

**ANALISIS HUBUNGAN *SELF CONTROL* DENGAN KECERDASAAN
EMOSI PADA SISWA KELAS VIII SMP
NEGERI 4 SUNGAI PENUH**

SKRIPSI

OLEH:

**MAZLAN
NIM 2010207039**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
TAHUN AJARAN 2025 M/1446 H**

**ANALISIS HUBUNGAN *SELF CONTROL* DENGAN KECERDASAAN
EMOSI PADA SISWA KELAS VIII SMP
NEGERI 4 SUNGAI PENUH**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program sarjana
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**OLEH:
MAZLAN
NIM 2010207039**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
TAHUN AJARAN 2025 M/1446 H**

Dosi Juliawati, S.Pd., M.Pd., Kons
Titin Mairisiska, M.Pd
Dosen Institut Agama Islam Negeri
(IAIN) Kerinci

Sungai Penuh, Maret 2025

Kepada Yth,
Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah dan
Ilmu Keguruan IAIN Kerinci
di

Sungai Penuh

NOTA DINAS

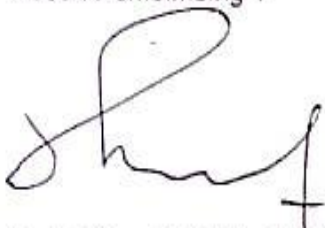
Assalamualaikum Wr, Wb.

Dengan hormat, setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi mahasiswa **Mazlan, NIM 2010207039** yang berjudul **Analisis Hubungan Self Control Dengan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kota Sungai Penuh** dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna memperoleh Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Jurusan Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam fakultas Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Kerinci. Maka dengan ini kami ajukan skripsi tersebut, kiranya diterima dengan baik.

Demikian disampaikan, semoga bermanfaat bagi agama, bangsa dan negara.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Dosen Pembimbing 1



Dosi Juliawati, S.Pd., M.Pd., Kons
NIP. 198807052015032007

Dosen Pembimbing 2

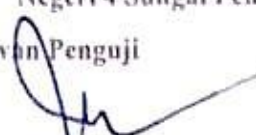


Titin Mairisiska, M.Pd
NIP. 198808242020122012

PENGESAHAN

Skripsi oleh MAZLAN, NIM : 2010207039 Dengan judul "*Analisis Hubungan Self Control Dengan Kecerdasan Emosi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh*", telah diuji dan dipertahankan pada tanggal :

Dewan Penguji


Dr. Bukhari Ahmad, M.Pd
NIP. 19860905 201503 1 003

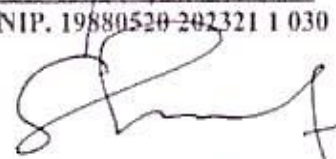
Ketua Sidang


Hengki Yanti, M.Pd., M.Pd
NIP. 19880425 201503 1 006

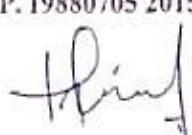
Penguji 1


Betaria Putra, S.Pd., M.Pd
NIP. 19880520 202321 1 030

Penguji 2


Dosi Juliawati, M.Pd., Kons
NIP. 19880705 201503 2 007

Pembimbing 1


Titin Meirisiska, M.Pd
NIP. 19880824 202012 2 012

Pembimbing 2

Mengesahkan Dekan


Dr. Eva Ardinal
NIP. 19730605 199903 1 004

Mengetahui Ketua Jurusan


Dr. Bukhari Ahmad, M.Pd
NIP. 19860905 201503 1 003

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : **Mazlan**

Nim : 2010207039

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam
Negeri (IAIN) Kerinci

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul "**Analisis Hubungan *Self Control* dengan Kecerdasan Emosi pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh**" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik pada perguruan tinggi manapun.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Sungai Penuh, Maret 2025

Saya yang menyatakan,



Nim. 2010207039

ABSTRAK

Mazlan 2024. Analisis Hubungan *Self Control* dengan Kecerdasan Emosi pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Kerinci. (1) Dosi Juliawati, S.Pd., M.Pd., Kons (2) Titin Meirisiska, M.Pd

Kata Kunci : Hubungan, *Self Control*, Kecerdasan Emosi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan *Self Control* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh. *Self control* atau kontrol diri adalah bagaimana individu mengendalikan diri, emosi dan perilaku dari dalam dirinya sendiri. Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi kita sendiri serta emosi orang lain, adalah aspek penting dari perkembangan pribadi. Kecerdasan emosi yang baik membantu remaja untuk beradaptasi dengan perubahan, mengatasi stres, dan membangun hubungan yang sehat.

Penelitian ini menggunakan metode Deskriptif *Kuantitatif*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuisioner. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yakni uji Validitas, Reliabilitas dan uji Hipotesis menggunakan uji Korelasi *Pearson Product Moment*.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui : (1) Hasil kemampuan *self control* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh bahwa terdapat 2 siswa dengan kategori *self control* sangat tinggi, 78 siswa dengan kategori *self control* tinggi dengan, terdapat 10 siswa dengan kategori *self control*, terdapat 0 siswa dengan kategori *self control* sangat rendah Kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh, diketahui terdapat 0 siswa dengan kategori kecerdasan emosi sangat tinggi, terdapat 14 siswa dengan kategori kecerdasan emosi tinggi, terdapat 67 siswa dengan kecerdasan emosi rendah dan terdapat 9 siswa dengan kategori kecerdasan emosi sangat rendah. (2) Pada uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self control* dengan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh (3) Pada uji hipotesis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dengan signifikan antara *self control* dengan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh.

ABSTRACT

Mazlan 2024. *Analysis of the Relationship between Self Control and Emotional Intelligence in Class VIII Students of SMP N 4 Sungai Penuh. Thesis. Department of Islamic Guidance and Counseling, Kerinci State Islamic Institute. (1) Dosi Juliawati, S.Pd., M.Pd., Kons (2) Titin Meirisiska, M.Pd*

Keywords: *Relationships, Self Control, Emotional Intelligence*

This study aims to determine the Relationship between Self Control and Emotional Intelligence in Grade VIII Students of SMP N 4 Sungai Penuh. Self control is how individuals control themselves, emotions and behavior from within themselves. Emotional intelligence is the ability to recognize, understand, and manage our own emotions and the emotions of others, is an important aspect of personal development. Good emotional intelligence helps adolescents adapt to change, cope with stress, and build healthy relationships.

This study uses the Quantitative Descriptive method. The data collection technique in this study is a questionnaire. The data analysis technique used in this study is the Validity, Reliability and Hypothesis tests using the Pearson Product Moment Correlation test.

Based on the results of the study, it is known: (1) The results of self-control abilities in class VIII students of SMP Negeri 4 Sungai Penuh that there are 2 students with a very high self-control category, 78 students with a high self-control category, there are 10 students with a self-control category, there are 0 students with a very low self-control category. Emotional intelligence in class VIII students of SMP Negeri 4 Sungai Penuh, it is known that there are 0 students with a very high emotional intelligence category, there are 14 students with a high emotional intelligence category, there are 67 students with low emotional intelligence and there are 9 students with a very low emotional intelligence category. (2) The validity and reliability test showed that there is a positive and significant relationship between self-control and emotional intelligence in class VIII students of SMP Negeri 4 Sugai Penuh (3) The correlation hypothesis test showed that there is a positive and significant relationship between self-control and emotional intelligence in class VIII students of SMP Negeri 4 Sungai Penuh.

PERSEMBAHAN DAN MOTO

PERSEMBAHAN

Tiada lembar yang paling inti dalam skripsi ini kecuali lembar persembahan. Skripsi ini penulis dedikasikan kepada kedua orang tua tercinta, ayahanda dan ibunda, ketulusannya dari hati atas doa yang tak pernah putus, semangat yang tak ternilai. Serta untuk orang-orang terdekatku yang tersayang.

MOTO

Hidup itu pilihan jangan menyerah tetap semangat percayalah pada dirimu sendiri bahwa sukses itu tidak instan

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah rabbil 'alamin. Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul **“Analisis Hubungan *Self Control* dengan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh”**. Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, Rasul terakhir yang membawa risalah Islamiyah, penyejuk dan penerang hati umat kepada jalan yang diridhai Allah SWT sehingga selamat dunia akhirat serta pemberi syafaat di hari kiamat.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mengalami beragam proses dan tantangan. Akan tetapi berkat adanya bantuan, bimbingan, motivasi dan masukan dari banyak pihak dapat mempermudah dan memperlancar penyelesaian skripsi ini untuk selanjutnya diajukan pada sidang munaqasah. Sehubungan dengan itu, penulis mengucapkan terima kasih secara tulus kepada :

1. Kedua orang tua yang menjadi sebuah alasan utama penulis untuk dapat bertahan dalam setiap proses yang penulis jalani selama perkuliahan untuk Ayahanda Warman Dan Ibunda Ardiana, sebagai wujud jawaban dan tanggung jawab atas kepercayaan yang telah diamanatkan kepada penulis serta atas cinta dan kasih sayang , kesabaran yang tulus ikhlas membesarkan, merawat dan memberikan dukungan moral dan material serta selalu mendoakan penulis selama menempuh pendidikan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi S1 di IAIN Kerinci. Kebahagiaan dan rasa bangga kalian

menjadi tujuan utama hidup penulis. Semoga allah senantiasa memuliakan kalian baik di dunia maupun di akhirat, Aamiin.

2. Untuk adik laki-laki satu satunya Ariel Aldinata yang menjadi salah satu sumber semangat, motivasi dan selalu memberi dukungan serta doa dan mengajarkan untuk terus berusaha tiada henti sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan tinggi ini dengan penuh semangat dan tekad yang sangat besar.
3. Rektor IAIN Kerinci Dr. Jafar Ahmad, S.Ag., M.Si dan Bapak Dr. Faizin, S.Ag., M.Ag selaku Wakil Rektor I, Bapak Prof. Dr. Ahmad Jamin, S.Ag., S.IP., M.Ag selaku Wakil Rektor II, dan Bapak Dr. Halil Khusairi, M.Ag selaku Wakil Rektor III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci.
4. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Dr. Eva Ardinal, M.A dan Bapak Dr. Eko Sujadi, M.Pd.,Kons selaku Wakil Dekan I, Bapak Dr. Rimini, M.Pdi selaku Wakil Dekan II dan Bapak Dr. Rodi Hartono, M.Pd selaku Wakil Dekan III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci.
5. Ketua Jurusan BKPI Bapak Dr. Bukhari Ahmad, M.Pd. dan sekretaris jurusan BKPI Bapak Betaria Putra, S.Pd.,M.Pd yang telah mendukung dan memberi bimbingan dan kemudahan kepada penulis.
6. Buk Dosi Juliawati, S,Pd.,M.Pd.,Kons dan Buk Titin Mairisiska, M.Pd selaku pembimbing I dan II, yang telah berusaha memberikan bimbingan, arahan, koreksi dan petunjuk kepada penulis, sehingga selesainya skripsi ini.

7. Bapak Hengki Yandri, S.Pd., M.Pd.,Kons dan Bapak Betaria Putra, S.Pd., M.Pd selaku penguji I dan II, yang telah memberikan saran dan petunjuk yang membangun untuk skripsi penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikannya dengan baik.
8. Seluruh Bapak-bapak dan Ibu-ibu dosen pengampu mata kuliah jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan semoga ilmu yang diberikan dapat bermanfaat bagi penulis dan orang banyak.
9. Bapak dan Ibu dosen serta karyawan IAIN Kerinci, yang telah memberikan kemudahan dan bimbingan bagi penulis.
10. Pihak perpustakaan yang telah mempermudah saya meminjam rujukan selama perkuliahan.
11. Terima kasih kepada Bapak Herry Sensuar, S.Pd dan Segenap keluarga besar SMP 4 Sungai Penuh yang telah banyak membantu penulis dalam memperoleh data-data yang dibutuhkan.

Semoga segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis mendapat imbalan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Aamiin. Demikian pula Skripsi ini, semoga bermanfaat dalam memperkaya khazanah ilmu pengetahuan kita serta mendapatkan Ridha Allah SWT.

Sungai Penuh, Maret 2025
Penulis

Mazlan
NIM. 201020739

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
NOTA DINAS.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
PERSEMBAHAN DAN MOTO.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
G. Defenisi Operasional.....	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	10
A. Kajian Teori.....	11

B. Penelitian Relevan.....	29
C. Kerangka Berpikir.....	31
D. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Desain Penelitian.....	35
C. Populasi Dan Sampel.....	36
D. Variabel Penelitian.....	37
E. Teknik Pengumpulan Data.....	37
F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian.....	43
B. Pembahasan.....	50
BAB V PENUTUP.....	57
BIBLIOGRAFI.....	59
LAMPIRAN	
BIOGRAFI PENULIS	

DAFTAR TABEL

1. Tabel 1.2 Interpretasi Koefisien Korelasi	38
2. Tabel 1.3 Statistik Deskriptif <i>Self Control</i>	39
3. Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi <i>Self Control</i>	42
4. Tabel 1.5 Statistik Deskriptik Kecerdasan Emosi	45
5. Tabel 1.6 Distribusi Frekuensi Kecerdasan Emosi	45
6. Tabel 2.1 Hasil Uji Validitas	45
7. Tabel 2.2 Hasil Uji Reliabilitas	48
8. Tabel 2.3 Hasil Uji hipotesis	49

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 1.1 Kerangka Berpikir.....	32
--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1 : Surat Menyurat.....	62
a. Surat Penetapan Judul Dan Pembimbing Skripsi	
b. Surat Penguji Propoal Skripsi	
c. Surat Izin Penelitian	
d. Surat Keterangan Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik (Kesbangpol)	
e. Surat Keterangan Selesai Penelitian	
2. Lampiran 2 : Intrumen Penelitian.....	69
3. Lampiran 3 : Hasil Uji coba instrument.....	74
4. Lampiran 4 : Tabulasi Data.....	75
a. Tabulasi data <i>self control</i> (X)	
b. Tabulasi data kecerdasan emosi (Y)	
5. Lampiran 5 : Rekapulasi Skor Instrumen.....	76
6. Lampiran 6 : Hasil Output Uji Validitas Dengan SPSS.....	78
7. Lampiran 7 : Hasil Output Uji Reliabilitas Dengan SPSS.....	79
8. Lampiran 8 : Hasil Output Uji Hipotesis Dengan SPSS.....	80

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah periode transisi penting dalam perkembangan individu, di mana mereka bergerak dari ketergantungan pada orang tua menuju kemandirian. Pada masa ini, remaja mengalami perubahan signifikan dalam minat seksual, perenungan diri, dan pemahaman nilai-nilai estetika dan moral. Oleh karena itu, masa remaja sering disebut sebagai masa "badai dan tekanan" yang ditandai dengan perasaan frustrasi, konflik, dan krisis penyesuaian, serta keinginan untuk mencari identitas dan tempat dalam masyarakat (Fatimah, 2017).

Masa remaja (12-21 tahun) adalah periode transisi dari anak-anak ke dewasa, di mana remaja mulai mencari identitas diri dan nilai-nilai melalui pengalaman dan penilaian terhadap lingkungan sekitar. Masa remaja terbagi menjadi tiga tahap: awal (12-15 tahun), tengah (15-18 tahun), dan akhir (18-21 tahun). Pada masa ini, remaja mengalami perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk gaya (Hersika et al., 2020).

Masa remaja adalah masa pencarian identitas diri. Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan orang tua untuk memberikan perlakuan edukatif yang sesuai dengan kebutuhan remaja, agar mereka dapat tumbuh dan berkembang menjadi individu yang sehat dan produktif (Nuryanti 2018).

Masa remaja adalah fase penting dalam kehidupan seseorang di mana mereka mulai mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial. Kontrol diri adalah kunci untuk mengelola berbagai tantangan yang muncul selama periode ini. Dalam Al-Qur'an, Allah SWT menekankan pentingnya kontrol diri melalui berbagai ayat yang memberi petunjuk tentang bagaimana kita harus bertindak dalam situasi yang penuh tekanan. Salah satu ayat yang relevan adalah:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

"Dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan kesalahan orang lain. Allah mencintai orang-orang yang berbuat baik." (QS. Ali 'Imran: 134). Ayat ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengendalikan emosi, terutama kemarahan, dan memaafkan adalah kualitas yang sangat dihargai dalam Islam. Ini merupakan bentuk kontrol diri yang penting bagi remaja untuk belajar, agar mereka dapat berinteraksi dengan orang lain secara positif dan konstruktif.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan mengenali dan mengelola emosi diri sendiri serta memahami perasaan orang lain. Dengan kecerdasan emosi yang tinggi, seseorang dapat mengelola stres, membangun hubungan yang baik, dan meningkatkan kemampuan komunikasi dan memotivasi diri. (Putri, 2022). Kecerdasan emosi, yaitu kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi kita sendiri serta emosi orang lain adalah aspek penting

dari perkembangan pribadi. Kecerdasan emosi yang baik membantu remaja untuk beradaptasi dengan perubahan, mengatasi stres, dan membangun hubungan yang sehat.

Dalam Al-Qur'an, Allah SWT mengajarkan kita tentang pentingnya bersikap bijaksana dan sabar. Salah satu ayat yang bisa dijadikan pedoman adalah:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

“ Wahai orang-orang yang beriman. Bersabarlah kamu dan kuatlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap-siap (diperbatasan negaramu) dan bertaqwalah kepada Allah agar kamu beruntung. (QS. Ali 'Imran: 200)

Ayat ini menekankan pentingnya kesabaran, yang merupakan bagian dari kecerdasan emosi. Kesabaran tidak hanya membantu kita mengatasi tantangan, tetapi juga meningkatkan kemampuan kita untuk memahami dan mengelola emosi dengan lebih baik.

Self control atau kontrol diri adalah bagaimana individu mengendalikan diri, emosi dan perilaku dari dalam dirinya sendiri. Pengendalian diri ialah kemampuan mengelola diri sendiri sangat penting untuk dibekalkan kepada individu, agar mereka dapat membentuk pola perilaku yang positif dan seimbang, meliputi pengaturan fisik, psikologis, dan perilaku, sehingga mencapai keselarasan dalam diri (Hersika et al., 2020).

Dalam Al-Qur'an, ada beberapa ayat yang menekankan pentingnya mengendalikan diri atau *self-control*. Salah satunya adalah

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ
قَالُوا سَلَامًا

"Dan hamba-hamba Tuhan Yang Maha Penyayang adalah orang-orang yang berjalan di bumi dengan rendah hati, dan apabila orang-orang yang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata yang baik." (QS. Al Furgon 63).

Ayat ini mengajarkan tentang sikap rendah hati dan ketenangan dalam menghadapi provokasi atau kesulitan, yang merupakan bentuk dari kontrol diri yang baik. Selain itu, ada juga ayat-ayat lain yang berbicara tentang pengendalian diri dalam konteks berbagai aspek kehidupan, seperti menghindari kemarahan atau mengendalikan nafsu.

Ada beberapa penelitian atau riset terdulu dimana Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tri Sulastri (Yulie, 2022), penelitiannya menyatakan bahwa siswa Individu yang belum memiliki keseimbangan emosi cenderung mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan, berinteraksi dengan orang lain, dan mengendalikan emosi negatif. Mereka juga kurang memiliki penguasaan diri dan rasa tanggung jawab terhadap kewajiban mereka. Penelitian kedua yang dilakukan oleh Selvy Yuliandita (Selvy, 2015), dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa siswa Siswa yang kurang memiliki pemahaman *self control* cenderung menampilkan perilaku

negatif, seperti tidak sopan kepada guru, yang menunjukkan kurangnya kemampuan mereka untuk mengendalikan perilaku dan emosi mereka, siswa yang bergaul dengan teman-teman yang memiliki perilaku tidak baik, seperti sering menggunakan bahasa kasar dan tidak menghormati orang lain, dapat mempengaruhi perilaku dan sikap mereka dan kurang mampu mengelola emosi, menunjukkan adanya masalah dalam perilaku dan kemampuan sosial mereka. Penelitian yang terakhir yaitu oleh Nova Aprita Ericha Hararap (Hararap M, 2013), menurut penelitiannya siswa kurang dalam hal remaja yang bergaul dengan teman-teman yang tidak memiliki etika sering menunjukkan sikap yang tidak sopan santun kepada guru, kurang bijak dalam bergaul, dan sering bertindak tanpa memikirkan konsekuensinya. Mereka cenderung bersikap tergesa-gesa dan tidak sabar dalam menghadapi situasi, serta kurang mampu mengontrol emosi, cenderung remaja dengan kecerdasan emosional rendah cenderung memiliki kesulitan mengendalikan emosi dan perilaku mereka. Sebaliknya, remaja dengan kecerdasan emosional tinggi memiliki kemampuan *self control* yang lebih baik dalam mengelola emosi dan perilaku mereka, bersikap sesuai dengan nilai-nilai, dan memiliki kemandirian yang tinggi (Hararap M, 2013). Salah satu contoh kasus kurangnya *self control* dan kecerdasan emosi menurut Sosiolog Universitas Padjadjaran, Budi Rajab, kurangnya *self control* atau kontrol diri dapat menjadi faktor pendorong terjadinya perundungan, seperti kasus perundungan siswi SMP di Bandung yang dilakukan oleh temannya sendiri dan viral di media sosial (Putra, n.d.).

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 4 Sungai Penuh Pada Tanggal 25 juli 2024 terdapat beberapa permasalahan mengenai hubungan *self control* (kontrol diri) dengan kecerdasan emosi antara lain: (1) Kurang menunjukkan perilaku yang sopan santun, (2) Beberapa siswa tidak taat peraturan dan tidak disiplin disekolah.

Kemampuan *Self-control* dan kecerdasan emosi memiliki hubungan yang sangat erat dengan kondisi kognitif seseorang. Artinya, semakin baik kemampuan kognitif individu, maka semakin baik pula kemampuan mereka untuk mengendalikan diri sendiri. Pada usia 11-15 tahun, remaja memasuki tahap pemikiran operasional formal, di mana mereka mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, logis, dan sistematis sehingga mereka dapat membayangkan konsekuensi dari tindakan mereka dan melakukan pengendalian diri. Dengan demikian, mereka dapat memiliki pemahaman yang baik tentang *self-control* dan mengambil keputusan yang lebih bijak (Sinaga, 2018),

Self control dan kecerdasan emosi sangat penting dimiliki oleh setiap orang, terutama dalam menghadapi perubahan budaya dan gaya hidup akibat globalisasi. Fenomena kenakalan remaja, kekerasan, dan perilaku destruktif lainnya yang sering terjadi akhir-akhir ini menunjukkan rendahnya kontrol diri dan kecerdasan emosi pada beberapa individu (Sriyanti, 2012).

Berdasarkan deskripsi diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ **Analisis Hubungan Self Control Dengan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh**”

B. Identifikasi Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi hubungan antara tingkat *self control* dan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh. Di lapangan permasalahan yang banyak ditemukan yaitu

1. Siswa tidak menunjukkan rasa hormat kepada guru dengan tidak menyapa dan tidak memperhatikan saat guru menjelaskan materi karena para siswa asik mengobrol dibelakang dengan temannya.
2. Menghabiskan waktu dengan teman-teman yang memiliki pengaruh buruk dan tidak beretika dapat menyebabkan perilaku negatif seperti saat guru mengajarnya para siswa asik bermain dibelakang saat gurunya menjelaskan.
3. Siswa juga mengalami kesulitan dalam mengatur emosi mereka sehingga melawan kepada guru saat dimarahin karena ditegur tidak mau menulis.
4. Siswa masih kurang melihat kondisi saat bercanda dengan temannya salah satunya seperti mengganggu temannya saat suasana temannya tidak baik sehingga terjadi keributan.
5. Beberapa siswa di SMP N 4 Sungai Penuh masih rendahnya *self-control* membuat mereka lebih rentan mengambil keputusan impulsif dan berisiko. Salah satunya mengikuti temannya bolos dan pulang saat masih jam sekolah.

C. Batasan Masalah

Batasan masalah penelitian ini adalah :

1. *Self-control* dibatasi pada kemampuan mengontrol perilaku. *Self-control* dalam penelitian ini dibatasi pada satu indikator yaitu: Kemampuan mengontrol perilaku.
2. Kecerdasan emosional dibatasi pada kemampuan mengenali emosi diri.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tingkat pengendalian diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Sungai Penuh?
2. Bagaimana tingkat kecerdasan emosi siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Sungai Penuh?
3. Bagaimana hubungan antara kemampuan pengendalian diri dan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Sungai Penuh?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat *self control* siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh.
2. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan *Self control* dengan Kecerdasan emosi siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori dan praktik bimbingan dan konseling, dengan memperkaya pemahaman tentang hubungan antara kecerdasan emosional dan *self-control* pada siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Siswa

Dengan penelitian ini, siswa dapat memperoleh pemahaman tentang cara mengontrol diri dan emosi secara efektif.

b. Guru BK

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi guru BK untuk memperkaya pemahaman tentang hubungan antara kecerdasan emosional dan *self-control* siswa, sehingga dapat membantu mengembangkan program bimbingan yang lebih efektif.

G. Defenisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman dan memperjelas pemahaman, maka perlu dilakukan penjelasan tentang istilah-istilah yang digunakan dalam proposal skripsi ini:

1. *Self control* atau kontrol diri adalah kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan tindakan diri sendiri menuju hal-hal positif, yang pada dasarnya merupakan bentuk pengendalian emosi dalam diri individu.
2. Kecerdasan emosi adalah kemampuan individu untuk memahami, mengelola, dan mengembangkan emosi diri sendiri dan orang lain, sehingga dapat mendukung pertumbuhan emosi dan intelektual .

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. *Self Control*

a. Pengertian *Self Control*

Kontrol diri, yang dalam bahasa Inggris dikenal sebagai *self-control*, menurut Averill (Putri, 2022) Kontrol diri (*self-control*) merupakan kemampuan individu untuk mengatur perilaku, mengelola informasi, dan membuat keputusan yang sesuai dengan keyakinan, nilai-nilai, dan tujuan hidupnya. Ini juga melibatkan kemampuan mengendalikan diri, memantau gagasan dan ide, serta menghadapi tekanan dan pertentangan dalam situasi yang dihadapi.

Menurut Roberts (Masjkur, 2018), kontrol diri didefinisikan sebagai integrasi antara individu dan lingkungannya dipengaruhi oleh kemampuan kontrol diri. Individu dengan kontrol diri yang tinggi berusaha mencari dan menerapkan strategi yang efektif untuk berperilaku dalam berbagai situasi yang berbeda-beda, sehingga dapat mengatur mereka yang memiliki kontrol diri yang tinggi dapat berperilaku secara lebih adaptif dan responsif dalam berbagai situasi sosial, sehingga menunjukkan kesan yang lebih positif dan terbuka.

Self control adalah kemampuan mengarahkan perilaku diri sendiri dan mengendalikan impuls yang tidak diinginkan, sehingga dapat membuat keputusan yang tepat dan mencapai tujuan dengan efektif, dan menghindari konsekuensi yang tidak diinginkan. Menurut Goldfried &

Merbaum (Putri, 2022), *Self-control* merupakan kemampuan untuk mengatur, mengarahkan, dan mengorganisir perilaku untuk mencapai hasil yang positif. Menurut Borba, *self control* adalah kemampuan tubuh dan pikiran untuk melakukan apa yang harus dilakukan. Sementara itu, Papalia et al mendefinisikan *self control* sebagai kemampuan untuk mengadaptasi perilaku agar dapat diterima oleh lingkungan sosial.

Kontrol diri (*self-control*) adalah kemampuan yang memungkinkan individu untuk mengatur, membimbing, dan mengarahkan perilaku mereka menuju hasil yang positif. Dengan demikian, kontrol diri merupakan potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan sehari-hari. (Nuryadi & Ginting, 2017).

Yulia Singgih (Hararap M, 2013). Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur dan mengendalikan perilaku mereka dan perilakunya dalam menghadapi gangguan, godaan, atau tekanan lingkungan. Kontrol diri juga meliputi kemampuan mengatur dan mengelola perilaku dalam berbagai situasi untuk mencapai kesuksesan dalam sosialisasi, mengendalikan perilaku, dan berinteraksi dengan orang lain.

Kesimpulan dari kalimat diatas adalah bahwa *self control* atau kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan diri, baik dalam mengatur gagasan dan ide-ide dalam dirinya maupun dalam menghadapi tekanan dari situasi sekitarnya. Kemampuan ini mencakup

kemampuan untuk menahan diri dari impuls-impuls yang bersifat impulsif, serta untuk menyesuaikan perilaku sesuai dengan situasi sosial yang berbeda. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik mampu membuat keputusan yang efektif dan mengambil langkah-langkah yang tepat untuk mencapai tujuan mereka, dengan menghindari konsekuensi negatif yang tidak diinginkan. Kontrol diri juga memungkinkan individu untuk bersikap lebih responsif, fleksibel, hangat, dan terbuka terhadap petunjuk situasional yang ada di sekitarnya.

b. Teori-teori *Self Control*

Menurut Tangney, Averill Calhoun, dan Acocella (Tobing, 2022), pengendalian diri didefinisikan sebagai proses pengaturan yang meliputi aspek fisik, psikologis, dan perilaku individu untuk membentuk dirinya sendiri. Ini mencakup kemampuan mengelola proses-proses yang membentuk pola perilaku individu, sehingga membentuk keseluruhan diri individu.

Berdasarkan konsep Averill (Zahri & Savira, 2017), terdapat 3 jenis kemampuan *Self control*. Averill menyebut pengendalian diri sebagai pengendalian pribadi yaitu pengendalian perilaku, pengendalian kognitif, dan pengambilan keputusan yang tepat.

Kesimpulan dari semua pendapat ahli diatas adalah bahwa Pengendalian diri melibatkan proses pengaturan yang kompleks, mencakup aspek fisik, psikologis, dan perilaku individu yang membentuk pola perilaku individu. Konsep ini menekankan bahwa

kemampuan untuk mengelola dan mengatur aspek-aspek tersebut menjadi bekal penting dalam pembentukan karakter dan perilaku seseorang, terdapat tiga jenis kemampuan pengendalian diri, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan pengendalian keputusan.

c. Aspek-aspek *Self Control*

Ada lima aspek dalam kontrol diri yaitu :

1. Kontrol perilaku (*behavior control*)

Kemampuan kontrol diri meliputi kemampuan untuk mengubah situasi yang tidak menguntungkan menjadi lebih baik dan mengontrol perilaku. Individu dengan kontrol diri yang baik mampu mengatur perilaku mereka secara mandiri, sedangkan individu yang tidak dapat mengendalikan diri mungkin akan bergantung pada sumber eksternal untuk mengatasi masalah.

2. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Proses pengolahan informasi yang tidak diinginkan melibatkan kemampuan individu untuk menginterpretasi, menilai, dan memadukan kejadian dalam kerangka kognitif, sehingga dapat meningkatkan adaptasi psikologi dan mengurangi tekanan. Individu akan mengantisipasi dalam menghadapi kejadian tidak menyenangkan, individu dapat melakukan penilaian, evaluasi, dan penafsiran ulang secara positif melalui proses kognitif subjektif.

3. Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Kemampuan individu untuk memilih hasil yang diinginkan memungkinkan mereka untuk menentukan pilihan yang tepat dalam menghadapi kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan dalam mengontrol diri individu (Tobing, 2022).

4. *Informational control*

Informasi kontrol diri (*informational*) memungkinkan individu untuk memahami lebih lanjut tentang tekanan-tekanan yang dihadapi, termasuk apa yang terjadi, mengapa, dan apa konsekuensinya. Dengan demikian, individu dapat mempersiapkan diri dan memprediksi apa yang akan terjadi, sehingga mengurangi ketakutan dan kecemasan yang tidak terduga. Informasi ini dapat membantu mengurangi tekanan dan meningkatkan kontrol diri (Rachdianti, 2011).

5. *Retrospective control*

Bertujuan untuk menyakinkan individu tentang penyebab tekanan-tekanan yang dialaminya, sehingga individu dapat memahami apa dan siapa yang mengakibatkan tekanan-tekanan tersebut (Rachdianti, 2011).

d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Self Control*

Sebagaimana faktor psikologis kontrol diri dipengaruhi beberapa faktor diantaranya adalah:

1. Faktor internal

Faktor usia dan kematangan memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan kontrol diri seseorang, di mana peningkatan usia seringkali diikuti oleh peningkatan kemampuan mengontrol diri, karena kematangan emosi, kognitif, dan sosial juga meningkat seiring dengan bertambahnya usia.

2. Faktor eksternal

Lingkungan keluarga, khususnya orang tua, berperan penting dalam membentuk kemampuan mengontrol diri anak-anak mereka. Orang tua yang menerapkan disiplin dan kedisiplinan dalam kehidupan sehari-hari, orang tua dapat membantu anak-anak mereka mengembangkan kemampuan kontrol diri melalui berbagai cara mengendalikan diri dan bertanggung jawab atas tindakan mereka. Kedisiplinan dapat mengajarkan pengendalian diri dan arah diri, dengan demikian, individu dapat mengembangkan kemampuan kontrol diri yang memungkinkan mereka membuat keputusan yang tepat, bijak dan bertanggung jawab atas konsekuensinya (Lyanti, 2019).

Beberapa sikap orang tua yang kurang tepat dapat mengganggu pengembangan *self-control* pada remaja, antara lain: Pengabaian fisik, yaitu kurangnya perhatian dan kasih sayang yang

dibutuhkan oleh remaja. Pengabaian emosional, yaitu kurangnya dukungan dan pengertian terhadap perasaan dan emosi remaja. Pengabaian intelektual, yaitu kegagalan dalam menyediakan pengalaman belajar yang menantang dan menstimulasi dapat mempengaruhi perkembangan intelek remaja, seperti kegiatan belajar dan eksplorasi. Pengabaian sosial yaitu kurangnya perhatian terhadap kebutuhan sosial remaja, seperti kebutuhan untuk bersosialisasi dan interaksi yang tidak seimbang dengan orang lain dan pengabaian nilai-nilai moral dapat mempengaruhi perkembangan kemampuan *self-control* pada individu. remaja dan berdampak pada perkembangan mereka di masa depan. Sikap orang tua yang tidak ideal dapat menghambat perkembangan *self-control* pada remaja, termasuk pengabaian dalam aspek fisik, emosional, intelektual, sosial, dan moral (Ani, 2020).

Kesalahan perlakuan orang tua dalam keluarga dapat menjadi faktor yang berkontribusi pada berbagai masalah, termasuk gangguan emosi dan perilaku lemahnya kontrol diri pada remaja, sehingga berpotensi menimbulkan perilaku negatif. Sebaliknya, remaja yang memiliki hubungan keluarga yang harmonis dan positif cenderung menunjukkan kontrol diri yang lebih baik dan perkembangan kepribadian yang lebih seimbang (DURI, 2021).

2. Kecerdasan Emosi

a. Pengertian Kecerdasan Emosi

Pengertian emosi menurut Daniel Goleman (Thaib, 2013), adalah menekankan bahwa emosi bukan hanya sekedar perasaan, tetapi juga melibatkan pikiran, keadaan biologis, dan psikologis, serta kecenderungan untuk bertindak. Ini menunjukkan bahwa emosi memiliki peran penting dalam mempengaruhi perilaku dan keputusan seseorang.

Goleman (Hararap, 2013) teori kecerdasan emosi yang dikemukakan oleh Howard Gardner merupakan kritik terhadap pandangan tradisional tentang *inteligensi quotient* (IQ), yang menawarkan perspektif baru tentang kecerdasan manusia yang lebih luas dan beragam.

Kecerdasan emosional (EQ) memainkan peran penting dalam kehidupan sehari-hari, karena memungkinkan seseorang untuk berinteraksi secara efektif dengan orang lain, mengelola stres, dan membuat keputusan yang lebih baik. Ini juga meliputi kemampuan untuk menggunakan emosi sebagai panduan dalam berpikir dan bertindak. Dengan demikian, kecerdasan emosional memainkan peran penting dalam membangun hubungan yang harmonis dan mencapai kesuksesan dalam berbagai bidang kehidupan (Anam & Ardillah, 2016).

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan yang memungkinkan seseorang untuk memahami, mengelola, dan mengembangkan emosi mereka sendiri dan orang lain, serta menggunakan kemampuan ini untuk

meningkatkan pertumbuhan emosi dan intelektual (Lyanti, 2019). Kecerdasan emosional (EQ) adalah kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain. Ini juga meliputi kemampuan untuk menggunakan emosi sebagai panduan dalam berpikir dan bertindak. Dengan demikian, kecerdasan emosional memainkan peran penting dalam membangun hubungan yang efektif dan mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan (Anam & Ardillah, 2016).

Menurut Sri Habsari (Hararap M, 2013), kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengelola dan mengatur perasaan serta kemampuan diri. Dengan demikian, seseorang dapat lebih stabil dan tidak mudah terpengaruh oleh situasi atau emosi negatif. Beberapa ahli memiliki pendekatan yang berbeda dalam mengkategorikan emosi. Misalnya, klasifikasi emosi yang umum digunakan membaginya menjadi beberapa kategori, seperti hasrat, benci, sedih, heran, cinta, dan kegembiraan. Sementara itu, JB Watson mengidentifikasi tiga jenis emosi utama, yaitu ketakutan, kemarahan, dan cinta. Daniel Goleman juga mengemukakan beberapa jenis emosi, termasuk amarah yang mencakup perasaan beringas, mengamuk, dan kesal hati, serta kesedihan yang meliputi perasaan sedih, dan putus asa (Thaib, 2013)

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa emosi dan kecerdasan emosional (EQ) memainkan peran kunci dalam menentukan kesuksesan dan keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari.

Mereka membantu individu dalam mengelola perasaan, membangun hubungan yang efektif dan membuat keputusan yang lebih baik dalam interaksi sosial. Emosi mencakup perasaan, pikiran, dan keadaan biologis yang mendorong tindakan, sedangkan kecerdasan emosional melibatkan kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan menggunakan emosi untuk memfasilitasi pertumbuhan emosional dan intelektual.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Andina Laura Ariadne pada tahun 2023 menunjukkan bahwa korban kekerasan dalam pacaran di kalangan mahasiswa Kota Bandung memiliki kemampuan mengelola emosi yang sangat baik mereka memiliki kesadaran diri, percaya diri, dan penguasaan diri yang baik, serta kemampuan berkomunikasi dan membina hubungan yang baik. Namun, ironisnya, mereka masih mengalami kekerasan dalam hubungan asmara, khususnya kekerasan verbal dan emosional yang muncul dalam bentuk perilaku yang terlalu protektif dan posesif. Meskipun memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, tidak selalu menjamin bahwa seseorang dapat menghindari masalah dalam hubungan pacaran.

b. Teori-teori Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan yang sangat penting dalam mengenali dan mengelola emosi. Ini mencakup kemampuan untuk memotivasi diri, mengelola stres, dan membangun hubungan yang harmonis dengan orang lain merupakan ciri khas individu dengan

kecerdasan emosi yang tinggi, individu dapat mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan (Putri, 2022).

Menurut Daniel Goleman (Ningsih & Susilawati, 2019), kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan dan memantau perasaan diri sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan tersebut untuk menuntun pikiran dan tindakan. Seseorang yang cerdas secara emosi memiliki kemampuan untuk mengenali diri dengan kecerdasan emosi yang baik dapat mengelola emosi mereka dengan efektif, memotivasi diri, menunjukkan empati, dan membangun hubungan yang harmonis dengan orang lain. Sebaliknya, individu dengan kecerdasan emosi yang rendah cenderung dikuasai oleh emosi dan memiliki hubungan interpersonal yang terganggu.

Istilah "kecerdasan emosional" dipopulerkan oleh Peter Salovey dan John Mayer, dua psikolog yang memperkenalkan konsep ini pada tahun 1990 (Anam & Ardillah, 2016) dari University of New Hampshire, kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi diri sendiri dan orang lain, serta menggunakan pengetahuan ini untuk mengarahkan pikiran dan perilaku.

Kecerdasan emosi merupakan komponen penting dari kecerdasan sosial yang meliputi kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain (Putri, 2022).

Kesimpulan para ahli diatas adalah Kecerdasan emosi (EQ) memang merupakan kemampuan penting yang melibatkan pengenalan, pengelolaan, dan pemanfaatan emosi diri sendiri dan orang lain dengan efektif. Ini mencakup kemampuan untuk memotivasi diri, menghadapi tekanan, dan membangun hubungan yang baik. Individu dengan EQ yang tinggi dapat mengelola perasaan mereka dan orang lain dengan baik, sehingga mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan.

c. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi

Adapun lima aspek kecerdasan emosi yaitu:

1. Mengenal emosi diri

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami perasaan dan emosi diri sendiri. Ini merupakan aspek penting dalam kecerdasan emosi, karena memungkinkan individu untuk menggunakan perasaan mereka sebagai panduan, individu dapat mengambil keputusan yang lebih tepat dan memecahkan masalah pribadi dengan lebih efektif.

2. Mengelola emosi diri

Pengaturan diri atau mengelola emosi adalah kemampuan penting yang memungkinkan seseorang untuk menangani perasaan mereka dengan efektif. Dengan kemampuan ini, seseorang dapat berpikir secara logis, tetap fokus, dan menghadapi kesulitan dengan tenang. teguh. Mereka juga cenderung lebih termotivasi untuk mencapai tujuan dan tidak mudah puas dengan hasil yang sudah

dicapai. Ini dapat membantu mereka mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan.

3. Motivasi diri

Aspek motivasi diri ini sangat penting dalam mencapai kesuksesan. Dengan kemampuan untuk menggunakan hasrat dan motivasi internal, individu dapat lebih termotivasi untuk mencapai tujuan mereka dan mereka juga cenderung memiliki pandangan yang lebih positif dalam menghadapi kesulitan dan kegagalan, serta memiliki motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan. Untuk terus berusaha mencapai tujuan mereka. Ini dapat membantu mereka mencapai kesuksesan dan mencapai potensi maksimal mereka.

4. Mengenali emosi orang lain

Empati memang merupakan kemampuan penting untuk memahami dan mengenali emosi orang lain. Dengan memiliki empati, individu dapat lebih mudah memahami kebutuhan dan perasaan orang lain, serta membangun hubungan yang lebih harmonis dan berbasis kepercayaan. Empati juga dapat membantu individu dalam berkomunikasi lebih efektif dan menyelesaikan konflik dengan lebih baik.

5. Membina hubungan

Aspek Aspek tersebut mengacu pada kemampuan sosial, yang merupakan bagian penting dari kecerdasan emosi. Kemampuan sosial ini memungkinkan individu untuk mengendalikan emosi orang lain,

mereka dapat memahami dinamika sosial, memimpin dan mempengaruhi orang lain secara efektif. Dalam konteks penelitian tentang kecerdasan emosi mahasiswa, aspek-aspek kecerdasan emosi dari Goleman digunakan, yang meliputi: pengenalan emosi diri, pengelolaan emosi diri, motivasi diri, pengenalan emosi orang lain, dan pembangunan hubungan (Putri, 2022).

Kecerdasan emosi terdiri dari lima aspek utama, yaitu sebagai berikut:

1. *Social Art*

Kemampuan mengelola diri sendiri dan merasa empati adalah fondasi penting untuk kompetensi sosial. Sementara itu, kemampuan membangun dan mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain menunjukkan sifat dan keahlian sebagai makhluk sosial yang efektif. Kedua aspek ini saling terkait dan sangat penting untuk mencapai kesuksesan dalam berinteraksi dengan orang lain.

2. *Self Awareness*

Self Awareness memang berkaitan dengan kemampuan memahami diri sendiri, mengontrol emosi, dan mengekspresikan emosi secara benar. Emosi memainkan peran penting dalam pengambilan keputusan, karena emosi dapat mempengaruhi proses berpikir logis dan rasional. Dengan memiliki *self awareness* yang baik, seseorang dapat membuat keputusan yang lebih bijaksana dan

tepat, karena mereka dapat mengenali dan mengelola emosi mereka dengan lebih efektif.

3. *Managing Emotions*

Kemampuan untuk mengendalikan emosi, dan kemampuan untuk menjalani lembah hidup dan melewatinya dengan bijak. Lintas budaya, seperti keluarga dan institusi lainnya, menciptakan lingkungan yang baik untuk membangun dan mengembangkan kemampuan setiap orang untuk mengelola emosi dengan baik.

4. *Self Motivation*

Kemampuan mengontrol impuls adalah ketrampilan psikologis yang sangat penting untuk mengatur dan mengelola emosi secara keseluruhan. Kemampuan ini dapat membantu seseorang belajar, berpikir, dan merencanakan, serta meningkatkan potensi mereka.

5. *Empathy*

Kemampuan untuk memahami atau mengerti empati memungkinkan kita untuk memahami perspektif dan emosi orang lain dengan lebih baik. Sama seperti kita memahami dan menggambarkan perasaan kita sendiri secara objektif. Individu yang kurang memiliki kesadaran diri cenderung mengalami kesulitan dalam memahami emosi dan kebutuhan orang lain.. Sedangkan individu yang memiliki kepekaan dan perilaku empati akan melihat makna yang sangat berarti dalam menjaga keseimbangan batin dan kesejahteraan psikologisnya (Putri, 2022).

d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi yang dimiliki seorang individu dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut adalah:

a. Lingkungan keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang mempengaruhi perkembangan emosi anak, di mana mereka belajar mengenali dan mengungkapkan emosi melalui interaksi dengan anggota keluarga.

b. Lingkungan di luar keluarga

Selain keluarga, lingkungan luar seperti sekolah dan masyarakat juga memainkan peran penting dalam membentuk perkembangan emosi. juga memainkan peran penting dalam pembentukan dan pengembangan kecerdasan emosi. Seiring dengan perkembangan fisik dan mental, kecerdasan emosi juga akan berkembang dan meningkat. Pengalaman dan interaksi dengan lingkungan sekitar akan membantu seseorang memahami dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang, yaitu:

a. Fisik

Faktor fisik yang mempengaruhi perkembangan emosi adalah sistem limbik, yang bertanggung jawab mengatur emosi, serta bagian korteks yang terlibat dalam proses berpikir.

b. Psikis

Kecerdasan emosi bukanlah sesuatu yang statis, melainkan dapat dikembangkan dan ditingkatkan melalui berbagai faktor, termasuk lingkungan keluarga, sosial, kondisi fisik, dan faktor psikologis (Putri, 2022).

3. Hubungan Antara *Self Control* Dengan Kecerdasan Emosi

Kemampuan mengendalikan diri (*self control*) merupakan fondasi kecerdasan emosi, yang dipicu oleh kemampuan mengenali dan memahami perasaan serta pemikiran. Menurut Zahri (Zahri & Savira, 2017), Mengelola emosi memungkinkan individu untuk mengatur dan mengekspresikan perasaan mereka secara efektif, sehingga mereka dapat mengatasi stres, kecemasan, dan emosi negatif lainnya. Selain itu, kemampuan mengelola emosi juga memungkinkan individu untuk memotivasi diri dan mencapai tujuan dengan fokus dan semangat yang tepat.

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan yang mencakup beberapa komponen penting, kecerdasan emosi meliputi pengendalian diri, motivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, pengaturan suasana hati, serta kemampuan menunjukkan empati dan optimisme. Kecerdasan emosi ini bekerja secara sinergis dengan kemampuan kognitif, sehingga memungkinkan individu untuk mengoptimalkan potensi mereka. Tanpa kecerdasan emosi, kemampuan kognitif tidak dapat digunakan secara maksimal (Putri, 2016).

Kontrol diri memainkan peran penting dalam mengendalikan emosi individu. Untuk mencapai kesuksesan dalam belajar, siswa perlu memiliki kesadaran akan tindakan mereka. Mengenali diri sendiri adalah aspek penting dari kecerdasan emosi, yang memungkinkan seseorang untuk mengarahkan diri mereka dalam berkomunikasi dan bertindak. Dengan kemampuan mengenali orang lain, seseorang dapat memposisikan diri mereka secara efektif, membangun hubungan yang baik, dan mengembangkan diri mereka melalui interaksi sosial dengan orang-orang di sekitar mereka (Ningsih & Susilawati, 2019).

Terdapat korelasi positif antara kecerdasan emosi dan kemampuan kontrol diri pada remaja menunjukkan bahwa individu dengan kecerdasan emosi yang lebih tinggi lebih mungkin untuk berperilaku sesuai dengan nilai-nilai dan keyakinan mereka. Mereka juga memiliki kontrol diri yang baik, yang menghasilkan perilaku positif karena kesadaran akan ketidaksesuaian antara perilaku dan nilai-nilai mereka. Ada kemungkinan kuat bahwa kecerdasan emosi dan kontrol diri terkait erat. Misalnya, Siswa yang memiliki kecerdasan emosi tinggi umumnya memiliki kontrol diri yang lebih baik, sementara siswa dengan kecerdasan emosi rendah cenderung mengalami kesulitan mengendalikan diri (Hararap, 2013).

Teori-teori yang menghubungkan *self-control* dengan kecerdasan emosi yaitu teori Keseimbangan Emosi dan *Self-Control*. Teori ini mengusulkan bahwa keseimbangan antara emosi positif dan negatif dapat

mempengaruhi *self-control*. Kecerdasan emosi berperan dalam menjaga keseimbangan ini melalui:

- a. Pengelolaan Stres : Kemampuan untuk mengelola emosi negatif dan mempertahankan emosi positif dapat berkontribusi pada peningkatan kemampuan seseorang untuk mengendalikan impuls dan membuat keputusan yang lebih baik.
- b. Adaptasi Emosional : Individu yang cerdas secara emosional dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang menantang dan mengurangi dampak negatif terhadap *self-control*.

Teori-teori ini menggambarkan bagaimana kecerdasan emosi dan *self-control* saling berhubungan dan mempengaruhi satu sama lain. Kecerdasan emosi yang tinggi sering kali mendukung kemampuan untuk mengendalikan diri dengan lebih baik, karena memungkinkan individu untuk mengelola emosi mereka dan respons emosional dalam berbagai situasi. Kesimpulan dari penjelasan diatas yaitu kontrol diri merupakan elemen dasar kecerdasan emosi meliputi kemampuan untuk mengenali dan memahami perasaan, serta mengelola emosi dengan efektif. *Self-control* membantu individu mengatasi perasaan dengan cara yang tepat, seperti kemampuan untuk menghibur diri, mengurangi kecemasan, dan mengelola kemarahan, serta memotivasi diri untuk mencapai tujuan. sendiri, mempertahankan semangat, dan menghadapi frustrasi, yang semuanya berkontribusi pada pencapaian tujuan dan pengembangan diri. Kecerdasan emosi bekerja secara sinergis dengan keterampilan kognitif,

memungkinkan seseorang untuk memanfaatkan potensi kognitif secara maksimal. Untuk mencapai keberhasilan, terutama dalam konteks belajar, penting bagi individu untuk mengenali diri dan orang lain, sehingga dapat berkomunikasi dan bertindak dengan efektif dalam hubungan sosial.

B. Penelitian Relevan

Pada dasarnya penelitian *self control* dalam mengontrol emosi sudah banyak dikaji oleh peneliti-peneliti sebelumnya,

1. Penelitian yang berjudul “Hubungan *self control* dan kecerdasan emosi dengan *impulsive buying produk fasion*” yang diteliti oleh Putri (Putri, 2022) pada tahun 2022. Penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan kecerdasan emosi., dan perilaku pembelian impulsif produk fashion. Analisis reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini memiliki reliabilitas yang tinggi, dengan nilai *Crobach's Alpha* sebesar 0,912 untuk *impulsive buying*, 0,811 untuk kontrol diri, dan 0,900 untuk kecerdasan emosi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini memiliki reliabilitas yang tinggi dan layak digunakan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang membahas tentang hubungan antara kontrol diri dan kecerdasan emosi. Perbedaan penelitian ini yaitu penelitian terdahulu meneliti tentang *impulsive buying produk fasion* sedangkan penelitian ini lebih berfokus pada hubungan *self control* dengan kecerdasan emosi.

2. Penelitian yang berjudul “Pengaruh kecerdasan emosi dan kontrol diri terhadap *cyberbullying* pada siswa di MTS Ma’arif Temanggung” yang diteliti oleh Budi, dan Nusantoro (Budi 2022) pada tahun 2022. Hasil penelitian ini menunjukkan siswa memiliki tingkat kecerdasan emosional yang sedang, kontrol diri yang tinggi, dan perilaku *cyberbullying* yang tinggi. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kecerdasan emosi dan *cyberbullying*, artinya semakin tinggi kecerdasan emosi siswa, maka perilaku *cyberbullying* mereka akan menurun. Demikian pula, kontrol diri yang tinggi juga berhubungan dengan penurunan perilaku *cyberbullying*. Secara bersama-sama, kecerdasan emosi dan kontrol diri memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku *cyberbullying* siswa.

Kesamaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokus kajian tentang hubungan antara kontrol diri (*self control*) dan kecerdasan emosi. Perbedaan penelitian ini yaitu penelitian terdahulu meneliti tentang *cyberbullying* sedangkan penelitian ini lebih berfokus pada hubungan *self control* dengan kecerdasan emosi.

3. Penelitian yang berjudul “Hubungan kecerdasan emosi dengan *self control* siswa kelas VII SMP N 25 Kota Jambi” yang diteliti oleh Muhammad Hararap (Hararap 2013) pada tahun 2013. Hasil penelitian ini menunjukan kemampuan *self-control* yang dimiliki oleh seorang siswa sebagai remaja dapat membantu mereka dalam mengurangi atau mencegah perilaku-perilaku negatif yang sering muncul pada usia remaja sedangkan

kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dan dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa anak-anak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional.

Persamaan dengan penelitian ini sama-sama meneliti tentang *self control* dengan kecerdasan emosi dan perbedaan penelitian ini yaitu penelitian terdahulu lebih fokus meneliti hubungan kecerdasan emosi dengan *self control* sedangkan penelitian ini lebih berfokus pada hubungan *self control* dengan kecerdasan emosi.

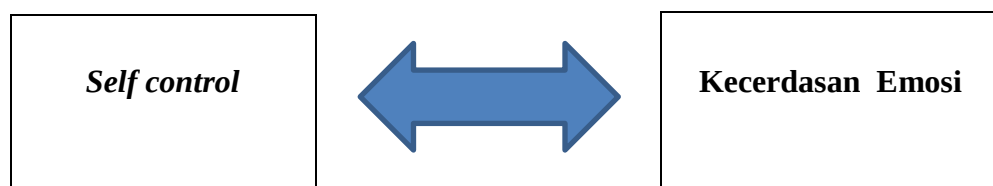
C. Kerangka Berpikir

Self-control, atau pengendalian diri, adalah penting untuk mencegah kenakalan remaja karena demikian, program ini dapat membantu remaja mengurangi atau mencegah perilaku negatif yang sering dialami pada usia tersebut. Faktor emosi, misalnya, memainkan peran penting dalam keberhasilan belajar siswa.

Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola perasaan diri sendiri dan orang lain, serta menggunakan energi emosional secara efektif dalam kehidupan sehari-hari.. Kecerdasan sosial mencakup kumpulan kecerdasan emosi, juga dikenal sebagai kecerdasan emosi (EQ). Ini mencakup kemampuan untuk mengamati perasaan sosial orang lain, memilih dan menggunakan informasi ini untuk mengarahkan pikiran dan tindakan seseorang Salovey dan Mayer (Putri 2022). Kecerdasan

emosi sangat dipengaruhi oleh lingkungannya, tidak stabil, dan dapat berubah kapan saja. Dengan demikian, lingkungan seseorang, terutama orang tua, sangat memengaruhi pembentukan kecerdasan emosi mereka. Dua jenis kecerdasan emosi adalah kecerdasan emosi positif dan negatif. Orang yang memiliki kecerdasan emosi positif memiliki sikap empati yang tinggi, memahami perspektif orang lain, dan menunjukkan kesabaran serta rasa syukur dalam menghadapi tantangan.

Berdasarkan uraian sebelumnya, terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan kontrol diri (*self control*) pada siswa kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh. Gambaran hubungan antara kecerdasan emosi siswa dan self control dapat dilihat pada bagan berikut:



Gambar 1.1 kerangka berpikir

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Berdasarkan kajian teori dan kerangka pemikiran diatas maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian adalah:

H₁: Terdapat Hubungan *Self Control* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Siswa
Kelas VIII SMP N Sungai Penuh

H₀: Tidak terdapat Hubungan *Self Control* Dengan Kecerdasan Emosi Pada
Siswa Kelas VIII SMP N Sungai Penuh

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian kuantitatif, karena menggunakan metode pengumpulan, melalui angka, statistik, menggunakan pendekatan numerik dan ilmu pasti untuk mengumpulkan dan menganalisis data. Penelitian kuantitatif melibatkan pengukuran, perhitungan, dan pengujian hipotesis melalui proses statistik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian melalui analisis data yang sistematis dan objektif.

Sedangkan menurut pendapat ahli penelitian *kuantitatif* disebut sebagai penelitian tradisional karena telah lama digunakan dalam penelitian. Metode *kuantitatif* berakar pada falsafat positivisme, yang menggabungkan prinsip-prinsip ilmiah seperti terukur, rasional, objektif, ilmiah, dan sistematis. Namun, peneliti biasanya menyajikan penelitian *kuantitatif* dalam bentuk angka. Penggunaan metode penelitian kuantitatif yang dilengkapi dengan instrumen pengukuran yang akurat dan analisis statistik yang tepat, hasil penelitian dapat mencerminkan realitas yang sebenarnya. Hal ini didukung oleh proses penelitian yang sistematis, meliputi identifikasi masalah yang akurat, rumusan masalah yang jelas, serta pemilihan populasi dan sampel yang tepat (Waruwu, 2023).

B. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan kerangka sistematis dan objektif yang digunakan untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisis, dan menyajikan data guna memecahkan masalah atau menguji hipotesis. Adapun tujuan Penelitian deskriptif *kuantitatif* adalah jenis penelitian yang berfokus pada deskripsi dan pemahaman karakteristik fenomena atau objek penelitian tanpa menguji hipotesis tertentu.

Menurut penjelasan diatas peneliti mengambil metode *deskriptif kuantitatif* digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis data. Penelitian *deskriptif kuantitatif* merupakan jenis penelitian yang berfokus pada pengumpulan dan analisis data numerik untuk memberikan gambaran dan penjelasan tentang suatu fenomena atau kondisi tertentu. Penelitian *deskriptif kuantitatif* bertujuan untuk mengumpulkan dan menganalisis data untuk memberikan gambaran yang lebih akurat dan terukur tentang variabel-variabel yang diteliti. Proses penelitian ini dimulai dengan identifikasi masalah dan perumusan tujuan penelitian, Selanjutnya, pengumpulan dan analisis data dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih mendalam tentang fenomena yang sedang diteliti. Kemudian peneliti membuat rencana penelitian dan membuat instrumen penelitian seperti kuesioner dan alat pengukur. Dengan menggunakan teknik statistik, data numerik yang dikumpulkan dianalisis untuk menghasilkan kesimpulan atau pola yang dapat divalidasi tertentu (Marlina, 2020).

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan kumpulan individu atau unit yang memiliki sifat atau karakteristik yang sama dan menjadi objek penelitian. Dalam konteks penelitian, populasi merupakan sumber informasi utama dan memiliki peran penting dalam menentukan generalisasi hasil penelitian. Populasi juga dapat diartikan sebagai wilayah atau kelompok orang, peristiwa, atau objek yang ingin dipelajari dan dijadikan dasar untuk menarik kesimpulan (Sugiyono, 2013). Populasi penelitian ini terdiri dari 270 siswa SMP 4 Sungai Penuh. Namun, fokus penelitian ini lebih spesifik pada populasi target, yaitu siswa kelas VIII SMP 4 Sungai Penuh yang berjumlah 90 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili karakteristik dan keragaman yang ada dalam populasi secara keseluruhan. Oleh karena itu, sampel dapat dianggap sebagai perwakilan yang sah dari populasi yang lebih luas, sehingga hasil penelitian yang diperoleh dari sampel dapat digunakan untuk membuat generalisasi dan kesimpulan tentang populasi yang lebih luas. Dalam penelitian ini, metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probabilitas sampling* metode ini tidak memberika kesempatan yang sama bagi setiap individu dalam populasi untuk dipilih sebagai sampel, sehingga pemilihan penentuan sampel dilakukan berdasarkan kriteria yang jelas dan spesifik, yang ditetapkan oleh peneliti untuk memastikan representativitas sampel (Sugiyono, 2013).

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu metode pengambilan sampel yang melibatkan seluruh populasi sebagai sampel, sehingga semua individu dalam populasi menjadi bagian dari sampel penelitian. dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Berstatus Sebagai Siswa atau Siswi Aktif SMP 4 Sungai Penuh.
- b. Berasal dari kelas VIII SMP 4 Sungai Penuh
- c. Berjumlah 90 Siswa dari kelas VIII SMP Sungai Penuh

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah konsep atau karakteristik yang menjadi fokus kajian dan analisis dalam penelitian, diukur dalam suatu penelitian untuk memperoleh informasi dan kesimpulan. Menurut Kerlinger, variabel juga dapat diartikan sebagai sifat yang memiliki nilai-nilai yang berbeda-beda, sehingga variabel tersebut memiliki kemampuan untuk bervariasi.

- a. Variabel bebas (x) : *Self Control*
- b. Variabel Terikat (y) : Kecerdasan Emosi

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mempresentasikan pertanyaan penelitiannya, seorang peneliti dapat menggunakan teknik pengumpulan data untuk memperoleh informasi dari khalayak umum. Skala adalah suatu sistem atau alat untuk mengukur dan mengklasifikasikan responden berdasarkan variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan adalah Skala Likert, yaitu suatu skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, atau persepsi responden dengan menggunakan rentang skala tertentu, seperti sangat setuju,

setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Skala ini merupakan kumpulan butiran, dibuat oleh *Rensis Likert* (item pertanyaan). Skala ini dimaksudkan untuk menilai pendapat orang pada tingkat kolektif dan pribadi. Ini sejalan dengan untaian utama pertanyaan di satu tempat. Kategori pada skala ini yaitu tidak menguntungkan: *Unfavorable* hasil yang tidak menguntungkan termasuk 1 untuk Sangat Sesuai (SS), 2 untuk Sesuai (S), 3 untuk Tidak Sesuai (TS), dan 4 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang akurat dan relevan dalam suatu penelitian kuantitatif, instrumen penelitian biasanya dikembangkan berdasarkan variabel penelitian yang berasal dari teori yang akan diuji. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah lembar angket. Angket adalah instrumen penelitian yang berisi serangkaian pertanyaan yang telah diuji cobakan dan harus divalidasi terlebih dahulu sebelum disebarkan. Salah satu bentuk angket angket berstruktur, yang menyediakan beberapa pilihan jawaban yang spesifik (Sugiyono, 2013).

G. Teknik Analisis Data

Hasil penelitian ini kemudian dianalisis menggunakan analisis statistik untuk mengolah data yang telah terkumpul dari responden, sehingga dapat diperoleh kesimpulan yang akurat menggunakan perangkat lunak SPSS 23 untuk menganalisis data dan menghasilkan temuan yang akurat dan reliable sebagai berikut:

$$\text{Deskripsi data Rumusnya } P = \frac{F}{N} \times 100\%.$$

Keterangan :

P = Persentase

F = Responden frekuensi

N = jumlah data/sampel

Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data yang dianalisis meliputi jumlah sampel, nilai minimum, nilai maksimum, jumlah total, rata-rata (*mean*), dan standar deviasi. (*standard deviation*), dan varians (*variance*). Analisis ini membantu memahami sifat dasar data dan memberikan gambaran umum tentang karakteristik sampel (Sugiyono, 2013).

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa kuesioner yang digunakan sebagai instrumen penelitian telah memenuhi kriteria yang diperlukan. Uji validitas memastikan bahwa kuesioner mengukur konsep atau variabel yang seharusnya diukur, sedangkan uji reliabilitas memastikan bahwa kuesioner dapat memberikan hasil yang konsisten dan dapat memberikan hasil yang konsisten dan dapat diandalkan.

a. Uji Validitas

Instrumen penelitian yang menunjukkan bahwa alat ukur tersebut memiliki kemampuan untuk mengukur konsep yang diteliti dengan akurasi dan presisi yang tinggi. Validitas merupakan ukuran yang menunjukkan kemampuan suatu instrumen untuk mengukur konsep yang diteliti secara akurat dan tepat. Semakin tinggi validitas suatu instrumen, maka semakin tepat pula instrumen tersebut untuk digunakan sebagai alat ukur.

Sebaliknya, instrumen dengan validitas rendah tidak dapat diandalkan sebagai alat ukur yang akurat.

Uji validitas dilakukan dengan membandingkan nilai korelasi (r) yang dihitung dengan nilai r tabel, dengan derajat kebebasan (df) = $n-2$. Jika nilai r hitung lebih besar dari r tabel, maka data tersebut dianggap valid (Sugiyono, 2013).

b. Uji reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada kemampuan alat ukur untuk menghasilkan data yang konsisten dan dapat diandalkan sepanjang waktu. Alat ukur yang reliabel dapat menghasilkan hasil yang sama meskipun digunakan pada waktu yang berbeda. Penelitian ini menggunakan analisis *Cronbach's Alpha* untuk menguji reliabilitas instrumen penelitian. Menurut Sugiyono (2013), nilai koefisien reliabilitas yang baik berkisar antara 0 hingga 1,00 maka skala tersebut dapat dianggap reliabel.

c. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, hipotesis yang digunakan adalah *Product Moment*, khususnya *korelasi Pearson*, untuk mengukur derajat keeratan hubungan antara *Self Control* dan Kecerdasan Emosi. Analisis ini digunakan untuk mengetahui, memahami seberapa kuat hubungan antara kedua variabel tersebut, sambil mengontrol pengaruh variabel lain yang relevan.

Korelasi Pearson dapat digunakan dalam statistik inferensial, tetapi memerlukan asumsi bahwa variabel X dan Y berdistribusi normal. Jika asumsi normalitas tidak terpenuhi, maka alternatif lain seperti *koefisien korelasi Spearman rho* atau *koefisien korelasi Kendall W* dapat digunakan sebagai alternatif. Hubungan dari dua variabel bersifat linear karena variabel yang diteliti berupa data interval, maka teknik statistik yang digunakan adalah *korelasi Pearson Product Moment*. Menurut Sugiyono (2013), *koefisien korelasi* dapat ditentukan menggunakan rumus *korelasi Pearson* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{n\sum x_i^2 - (\sum x_i)^2 - (n\sum y_i^2 - (\sum y_i)^2)}}$$

Dimana :

r_{xy} = Koefisien korelasi pearson

x_i = Variabel independen

y_i = Variabel dependen

n = Banyak sampel

Hasil perhitungan menggunakan rumus korelasi dapat mengungkapkan seberapa kuat hubungan antara variabel X dan variabel Y melalui *koefisien korelasi*. *Koefisien korelasi* ini mengukur derajat keeratan, analisis korelasi digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa memerlukan ketergantungan antara variabel-variabel tersebut.

Meskipun analisis korelasi tidak memerlukan hubungan ketergantungan antara variabel, namun tetap diperlukan adanya hubungan atau kaitan yang relevan antara variabel-variabel yang dioperasikan. Artinya, variabel-variabel tersebut harus memiliki kaitan logis atau teoretis yang jelas. Sebaiknya tidak menghubungkan variabel-variabel yang sangat jauh relevasinya secara logika.

Koefisien korelasi merupakan suatu ukuran statistik yang digunakan untuk mengukur seberapa kuat hubungan antara dua variabel, mulai dari hubungan yang sangat kuat hingga tidak ada hubungan sama sekali (Sugiyono, 2013). Pedoman untuk memberikan interpretasi *koefisien korelasi* sebagai berikut:

Tabel 1.2 Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pada Pada bab ini, penelitian ini akan menyajikan deskripsi data, analisis data dan pembahasan hasil penelitian yang berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian, yaitu menganalisis hubungan antara *self control* dan kecerdasan emosi pada siswa. Setelah diverifikasi, diperoleh 90 data yang layak diolah dari hasil pengadministrasian kepada responden.

1. Deskripsi Data

Pada bab ini, akan dilakukan analisis terhadap data yang diperoleh selama penelitian, dengan mengacu pada teori yang relevan. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara *self control* dan kecerdasan emosi pada siswa di SMP N 4 Sungai Penuh. Pengolahan dan analisis data akan dilakukan menggunakan perangkat lunak *statistik IBM SPSS 23* untuk *Windows*, dengan menerapkan teknik analisis deskriptif. Analisis ini akan meliputi perhitungan mean dan deviasi standar sebagai dasar untuk memahami karakteristik data. Berikut adalah hasil analisis ini :

a. Hasil Uji Deskriptif *Self Control*

Hasil uji deskriptif untuk *Self Control* dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1.3 Statistik Deskriptif *Self Control*

Kategori	Skor Analisis
Mean	56,74
Standar Deviasi	4,687
Nilai Minimum	47
Nilai Maksimum	72

Sumber : Data diolah dengan SPSS 23

Tabel di atas menampilkan hasil deskripsi data skala *self control* yang terdiri dari 21 item dan diisi oleh 90 responden. Hasil perhitungan menggunakan *SPSS 23 for Windows* menunjukkan nilai rata-rata dari variabel *Self Control* adalah 56,74, dengan standar deviasi sebesar 4,687, nilai minimum 47, dan nilai maksimum 72. Berdasarkan hasil ini, berikut adalah pengkategorian variabel *Self Control* yang disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1.4 Distribusi Frekuensi *Self Control*

Jumlah Item Soal	= 21
Skor	= 1-4
KT	= 4
Skor Terendah	= $1 \times 21 = 21$
Skor Tertinggi	= $4 \times 21 = 84$
Range	= $(84 - 21) / 4$ = 15,75

Kategori	Interval
Sangat Rendah	21-36
Rendah	37-52
Tinggi	53-67
Sangat Tinggi	68-84

Rentang Skor Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
68-84	Sangat Tinggi	2	2,33%
53-67	Tinggi	78	86,67%
37-52	Rendah	10	9%
21-36	Sangat Rendah	0	0,00%
Total		90	100,00%

Sumber : Data diolah dengan Ms. Excel 2010

Berdasarkan tabel di atas, distribusi kategori *self control* siswa adalah: 2 siswa (2,33%) sangat tinggi, 78 siswa (86,67%) tinggi, 10 siswa (11%) rendah, dan 0 siswa (0%) sangat rendah.

b. Hasil Uji Deskriptif Kecerdasan Emosi

Berikut ini merupakan rincian dari hasil uji deskriptif Kecerdasan Emosi terlampir pada tabel dibawah ini :

Tabel 1.5 Statistik Deskriptif Kecerdasan Emosi

Kategori	Skor Analisis
Mean	50,40
Standar Deviasi	6,710
Nilai Minimum	35
Nilai Maksimum	66

Sumber : Data diolah dengan SPSS 23

Tabel di atas menyajikan hasil deskripsi data skala kecerdasan emosi yang terdiri dari 25 item dan dijawab oleh 90 responden, dengan hasil perhitungan menggunakan *SPSS 23 for Windows* menunjukkan nilai rata-rata sebesar 50,40, standar deviasi sebesar 6,710, nilai minimum 35, dan nilai maksimum 66, sehingga dapat dilakukan pengkategorian variabel kecerdasan emosi dalam tabel berikut:

Tabel 1.6 Distribusi Frekuensi Kecerdasan Emosi

Jumlah Item Soal	= 25
Skor	= 1-4
KT	= 4
Skor Terendah	= $1 \times 25 = 25$
Skor Tertinggi	= $4 \times 25 = 100$
Range	= $(100 - 25) / 4$ = 18,75

Kategori	Interval
Sangat Rendah	25-43
Rendah	44-62
Tinggi	63-81
Sangat Tinggi	82-100

Rentang Skor Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentasi
73-100	Sangat Tinggi	0	0,00%
58-72	Tinggi	14	15,56%
42-57	Rendah	67	74,44%
25-41	Sangat Rendah	9	10%
Total		90	100,00%

Sumber : Data diolah dengan Ms. Excel 2010

Berdasarkan tabel di atas, distribusi kategori kecerdasan emosi siswa adalah: 0 siswa (0%) sangat tinggi, 14 siswa (15,56%) tinggi, 67 siswa (74,44%) rendah, dan 9 siswa (10%) sangat rendah.

2. Teknik analisis data

a. Hasil Uji Validitas

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui valid tidaknya suatu kuisioner dari masing-masing variabel tersebut. dapat dilihat jumlah responden atau N yang dianalisis adalah sejumlah 90 sampel bersifat valid. Proses validasi menggunakan *product momen*.

Tabel 2.1 Uji Validitas Skala

Variabel	Jumlah item	rhitung	rtabel
<i>Self Control</i> Kecerdasan Emosi	46	0,368	0,205

Sumber: Data diolah dengan SPSS

Hasil perbandingan antara nilai r tabel (0,205) dan r hitung (0,368) menunjukkan bahwa r hitung lebih besar dari r tabel dan memiliki nilai positif, sehingga butir pertanyaan tersebut dinyatakan valid.

b. Hasil Uji Reliabilitas

Hasil Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala *Self Control* memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,418, yang lebih besar dari 0,4, sehingga dapat dinyatakan reliabel. Jumlah item yang ditampilkan dalam tabel ketergantungan skala di bawah ini

menunjukkan bahwa *Alpha Emotional Intelligence* mencapai 0,761 di atas (0,4), yang menunjukkan kedua skala tersebut dapat dianggap reliabel dan valid untuk digunakan sebagai alat pengukuran.

Tabel 2.2 Uji reliabilitas skala

Variabel	<i>Alpha Cronbach's</i>	N Item	Keterangan
<i>Self Control</i>	0,418	21	Reliabel
Kecerdasan Emos	0,761	25	Reliabel

Sumber: Data diolah dengan SPSS

c. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji *korelasi Pearson Product Moment* untuk menguji apakah ada hubungan positif antara variabel *Self Control* dan variabel Kecerdasan Emosi. Teknik *Korelasi Pearson Product Momen* digunakan untuk membuktikan hipotesis tentang hubungan antara dua variabel yang berbentuk interval dan memiliki sumber data yang sama.

Dalam penelitian ini, penghitungan koefisien korelasi dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik *SPSS 23 for Windows*. Untuk menginterpretasikan nilai koefisien korelasi "r" dari uji *korelasi Product Moment*, penelitian ini menggunakan pedoman interpretasi *Guilford*. Hipotesis penelitian harus diuji sebelum mengetahui apakah kedua variabel berkorelasi. Angka-angka ini menunjukkan bahwa tidak ada korelasi sama sekali atau sempurna, dengan rentang 0–1. Berikut analisis *SPSS 23*

Tabel 2.3 Hasil Uji Hipotesis

Korelasi	rxly	Sig. (2-tailed)
<i>Self Control</i> Kecerdasan Emosi	0,368	0,000

Sumber: Data diolah dengan SPSS

Hasil analisis *korelasi Pearson* menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *Self Control* dan Kecerdasan Emosi, dengan nilai *r* hitung sebesar 0,368 yang lebih besar dari *r* tabel (0,205) pada taraf signifikansi 5% dan *N* = 90. Berdasarkan hasil uji hipotesis, dengan nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif (H1) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self control* dan kecerdasan emosi.

B. Pembahasan

Analisis Hubungan *Self Control* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kota Sungai Penuh

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Analisis hubungan *self control* dengan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP negeri 4 Kota Sungai Penuh.

1. Hasil kemampuan *self control* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 kota Sungai Penuh bahwa terdapat 78 siswa dengan kategori *self control* tinggi 86,67%, 2 siswa kategori sangat tinggi 2,33% dan 10 siswa kategori rendah 10%. Tingginya *self control* para siswa kelas VIII di SMP N 4 Sungai Penuh salah satu nya adalah lingkungan keluarga terutama pola

asuh yang baik akan mendukung terbentuknya *self control* yang baik, temuan ini diperkuat oleh peneliti sebelumnya yaitu oleh Sella Putri (2020) dimana dalam penelitiannya mengacu pada Kemampuan *self-control* pada remaja sangat penting untuk mencegah perilaku negatif. Dengan memiliki pengendalian diri yang baik, remaja dapat mengendalikan diri mereka sendiri dan lingkungan sekitar, sehingga dapat mengurangi atau mencegah kenakalan remaja. Salah satunya pola asuh menjadi faktor yang menyebabkan tinggi atau rendahnya *self control* siswa. Dr. Sri Wahyuni, M.Pd. (2018) Hasil penelitiannya yaitu *self control* memiliki pengaruh positif terhadap prestasi belajar siswa SMP. *Self control* yang tinggi pada siswa disebabkan oleh faktor-faktor seperti dukungan orang tua, pengalaman belajar yang positif, dan kemampuan mengatur diri yang baik. Prof. Dr. H. Ahmad Syukri, M.Pd. (2019) Hasil penelitiannya yaitu siswa dengan *self control* tinggi memiliki perilaku disiplin yang lebih baik. *Self control* yang tinggi pada siswa disebabkan oleh faktor-faktor seperti pengaruh lingkungan sekolah, kemampuan mengatur diri, dan dukungan dari guru dan teman-teman. Dr. Rina Marlina, M.Pd. (2020) dimana hasil penelitiannya adalah *Self control* memiliki pengaruh positif terhadap kecenderungan berperilaku positif siswa SMP. *Self control* yang tinggi pada siswa disebabkan oleh faktor-faktor seperti kemampuan mengatur diri, pengalaman belajar yang positif, dan dukungan dari orang tua dan guru. Dr. H. M. Yusuf, M.Pd. (2017) Hasil penelitiannya adalah siswa dengan *self control* tinggi memiliki

tingkat stres yang lebih rendah. Penyebab *Self control* yang tinggi pada siswa disebabkan oleh faktor-faktor seperti kemampuan mengatur diri, dukungan dari orang tua dan guru, dan pengalaman belajar yang positif. Dr. Sri Retno Dwi Ariani, M.Pd. (2022) Hasil penelitiannya yaitu *Self control* memiliki pengaruh positif terhadap kinerja akademik siswa SMP. *Self control* yang tinggi pada siswa disebabkan oleh faktor-faktor seperti kemampuan mengatur diri, pengalaman belajar yang positif, dan dukungan dari orang tua dan guru.

2. Kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh, bahwa tingkat kecerdasan emosi 62 siswa dengan kategori rendah 68,40%, 26 siswa dengan kecerdasan tinggi 28,38%, dan 2 siswa dengan kecerdasan emosi sangat rendah 2,22%. Adapun penyebab kurangnya kecerdasan emosi pada siswa SMP 4 Sungai Penuh adalah kurangnya kesadaran diri dan keterbatasan kemampuan mengatur emosi sehingga kecerdasan emosi pada siswa cukup rendah, temuan ini diperkuat oleh peneliti yang dikemukakan oleh Achmad choirudin (2020) yang menyatakan bahwa penyebab rendahnya kecerdasan emosi seseorang yaitu dimana peserta didik tidak memiliki keseimbangan emosi, tidak dapat menyesuaikan diri dengan beban yang sedang dihadapi, sehingga tingkat kecerdasan emosinya tergolong rendah. Kunci keberhasilan seorang siswa dalam belajar tidak hanya terletak pada kemampuan intelegensinya saja namun juga terdapat faktor lain yang ikut berperan, yaitu faktor emosi. Kecerdasan emosional merupakan kecerdasan yang menuntut pemilikan

perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari. Dr. Endang Sukei, M.Pd. (2019) Kecerdasan emosi rendah pada siswa SMP berhubungan dengan kesulitan belajar. Penyebabnya yaitu Kurangnya motivasi belajar, pengalaman belajar yang negatif, dan dukungan dari orang tua yang kurang. Prof. Dr. H. Muhammad Nur, M.Pd. (2020) Siswa dengan kecerdasan emosi rendah memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi, Penyebabnya adalah pengaruh lingkungan sekolah yang kurang positif, kurangnya kemampuan mengatur diri, dan dukungan dari guru dan teman-teman yang kurang. Dr. Ratu Ilma, M.Pd. (2018) Kecerdasan emosi rendah pada siswa SMP berhubungan dengan perilaku menyimpang. Kurangnya kemampuan mengatur diri, pengalaman belajar yang negatif, dan dukungan dari orang tua dan guru yang kurang. Dr. H. Ahmad Fauzi, M.Pd. (2017) Siswa dengan kecerdasan emosi rendah memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi. Kurangnya kemampuan mengatur diri, dukungan dari orang tua dan guru yang kurang, dan pengalaman belajar yang negatif. Dr. Sri Wahyuningsih, M.Pd. (2022) Kecerdasan emosi rendah pada siswa SMP berhubungan dengan kinerja sosial yang rendah. Kurangnya kemampuan mengatur diri, pengalaman belajar yang negatif, dan dukungan dari orang tua dan guru yang kurang.

3. Hubungan antara *self control* dengan kecerdasan emosi berdasarkan hasil uji hipotesis bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara

hubungan *self control* dengan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh dimana hasil uji signifikansi menunjukkan nilai sig (2-tailed) = 0,000 < 0,05 yang berarti asosiasi kedua variabel signifikan dan terdapat korelasi yang kuat. Hipotesis dikatakan diterima atau memenuhi karena kecerdasan emosi menjadi salah satu hal yang mempengaruhi *self control* seseorang. Apabila seseorang mempunyai kecerdasan emosi yang positif maka *self control* nya akan baik sebaliknya bila kecerdasan emosi negatif maka *self control* pun akan negatif. Namun dari hasil deskriptif kecerdasan emosi siswa kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh mendapatkan hasil tingkat kecerdasan emosi yang rendah sedangkan hasil deskriptif *self control* nya tinggi, menurut teori Goleman (2016), masih terdapat hubungan antara *self control* dengan kecerdasan emosi, dalam hasil penelitian Goleman menjelaskan bahwa ada faktor yang positif dan negatif dimana jika kecerdasan emosi nya rendah sedangkan *self control* nya tinggi maka kemampuan mengatur emosi dan perilaku nya akan kurang baik begipun sebaliknya jika kecerdasan emosi nya tinggi dan *self control* nya tinggi maka kemampuan mengatur emosi nya akan baik. Ada beberapa riset terdahulu yang telah meneliti tentang ini yaitu Dr. Endang Sukesu, M.Pd. (2020) menurut penelitiannya *Self control* yang tinggi pada siswa SMP masih berhubungan dengan kecerdasan emosi yang rendah. Siswa dengan *self control* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan mengatur diri yang baik, namun kurang memiliki kemampuan mengenali dan mengelola emosi yang dapat mempengaruhi hubungan

dengan orang lain. Masih terdapat hubungan antara *self control* yang tinggi dengan kecerdasan emosi yang rendah pada siswa SMP. Prof. Dr. H. Sri Hartati, M.Pd. (2020) menurut penelitiannya bahwa siswa dengan *self control* yang tinggi memiliki kecerdasan emosi yang rendah, dengan skor rata-rata sebesar 21,5. *Self control* yang tinggi dapat membuat siswa lebih fokus pada tujuan dan target, namun kurang memiliki kemampuan mengenali dan mengelola emosi yang dapat mempengaruhi keseimbangan emosi dan hubungan dengan orang lain. masih terdapat hubungan antara *self control* yang tinggi dengan kecerdasan emosi yang rendah pada siswa SMP. Dr. Rina Marlina, M.Pd. (2019) *Self control* yang tinggi pada siswa SMP berhubungan dengan kecerdasan emosi yang rendah. Siswa dengan *self control* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan mengatur diri yang baik, namun kurang memiliki kemampuan mengenali dan mengelola emosi yang dapat mempengaruhi perilaku dan hubungan dengan orang lain. masih terdapat hubungan antara *self control* yang tinggi dengan kecerdasan emosi yang rendah pada siswa SMP. Dr. H. Muhammad Ali, M.Pd. (2018) menurut penelitiannya siswa dengan *self control* yang tinggi memiliki kecerdasan emosi yang rendah. *Self control* yang tinggi dapat membuat siswa lebih fokus pada tujuan dan target, namun kurang memiliki kemampuan mengenali dan mengelola emosi yang dapat mempengaruhi keseimbangan emosi dan hubungan dengan orang lain. Menurutny masih terdapat hubungan antara *self control* yang tinggi dengan kecerdasan emosi yang rendah pada siswa SMP. Dr. Sri Wahyuni,

M.Pd. (2022) dalam penelitiannya *Self control* yang tinggi pada siswa SMP dengan *self control* tinggi memiliki kemampuan mengatur diri yang baik, namun mereka cenderung memiliki kecerdasan emosi yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat hubungan antara *self control* yang tinggi dengan kecerdasan emosi yang rendah pada siswa SMP.

Hasil riset menunjukkan bahwa siswa SMP dengan *self control* tinggi cenderung memiliki kemampuan mengatur diri yang baik, tetapi memiliki kekurangan dalam mengenali dan mengelola emosi, sehingga mempengaruhi hubungan dengan orang lain.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan kesimpulan yang telah peneliti laksanakan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa 86,67% siswa kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh memiliki tingkat *self control* yang tinggi.
2. Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa 74,44% siswa kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh memiliki tingkat kecerdasan emosi yang rendah.
3. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMP N 4 Sungai Penuh. Penuh.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan, maka peneliti juga memberikan saran untuk pihak-pihak yang berkaitan, seperti :

1. Bagi siswa disekolah/madrasah
2. *self control* dengan efektif didepan umum dan lingkungan baru nantinya.
3. Bagi peneliti selanjutnya

Adapun peneliti memberikan saran untuk peneliti selanjutnya, seperti :

- a. Jika dilakukan penelitian lanjutan, maka disarankan untuk menghubungkan antara variabel *self control* dengan variabel lain, seperti interaksi sosial. Selain itu, peneliti menyarankan agar menggunakan dua

jenis responden agar dapat dibandingkan, yakni dari dua sekolah yang berbeda.

- b. Melakukan penelitian dengan metode eksperimen agar dapat melihat kondisi responden sebelum dan sesudah diberikan pengembangan diri.

BIBLIOGRAFI

- Anam, H., & Ardillah, L. (2016). Pengaruh Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Spiritual dan Kecerdasan Sosial Terhadap Pemahaman Akuntansi. *JST (Jurnal Sains Terapan)*, 2 (1), 40–47. <https://doi.org/10.32487/jst.v2i1.118>
- Ani, S. P. (2020). Pengaruh Pola Asuh Permisif Orang Tua Terhadap *Self-Control* (Studi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Rambang Kabupaten Muara Enim). <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v5i1.986>
- DURI, R. (2021). Perbedaan Kontrol Diri (*Self Control*) Siswa Ditinjau Dari Perlakuan Orang Tua (Otoriter). *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(2), 70. <https://doi.org/10.22373/taujih.v4i2.11758>
- Fatimah, D. N. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa Smp Negeri 5 Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 14(1), 25–37. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2017.141-03>
- Hararap M. (2013). hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Self Control Siswa Kelas VII SMP Negeri 25 Kota Jambi. *Skripsi Universitas Jambi*, 1–7.
- Hersika, E. I., Nastasia, K., & Kurniawan, H. (2020). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme Remaja di Kafe. *Psyche 165 Journal*, 13(1), 1–9. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i1.11>
- Lyanti, R. (2019). Pengaruh konformitas, self control dan kecerdasan emosi terhadap agresivitas pada penggemar musik kpop / kpopers. *Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*, 87. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/47000>
- Marlina, E. (2020). Pengembangan Model Pembelajaran Blended Learning Berbantuan Aplikasi Sevima Edlink. *Jurnal Padagogik*, 3(2), 104–110.

<https://doi.org/10.35974/jpd.v3i2.2339>

- Masjkur, M. (2018). Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun *Self Control* Remaja Di Sekolah. *At-Tuhfah*, 7(1), 19–36.
<https://doi.org/10.36840/jurnalstudikeislaman.v7i1.114>
- Ningsih, N. K. D. J., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Peran Kecerdasan Emosi dan *Self-control* pada perilaku seksual pranikah. *Jurnal Psikologi Udayana*, 13(1), 12–23.
- Nuryadi, A., & Ginting, A. A. (2017). *Self Control* Dan *Self Efficacy* Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Adiraga*, 3(2), 34–42. http://jurnal.unipasb.ac.id/index.php/adi_raga
- Putra, W. (n.d.). <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-5764589/aksi-perundungan-tawuran-di-jabar-sosiolog-masalah-self-control/amp#>.
- Putri. (2016). Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt. Pln Persero Area Klaten. *Jurnal Studi Manajemen Organisasi*, 13, 88.
<https://doi.org/10.14710/jsmo.v13i1.13416>
- Putri. (2022). Hubungan Antara *Self Control* Dan Kecerdasan Emosi Dengan Impulsive Buying Produk Fashion. *Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*, 1–23.
- Rachdianti, Y. (2011). Hubungan antara *self-control* dengan intensitas penggunaan internet remaja akhir. *Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*.
https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/2732/1/YUNIAR_RACHDIANTI-FPS.PDF
- Selvya, Y. (2015). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman *Self-Control* Siswa Kelas IX Di SMP N 1 Wanasari Kabupaten Breber Tahun Ajaran 2015/2016..
- Sinaga. (2018). Peran Guru BK dalam Mengembangkan *Self Control* Siswa Di MTs Alwasliyah Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurusan*

Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu 1–78.

- Sriyanti, L. (2012). Pembentukan *Self Control* dalam Perspektif Nilai Multikultural. *MUDARRISA: Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 4(1), 1.
- Sugiyono, P. D. (2013). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan *Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Thaib, N. (2013). Hubungan Antara Prestasi Belajar Dengan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 13(2), 384–399.
<https://doi.org/10.22373/jid.v13i2.485>
- Tobing, M. S. (2022). Teknik-teknik Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk *Self Control* pada Pemain Game Online. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 5(1), 47. <https://doi.org/10.22373/taujih.v5i1.11994>
- Waruwu, M. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian *Kualitatif*, Metode Penelitian *Kuantitatif* dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2896–2910.
- Zahri, H., & Savira, I. (2017). Pengaruh *Self-Control* terhadap Agresivitas Remaja pada Pelajar SMP dan SMU di Sekolah Perguruan Nasional. *JP3SDm*, 1–10.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh
Telp. (0748) 21065, Fax. (0748) 22114, Kode Pos. 37112, Web: tik.iainkerinci.ac.id, Email: info@tik.iainkerinci.ac.id

SURAT PENETAPAN JUDUL DAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nomor : In.31/D.1/PP.00.9/ 809 /2023

Berdasarkan Rapat TIM Seleksi Judul Skripsi Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan tentang Penetapan Judul dan Pembimbing Skripsi Mahasiswa, dengan ini Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Kerinci menetapkan:

- | | | |
|------------------|---|------------------------------------|
| 1. Nama | : | Dosi Juliawati, S.Pd., M.Pd., Kons |
| NIP | : | 198807052015032007 |
| Pangkat/Golongan | : | Penata Tk. I/IIId |
| Jabatan | : | Lektor |
| Sebagai | : | Pembimbing I |
| 2. Nama | : | Titin Mairisiska, M.Pd |
| NIP | : | 198808242020122012 |
| Pangkat/Golongan | : | Penata Muda Tk. I /IIId |
| Jabatan | : | Asisten Ahli |
| Sebagai | : | Pembimbing II |

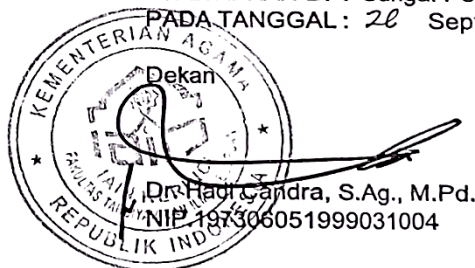
Dalam penulisan skripsi:

- | | | |
|---------------|---|---|
| Mahasiswa | : | Mazlan |
| NIM | : | 2010207039 |
| Fakultas | : | Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan |
| Program Studi | : | Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam |
| Judul Skripsi | : | Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Self-control Untuk Mengontrol Diri Pada Siswa Kelas IX Smp 6 Kerinci |

Demikian surat penetapan ini disampaikan agar dilaksanakan sebagaimana mestinya

DITETAPKAN DI : Sungai Penuh

PADA TANGGAL : 20 September 2023



Tembusan:

1. Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga
2. Ketua Jurusan/Program Studi
3. Dosen Pembimbing
4. Pertinggal



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh
Telp (0748) 21065, Fax (0748) 22114, Kode Pos 37112, Web Itik iainkerinci.ac.id, Email info@itik.iainkerinci.ac.id

SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
Nomor : 860 Tahun 2024

T E N T A N G
PENUNJUKAN TIM PEMBAHAS PROPOSAL SKRIPSI
MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI

- Menimbang : a. Untuk memperlancar seminar proposal mahasiswa program strata satu (S1) IAIN Kerinci, maka perlu menetapkan tim pembahas seminar proposal skripsi mahasiswa.
b. Bahwa nama-nama yang tercantum dalam surat keputusan ini dipandang mampu dan cakap untuk melaksanakan tugas tersebut.
- Mengingat : 1. Undang undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
2. Undang-undang Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi.
3. Undang-undang Nomor 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen.
4. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 Tentang Pendidikan Tinggi.
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009 Tentang Dosen.
6. Peraturan Menteri Agama Nomor 31 Tahun 2022 perubahan atas Peraturan Menteri Agama Nomor 48 Tahun 2016 Tentang Ortaker IAIN Kerinci.
7. Keputusan Menteri Agama Nomor 12 Tahun 2017 Tentang Statuta IAIN Kerinci.
8. Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 53 Tahun 2023 tentang Penjaminan Mutu Pendidikan Tinggi
- Memperhatikan : 1. Keputusan Rektor Institut Agama Islam Negeri Kerinci Nomor 084 Tahun 2024 tentang Peraturan Akademik Institut Agama Islam Negeri Kerinci
2. Surat Edaran Wakil Rektor I Nomor B-732/In.31/R.1/KP.00.1/07/2024 tentang Penyesuaian SK Pembimbing Tugas Akhir dan Ujian Komprehensif

M E M U T U S K A N

- Menetapkan : KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN TENTANG PENUNJUKAN TIM PEMBAHAS PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN TAHUN AKADEMIK 2024/2025.
- Pertama : Menunjuk dan mengangkat Tim Pembahas Proposal Skripsi Mahasiswa:
Pembimbing : 1. Dosi Juliawati, S.Pd., M.Pd., Kons
: 2. Titin Mairisiska, M.Pd
Pembahas : 1. Hengki Yandri, S.Pd., M.Pd., Kons.
: 2. Belaria Putra, S.Pd., M.Pd.
- Untuk melaksanakan seminar proposal atas nama:
Nama : Mazlan
NIM : 2010207039
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Proposal Skripsi : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Self-control Untuk Mengontrol Diri Pada Siswa Kelas IX Smp 6 Kerinci
- Kedua : Keputusan ini disampaikan kepada masing-masing yang bersangkutan untuk di ketahui dan dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.



DITETAPKAN DI : Sungai Penuh
PADA TANGGAL : 27 Agustus 2024

Dekan

Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd.

Tembusan :
1. Ketua Jurusan/Program Studi
2. Tim Pembahas
3. Arsip



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh
Telp. (0748) 21065, Fax (0748) 22114, Kode Pos 37112. Web fuk.iainkerinci.ac.id, Email info@fuk.iainkerinci.ac.id

Nomor : B- 1027 /In.31/D.1/PP.00.9/ 16 /2024
Lampiran : 1 Halaman
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

03 Oktober 2024

Kepada Yth,
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Sungai Penuh
Di
Tempat

Assalamulaikum Wr, Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir program sarjana (S1) maka setiap mahasiswa diwajibkan menyusun skripsi sehubungan dengan hal tersebut kami mengharapkan dengan hormat atas kesediaan kerjasama Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa berikut ini:

NAMA : **Mazlan**
NIM : 2010207039
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Untuk melakukan penelitian di instansi/lembaga Bapak/Ibu, dengan judul skripsi: **Analisis Hubungan Self Control Dengan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kota Sungai Penuh**. Waktu penelitian yang diberikan kepada yang bersangkutan minimal **2 (dua)** bulan, dimulai pada tanggal **04 Oktober 2024 s.d 04 Desember 2024**.



Tembusan

1. Rektor IAIN Kerinci (sebagai laporan)
2. Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga
3. Yang bersangkutan sebagai pegangan
4. Pertinggal

Dekan

Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197306051999031004



PEMERINTAH KOTA SUNGAI PENUH
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Jenderal Basuki Rahmat Sungai Penuh Provinsi Jambi
Telp/Fax (0748) 22162

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : B/000.9.2/ 415 /X/2024/Kesbangpol-2

- Dasar : 1. Permendagri Nomor 20 Tahun 2011 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
3. Peraturan Walikota Sungai Penuh Nomor 35 Tahun 2019 Tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi Serta Tata Kerja Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Sungai Penuh.
- Menimbang : Surat dari Institut Agama Islam Negeri Kerinci Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Nomor B-1827/In.31/D.1/PP.00.9/10/2024 Tanggal 03 Oktober 2024 Perihal Permohonan Izin Penelitian
- Atas Nama Walikota Sungai Penuh memberikan rekomendasi kepada :
- a. Nama : **MAZLAN**
- b. Jabatan : Mahasiswa
- Untuk : Melakukan penelitian dengan **Analisis Hubungan Self Control dengan Kecerdasaan Emosi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Sungai Penuh**

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperiunya.

Sungai Penuh, 11 Oktober 2024

a.n Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik,
Sekretaris,



ZANTI ISMAWAN SULTI, S.Sos., M.Si
Pembina TK I / IV b
NIP-197212121996031006

Tembusan :

1. Walikota Sungai Penuh.
2. Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan Kota Sungai Penuh
3. Kepala Dinas Pendidikan Kota Sungai Penuh
4. Kepala SMP Negeri 4 Sungai Penuh
5. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Kerinci
6. Yang Bersangkutan



**PEMERINTAH KOTA SUNGAI PENUH
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 4 SUNGAI PENUH
KECEMATAN HAMPARAN RAWANG**



Jln. MH. Thamrin Sungai Penuh

Telp : (0748) 21482

KodePos : 37151

E-mail : smpn4_sungai_penuh@gmail.com

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
NOMOR : 420/557 SKet/SMPN.4-SPN/XI/2024**

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 4 Sungai Penuh, Menerangkan bahwa :

Nama : **Mazlan**
NIM : 20102070339
Jurusan / Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Perguruan Tinggi : Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci

Nama yang tersebut diatas telah selesai melaksanakan Penelitian di SMP Negeri 4 Sungai Penuh dengan judul : **“Analisis Hubungan Self Control dengan Kecerdasan Emosi pada Siswa Kelas VIII SMP N 4 Kota Sungai Penuh”** yang dilaksanakan dari tanggal 04 Oktober 2024 s.d 04 Desember 2024.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Dikeluarkan di : Sungai Penuh
Pada Tanggal : 5 Desember 2024



INSTRUMEN PENELITIAN

ANALISIS HUBUNGAN *SELF CONTROL* DENGAN KECERDASAN EMOSI PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 KOTA SUNGAI PENUH



Disusun Oleh :

MAZLAN

NIM. 2010207039

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
TAHUN AJARAN 2024/2025**

Skala Penelitian *Self Control* Dan Kecerdasan Emosi

Nama :
 Kelas :
 Jenis Kelamin :

Petunjuk :

Berikut disajikan beberapa pