Hasil perolehan data tersebut merupakan skor dari jawaban responden yang diperoleh dari skala kontrol diri dan kecerdasan emosional. Responden dalam penelitian ini adalah santriwati yang berpuasa Senin kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang periode 2014 yang berjumlah 55 orang. Adapun jumlah skor nilai pada skala kontrol diri dan kecerdasan emosional, sebagaimana dapat dilihat dalam tabel 5.1

Tabel 5.1
Hasil Skor Jawaban Variabel Skala Kontrol Diri

No Resp.	Skor X	No Resp.	Skor X	N0 Resp.	Skor X
R1	61	R21	61	R41	54
R2	65	R22	65	R42	72
R3	67	R23	67	R43	57
R4	69	R24	72	R44	76
R5	61	R25	59	R45	70
R6	75	R26	63	R46	75
R7	62	R27	74	R47	68
R8	61	R28	69	R48	59
R9	61	R29	60	R49	84

No Resp.	Skor X	No Resp.	Skor X	No Resp.	Skor X
R10	74	R30	83	R50	62
R11	57	R31	49	R51	68
R12	84	R32	67	R52	75
R13	64	R33	67	R53	78
R14	61	R34	62	R54	62
R15	62	R35	66	R55	60
R16	66	R36	73		
R17	64	R37	64		
R18	62	R38	71		
R19	65	R39	69		
R20	58	R40	62		

Perolehan skor di atas dideskripsikan dengan menggunakan bantuan program SPSS 16.0. deskripsi data ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum tentang kontrol diri pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al Itqon Semarang. Gambaran data dari masing-masing variabel sebagaimana tabel 5.2 dan 5.3.

Tabel 5.2
Deskripsi Data Variabel Kontrol Diri
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kontrol Diri	55	49.00	84.00	66.2182	7.28441
Valid N (listwise)	55				

Tabel di atas menjelaskan bahwa pada variabel kontrol diri menunjukkan hasil data minimum sebesar 49 dengan data maksimum 74 nilai rata-rata pada kontrol diri

sebesar 66,21 dan standar deviasi sebesar 7,28 kategorisasi variabel kontrol diri dapat dilakukan dengan melihat nilai rata-rata (*mean*) dan standar deviasi (SD) dari masing-masing variabel. Variabel kontrol diri memiliki nilai rata-rata 66,21 dan sd sebesar 7,28 maka untuk mengkategorikannya digunakan rumus sebagaimana tabel 5.3

Tabel 5.3
Rumus Kategorisasi Kontrol Diri

Rumusan	Kategori	Skor Skala
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi	$X > 73$
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang	59-73
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah	$X < 59$

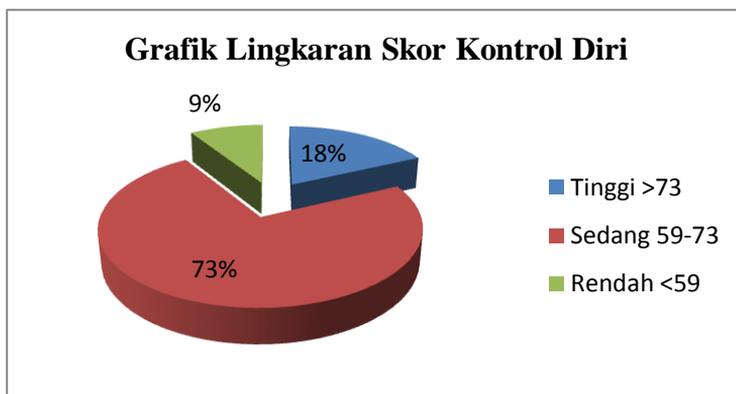
Rumusan di atas dapat diketahui bahwa skor skala kontrol diri dikatakan tinggi jika skor lebih besar dari 73 dikatakan sedang jika skor antara 59-73 dan dikatakan rendah jika skor kurang dari 59. Adapun hasil persentase variabel kontrol diri lebih jelas dapat dilihat pada tabel 3. 14

Tabel 5.4
Hasil Persentase Variabel Kontrol Diri

Variabel	Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Kontrol Diri	Tinggi	$X > 70$	10	18%
	Sedang	59-73	40	73%
	Rendah	$X < 59$	5	9%
Jumlah			55	100%

Untuk memberikan gambaran lebih jelas dapat dilihat dari grafik lingkaran berikut :

Gambar 1
Grafik Lingkaran Skor Kontrol Diri



Tabel dan gambar di atas menunjukkan bahwa kontrol diri paling tinggi pada kategori sedang memiliki persentase sebesar 73% dengan jumlah responden sebanyak 40. Kategori tinggi memiliki persentase 18% dengan jumlah responden 10 dan kategori rendah memiliki persentase 9% dengan jumlah 5 responden .

Jawaban kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis yang telah disebar kepada responden menghasilkan data sebagaimana tabel 5.5.

Tabel 5.5
**Hasil Skor Jawaban Variabel Skala Kecerdasan
 Emosional**

No Resp.	Skor Y	No Resp.	Skor Y	N0 Resp.	Skor Y
R1	78	R21	72	R41	78
R2	81	R22	69	R42	90
R3	89	R23	75	R43	70
R4	91	R24	85	R44	78
R5	65	R25	91	R45	66
R6	72	R26	84	R46	76
R7	74	R27	84	R47	93
R8	72	R28	70	R48	75
R9	71	R29	99	R49	62
R10	82	R30	75	R50	74
R11	77	R31	92	R51	79
R12	77	R32	91	R52	76
R13	75	R33	76	R53	84
R14	78	R34	95	R54	72
R15	62	R35	72	R55	83
R16	59	R36	78		
R17	80	R37	77		
R18	61	R38	67		
R19	67	R39	100		
R20	79	R40	72		

Perolehan skor di atas dideskripsikan dengan menggunakan bantuan program SPSS 16.0. deskripsi data ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum tentang kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al Itqon Semarang. Gambaran data dari masing-masing variabel sebagaimana tabel 5.2 dan 5.6.

Tabel 5.6
Deskripsi Data Variabel Kecerdasan Emosional
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan Emosional	55	59.00	100.00	77.6364	9.51288
Valid N (listwise)	55				

Tabel di atas menjelaskan bahwa pada variabel kecerdasan emosional menunjukkan hasil data minimum sebesar 59 dengan data maksimum 100 nilai rata-rata pada kecerdasan emosional sebesar 77,63 dan standar deviasi sebesar 9,51 kategorisasi variabel kontrol diri dapat dilakukan dengan melihat nilai rata-rata (*mean*) dan standar deviasi (SD) dari masing- masing variabel. Variabel kecerdasan emosional memiliki nilai rata-rata 77,63 dan sd sebesar 9,51 maka untuk mengkategorikannya digunakan rumus sebagaimana tabel 5.7.

Tabel 5.7
Rumus Kategorisasi Kecerdasan Emosional

Rumusan	Kategori	Skor Skala
$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Tinggi	$X > 86$
$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$	Sedang	68-86
$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$	Rendah	$X < 68$

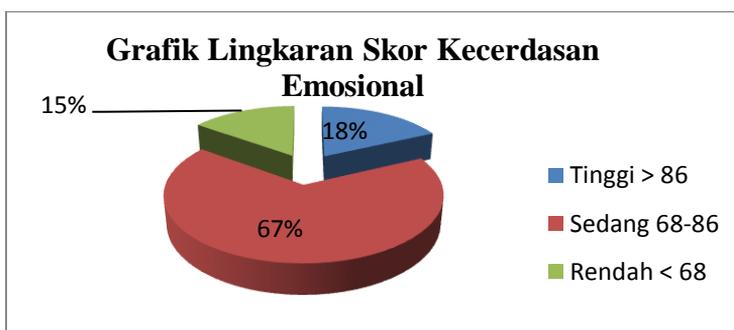
Rumusan di atas dapat diketahui bahwa skor skala kecerdasan emosional dikatakan tinggi jika skor lebih besar dari 86 dikatakan sedang jika skor antara 68-86 dan dikatakan rendah jika skor kurang dari 68. Adapun hasil persentase variabel kecerdasan emosional lebih jelas dapat dilihat pada tabel 5.8

Tabel 5.8
Hasil Persentase variabel Kecerdasan Emosional

Variabel	Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Kecerdasan Emosional	Tinggi	$X > 86$	10	18%
	Sedang	68-86	37	67%
	Rendah	$X < 68$	8	15%
Jumlah			55	100%

Untuk memberikan gambaran lebih jelas dapat dilihat dari grafik lingkaran berikut :

Gambar 2
Grafik Lingkaran Skor Kecerdasan Emosional



Tabel dan gambar di atas menunjukkan bahwa kecerdasan emosional paling tinggi pada kategori sedang memiliki persentase sebesar 67% dengan jumlah responden sebanyak 37. Kategori tinggi memiliki persentase 18% dengan jumlah 10 responden dan kategori rendah memiliki persentase 15% dengan jumlah 8 responden.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang periode 2014, dapat dilihat dari nilai r_{hitung} kemudian di konsultasikan dengan r_{tabel} yang diperoleh dengan bantuan program SPSS versi 16.0. Hasil perhitungan r_{hitung} menunjukkan nilai -0,062 dengan tingkat signifikansi 0,653 sebagaimana tabel 5.9 berikut ini.

Tabel 5.9
Hasil Analisis Uji Hipotesis
Correlations

		Kontrol Diri	Kecerdasan Emosional
Kontrol Diri	Pearson Correlation	1	-.062
	Sig. (2-tailed)		.653
	N	55	55
Kecerdasan Emosional	Pearson Correlation	-.062	1
	Sig. (2-tailed)	.653	
	N	55	55

Berdasarkan tabel di atas diketahui tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang periode 2014. Hasil tersebut diperoleh dari r_{hitung} sebesar negatif -0,062 yang kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada taraf signifikan 5% yaitu 0,266 dan pada taraf signifikan 1% yaitu 0,345. Karena r_{hitung}

= $-0,062 < r_{\text{tabel}} 0,05$ yaitu $0,266$ dan $r_{\text{hitung}} = -0,062 < r_{\text{tabel}} 0,01$ yaitu $0,345$. Hasil ini menunjukkan bahwa r_{hitung} lebih kecil dari r_{tabel} . Dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan ada hubungan antara kontrol diri dengan kecerdasan emosional santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang, dengan demikian hipotesis ditolak.

3. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil uji korelasi data di atas, dapat dikatakan uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis ditolak, dengan demikian tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang periode 2014, yang ditunjukkan dengan hasil r_{hitung} yang menunjukkan nilai $-0,062$ dengan tingkat signifikansi $0,653$.

Tidak adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecerdasan emosional santri ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu:

Pertama, kondisi santri yang sibuk sehingga konsentrasi terganggu dalam mengerjakan instrumen seperti yang dikatakan oleh Santi kelas XII MA:

“iya mba, karena saya sedang sibuk mempersiapkan untuk hafiah akhirusanah di Pondok Pesantren mba, jadi dalam mengisi instrumen saya terburu- buru”
(wawancara kepada Santi, 25 April 2017).

Kedua, ada beberapa santri yang tidak memahami maksud dari instrumen sehingga santri butuh pemahaman dalam mengerjakan instrumen. Seperti yang dikatakan oleh Oktavia kelas XII MA:

“iya mba, saya tidak paham maksud dari instrumen tersebut, tetapi saya malas bertanya sehingga saya mengisi instrumennya sesuai dengan kemampuan dan pemahaman saya sendiri” (wawancara dengan Oktavia, 25 April 2017).

Ketiga, kondisi santri yang tertekan dalam mengerjakan instrumen karena bersamaan dengan kegiatan pondok dan ujian sekolah. Seperti wawancara kepada Azka XII MA:

“saya lagi pusing mba, mempersiapkan belajar untuk ujian sekolah jadi saya mengisi instrumen nya kurang fokus” (wawancara kepada Azka, 25 April 2017).

Keempat, proses penyebaran instrumen yang dilakukan dalam waktu yang bersamaan, tetapi sebagian santri mengumpulkan pada peneliti dalam waktu yang tidak bersamaan, hal ini menyebabkan hasil yang diperoleh pun tidak sama. Seperti Wawancara kepada Cahyu XI MA:

“iya mba, kemarin ketika saya sudah dikasih angket, karena kamarnya berantakan terus hilang, jadi saya mengisi ulang jadi saya ngumpulin angketnya juga tertinggal mba” (Wawancara kepada Cahyu, 25 April 2017).

Berdasarkan wawancara dari beberapa santri di atas diketahui bahwa kondisi santri saat menjawab atau mengisi

skala dalam keadaan atau situasi yang tidak mendukung hal tersebut dikarenakan kondisi santri yang sibuk, kondisi santri yang kurang memahami maksud dari pernyataan instrumen, kondisi santri yang tertekan karena mau menghadapi ujian dan pengumpulan instrumen dalam waktu yang tidak bersamaan. Sehingga sangat mempengaruhi jawaban skala yang tidak menggambarkan kondisi santri yang sebenarnya. Hasil analisis tersebut berdasarkan perhitungan SPSS, yaitu diperoleh dari r_{hitung} sebesar negatif -0,062 yang kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada taraf signifikan 5% yaitu 0,266 dan pada taraf signifikan 1% yaitu 0,345. Karena $r_{hitung} = -0,062 < r_{tabel} 0,05$ yaitu 0,266 dan $r_{hitung} = -0,062 < r_{tabel} 0,01$ yaitu 0,345. Hasil ini menunjukkan bahwa r_{hitung} lebih kecil dari r_{tabel} . Dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan ada hubungan antara kontrol diri dengan kecerdasan emosional santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang, dengan demikian hipotesis ditolak.

Hasil penelitian data di atas diketahui bahwa kontrol diri dan kecerdasan emosional tidak ada hubungan dengan Santriwati yang berpuasa Senin Kamis. Sejalan dengan penelitian Bukhori (2012) yang menunjukkan bahwa secara parsial kontrol diri tidak berpengaruh terhadap toleransi bisa jadi pada saat penelitian ini dilaksanakan hubungan antara umat Islam dan umat kristiani di Kota Semarang dalam

kondisi relatif kondusif. Bila penelitian ini dilaksanakan di daerah konflik antara umat Islam dan umat kristiani yang membuat identitas agama umat Islam terancam maka kontrol diri kemungkinan berpengaruh terhadap toleransi pada umat kristiani sebagaimana diungkapkan oleh Brown (1995) dalam Bukhori (2012: 64) bahwa bila ancaman identitas sosial cukup kuat, maka akan menyebabkan tindakan toleransi. Hal tersebut bisa diperoleh pemahaman dalam kontrol dirinya tinggi maka akan lebih mampu menahankan hal-hal yang tidak disetujui atau disukai, dalam rangka membangun hubungan antar umat beragama yang lebih baik.

Menurut Goldfried dan merbaum dalam Pujawati (2016: 232-233) kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kemampuan mengontrol diri berkaitan dengan cara seseorang mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Mengendalikan emosi berarti mendekati situasi dengan menggunakan sikap yang rasional untuk merespon suatu respon tersebut dan mencegah reaksi yang berlebihan.

Kontrol diri yang dimiliki santri dengan kecerdasan emosional sangat erat hubungannya. Santri yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu menginterpretasikan stimulus yang diberikan, mempertimbangkannya dan memilih tindakan yang akan dilakukannya dengan meminimalkan konsekuensi atau dampak yang tidak diinginkan. Kondisi yang berbeda

akan ditampilkan oleh santri yang memiliki kontrol diri yang rendah mereka akan kesulitan dalam mengarahkan dan mengatur perilaku sehingga mereka akan cenderung menunda-nunda pekerjaan sebagai santri dan mengalihkannya pada kegiatan.

Menurut Thalib (2010: 107) menyatakan bahwa kontrol diri berkaitan erat dengan kecerdasan emosional bahwa kontrol diri merupakan salah satu komponen keterampilan emosional. Keterampilan emosional adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi, mengekspresikan dengan tepat, mengenali emosi orang lain sehingga seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Guniwati dalam Jurnal *Formatif*, menyebutkan bahwa Pada dasarnya kecerdasan emosional tidak dapat dimiliki secara tiba-tiba tetapi membutuhkan proses dalam mempelajarinya dan lingkungan yang membentuk kecerdasan emosional tersebut besar pengaruhnya. Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dan dapat berubah-ubah setiap saat untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak dan guru di sekolah sangat mempengaruhi pembentukan kecerdasan emosional. Hal positif akan diperoleh bila anak diajarkan keterampilan dasar

kecerdasan emosional, secara emosional akan lebih cerdas, penuh pengertian, mudah menerima perasaan-perasaan, dan lebih banyak pengalaman dalam memecahkan permasalahannya sendiri sehingga pada saat remaja akan lebih sukses di sekolah dan dalam berhubungan dengan rekan-rekan sebaya serta terlindung dari risiko-risiko seperti obat-obatan terlarang, kenakalan, kekerasan serta seks yang tidak aman.

Pendapat di atas diperkuat oleh Dawson dalam Triatna dan Kharisma bahwa individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih baik, dapat menjadi terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, jarang tertular penyakit, lebih terampil dalam memusatkan perhatian, lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain, lebih cakap dalam memahami orang, dan untuk kerja akademis di sekolah lebih baik. Hal ini juga didukung oleh penelitian Walter Mischel dalam Goleman mengenai *marsmallow challenge* di Universitas Stanford yang menunjukkan bahwa ketika anak berumur empat tahun mampu menunda dorongan hatinya, setelah lulus Sekolah Menengah Atas (SMA) secara akademis lebih kompeten, lebih mampu menyusun gagasan secara nalar, serta memiliki gairah belajar yang tinggi. Mereka memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan anak yang tidak mampu menunda dorongan hatinya.

Jadi jelaslah bahwa seseorang dengan keterampilan emosional yang berkembang baik, kemungkinan besar akan berhasil dalam kehidupannya dan memiliki motivasi untuk

berprestasi. Sedangkan individu yang tidak dapat menahan kendali atas kehidupan emosinya akan mengalami pertarungan batin yang merusak kemampuannya untuk memusatkan perhatian pada tugas-tugasnya dan memiliki pikiran yang jernih (Gusniwati, 2015: 30-31)

Pandangan lain dikemukakan (Nurita, 2012: 20) yang mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kecakapan emosional yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri dan memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan, mampu mengendalikan impuls dan tidak cepat merasa puas, mampu mengatur suasana hati dan mampu mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan berpikir, mampu berempati serta berharap. Individu juga mampu membina hubungan yang baik dengan orang lain dan mampu mengenali emosi orang lain dengan penuh perhatian.

Goleman dalam Kholisin (2014: 83), menjelaskan bahwa seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi, maka seseorang tersebut memiliki sikap tenang dalam menghadapi sesuatu, tidak khawatir, tidak mudah takut, dan tidak cepat bertindak melakukan sesuatu. Hal ini, pendapat Hidayanti menjelaskan kecerdasan emosional berhubungan dengan efektifitas kontrol diri seseorang. Kecerdasan emosional menjadikan seseorang lebih bisa mengendalikan emosinya dan mengendalikan diri, tabah

dalam menghadapi kesulitan, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Selanjutnya Hurlock (1973) dalam Aziz (2014: 5) menjelaskan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang berasal dari dalam dirinya.

Hubungannya dengan kemampuan untuk mengenal emosi, sebagai salah satu aspek dari kecerdasan emosional, maka Martani (1991) dalam Aziz (2014: 6) menyatakan bahwa orang yang sehat biasanya mampu mengenal emosi yang dialaminya dan dapat mengekspresikan sesuai dengan aturan yang berlaku di lingkungannya. Salah satu yang bisa digunakan untuk mengembangkan sikap ini adalah dengan mengembangkan sikap empati yaitu dengan melatih perilaku peduli terhadap orang lain dan mengembangkan kepekaan untuk melihat kesulitan orang lain kemudian berusaha untuk membantunya.

Berbeda dengan pandangan Faqih (2001: 37) yang menyatakan bahwa individu yang mampu mengetahui, memahami mengerti dan mengenal dirinya sendiri akan dengan mudah mengembangkan potensi yang dimilikinya sebagai makhluk beragama, sosial individu dan budaya sehingga seseorang akan lebih mudah mencegah timbulnya masalah, memecahkan masalah dan mengatasi berbagai kemungkinan masalah yang akan dihadapi. Selanjutnya akan membuat individu tersebut bertakwa kepada Allah SWT.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauziyah (2015: 97) bahwa penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap kecerdasan emosional dengan prestasi belajar mahasiswa. Kecerdasan emosional merupakan serangkaian kemampuan pribadi, emosi, dan sosial yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan. Ini memberikan penjelasan bahwa kesuksesan seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual, kondisi sosial ekonomi, minat dan kemauan secara spontan serta motivasi belajar mahasiswa, namun juga di pengaruhi oleh kecerdasan emosional.

Secara teoritis konseptual emosi dimana seseorang mampu mengelola emosinya ketika yang bersangkutan sedang mengalami ketegangan. Ketika ketegangan muncul kadang kecerdasan emosional juga memungkinkan individu untuk dapat merasakan dan memahami dengan benar, yang selanjutnya mampu menggunakan daya dan kepekaan emosional sebagai energi informasi dan mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa. Mahasiswa yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu melaksanakan proses pembelajaran secara maksimal dan menjadi pribadi yang lebih mandiri dan percaya diri dengan demikian akan meningkatkan prestasi belajar.

Peter Salovey dan Jack Mayer dalam Wulan (2011: 14) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk menyadari emosi dan perasaannya sendiri di samping mengerti apa yang dirasakan oleh orang lain, memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosinya, serta menggunakan perasaannya dalam berpikir dan bertindak laku. Tingkat kecerdasan emosi anak yang tinggi akan memudahkan mereka dalam menjalani proses belajar di lingkungan luas.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Goleman dalam Nurita (2012: 29) ada banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan dan kegagalan seseorang dalam menghadapi permasalahannya, diantaranya adalah faktor kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional bila tidak disertai emosi yang baik tidak akan menghasilkan seseorang yang sukses dalam hidupnya. 80% penopang kesuksesan seseorang ditentukan oleh faktor kecerdasan emosional, hal ini disebabkan karena kecerdasan akademik saja tidak memberikan kesiapan untuk menghadapi gejolak yang ditimbulkan oleh kesulitan-kesulitan hidup. Kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan untuk mengindra, memahami dan menerapkan kekuatan dan ketajaman emosi sebagai sumber energi dan informasi. Kemampuan ini dicirikan dengan adanya kemampuan yang bersifat ke dalam diri sendiri dan luar diri sendiri.

Kecerdasan emosional dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, yaitu faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan sosial. Lingkungan adalah semua kondisi di dunia dengan cara tertentu dapat mempengaruhi tingkah laku seseorang, pertumbuhan, perkembangan proses hidup kecuali gen (Purwanto, 2000: 72). Kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang bukanlah bawaan sejak lahir, melainkan kecerdasan emosional di dapat melalui beberapa proses. Menurut Goleman ada beberapa yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Dalam rumah tangga keluarga merupakan lingkungan pendidik yang pertama dan utama bagi seorang anak akan mampu mencapai tingkat kematangan. Kematangan disini bisa dikatakan sebagai seorang individu dimana ia menguasai lingkungannya secara aktif.

Pertama bagi seseorang untuk mempelajari emosi, dalam lingkungan tersebut seseorang belajar bagaimana merasakan perasaan sendiri dan bagaimana anggota keluarga menanggapi perasaan tersebut. (Goleman, 2015: 266). Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan emosi anak, sebab segala perilaku orang tua adalah subjek pertama yang dipelajari oleh anak, di mana nanti, akan mempengaruhi kepribadian yang dimiliki anak.

Kedua, lingkungan sosial adalah tempat berinteraksi bagi manusia. Manusia dituntut untuk dapat menyesuaikan

diri secara efektif. Saat anak tidak mampu menyalurkan seluruh energinya di sekolah maka akan menyalurkan energi tersebut di sekolah maka akan menyalurkan energi tersebut di luar sekolah, dan sering meluapkan energi tersebut ke arah negatif. Hal ini menunjukkan betapa besar emosi yang dimiliki anak remaja saat berinteraksi dengan lingkungannya (Mualifah, 2009: 126).

Ketiga, lingkungan sekolah adalah pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program pengajaran bimbingan. Tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi pemanfaatan pengetahuan dan keterampilan hal ini dinyatakan Siagian dalam Ardiana bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula keinginan orang tersebut untuk memanfaatkan atau mengaplikasikan kecerdasan emosional pengetahuan dan ketrampilannya (Ardiana, 2010: 45) .

Hubungan kontrol diri dengan Kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang periode 2014 diduga dipengaruhi oleh faktor lain yang mempunyai hubungan yang lebih erat. Faktor lain tersebut antara lain konsep diri, *self efficacy* dan Penyesuaian sosial.

Hal ini dikuatkan oleh peneliti Yuli Azmi Rozali (2015) dengan judul “*Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Baru Universitas Esa Unggul 20014*”. Hasil Penelitian tersebut

terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 maka semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya.

Faktor lain yang menyebabkan kecerdasan emosional antara lain *self efficacy*, konsep diri hal ini sejalan dengan penelitian Budiani (2013) yang berjudul “*Hubungan kecerdasan emosi dan Self efficacy dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi*”. Hasil penelitian ini terdapat hubungan kecerdasan emosi dan *Self efficacy* secara bersama-sama memiliki hubungan terhadap stres.

Self efficacy adalah keyakinan yang dimiliki individu tentang kemampuan diri untuk melakukan tugas atau dengan hasil yang diperoleh dari kerja keras sehingga mempengaruhi cara mereka berperilaku. Bandura (2010) dalam Meita Santi Budiani (2013: 4) mengemukakan bahwa *Self efficacy* adalah keyakinan seseorang dalam kemampuan diri untuk melakukan suatu bentuk kontrol dan tugas atau dengan hasil yang diperoleh dari kerja keras sehingga mempengaruhi cara mereka berperilaku dalam lingkungan. Semakin tinggi *Self efficacy* seseorang maka semakin gigih pula usaha yang dilakukan untuk tantangan yang dihadapi, usaha yang besar itu dapat ditunjukkan melalui ketekunan,

semangat dan kemampuan memotivasi diri. semangat dan memotivasi diri merupakan salah satu peranan dari kecerdasan emosional yang ada dalam diri seseorang.

Goleman (2002) dalam Meita Santi Budiani (2013: 4) mengemukakan bahwa bagaimana cara individu dapat menempatkan emosi di suatu yang benar dan juga adanya keyakinan pada kemampuan diri untuk menyelesaikan tugas sangatlah penting. Untuk itu kecerdasan emosi dan *Self efficacy* diperlukan menekan stres tersebut untuk menyelesaikan masalah-masalah yang timbul. Mereka tertarik terhadap aktivitas, mengembangkan tujuan dan memiliki komitmen untuk mencapai tujuan tersebut. Mereka mencegah kegagalan dan apabila mengalami kegagalan, cepat untuk mendapatkan kembali *Self efficacy* mereka.

Faktor lain yang memiliki hubungan lebih erat dengan kecerdasan emosional ditunjukkan pada penelitian Nur Ika Fauziah (2008: 25) dengan judul penelitian “*Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kecerdasan Emosional pada Remaja*”. Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara konsep diri dengan kecerdasan emosional. Koefisien korelasi bertanda positif artinya hubungan konsep diri dengan kecerdasan emosional searah sehingga semakin tinggi (positif) konsep diri seseorang maka akan semakin tinggi kecerdasan emosionalnya, sebaliknya semakin rendah

(negatif) konsep diri seseorang maka akan semakin rendah kecerdasan emosionalnya.

Hal ini dikuatkan oleh penelitian Kholisin (2014) dengan judul penelitian “*Kecemasan Berbicara Ditinjau dari Konsep Diri dan Kecerdasan Emosional*” hasil dari penelitian ini yaitu konsep diri dan kecerdasan emosional berpengaruh secara simultan terhadap kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa KKN ke 64-Tahun 2015 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang. Artinya berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa, semakin tinggi konsep diri dan kecerdasan emosional, maka semakin rendah tingkat kecemasan berbicara di depan umum, sebaliknya semakin rendah konsep diri dan kecerdasan emosional maka semakin tinggi tingkat kecemasan berbicara di depan umum.

Horney Koratno (2013) dalam Kholisin menyatakan bahwa konsep diri adalah pemahaman dan pemaknaan tentang diri yang meliputi diri real (*real-self*) yaitu inti sejati dari seseorang yang mengandung potensi untuk pertumbuhan, kebahagiaan, kekuatan, kemauan, kapasitas, dan bakat-bakat khusus untuk realisasi diri. Kemudian juga mencakup diri aktual (*actual-self*) yaitu diri yang ada secara objektif baik secara fisik maupun mental yang tidak tergantung pada persepsi-persepsi siapapun. Terakhir adalah diri ideal (*ideal-self*) yaitu diri seseorang yang berusaha

untuk memecahkan konflik-konflik dengan melukiskan suatu gambaran diri. Menurut Mappare (2006) dalam Kholisin(2014: 90) konsep diri adalah persepsi dan pemahaman seseorang tentang dirinya sendiri atau pemaknaan seseorang mengenai hal yang berkaitan dengan dirinya sendiri. Konsep diri tersebut mencakup diri sebagaimana dilihat oleh diri sendiri dan diri sebagaimana dilihat oleh orang lain. Hal senada diungkapkan McGraw (2001) dalam Kholisin (2014: 90) bahwa konsep diri merupakan kemampuan memahami diri dengan menyatukan keyakinan, fakta, opini, dan persepsi tentang diri seseorang dalam mengatasi berbagai persoalan hidupnya.

Kesimpulan di atas dapat diketahui bahwa kontrol diri adalah bukan satu-satunya faktor untuk mempengaruhi kecerdasan emosional. Perlu juga memperhatikan faktor lain seperti konsep diri dan *Self efficacy*. Melihat realita tersebut maka menjadi penting bagi setiap santriwati Pondok Pesantren Al-Itqon agar dalam aktivitas sehari-hari perlu melakukan upaya peningkatan dan pengembangan kemampuan kecerdasan emosional agar menjadi santriwati yang memiliki kompetensi sesuai dengan apa yang diharapkan.

4. Limitasi

Hasil penelitian ini tidak lepas dari beberapa keterbatasan, akan tetapi dapat dijadikan acuan awal bagi penelitian selanjutnya. Adapun keterbatasan tersebut adalah:

- a. Data penelitian diperoleh dari instrumen berdasarkan persepsi responden. Hal ini dapat menimbulkan masalah jika terdapat perbedaan antara persepsi responden dengan keadaan responden sesungguhnya.
- b. Hasil penelitian menyatakan bahwa tidak ada hubungan kontrol diri dengan kecerdasan emosional pada santriwati yang berpuasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang. Hasil ini tidak bisa mewakili pada pondok pesantren yang lain.
- c. Penelitian ini hanya mengambil kontrol diri sebagai faktor yang mempunyai hubungan kecerdasan emosional, padahal jika dikaji lebih mendalam terdapat faktor-faktor lain yang mempunyai hubungan kecerdasan emosional pada santriwati di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang.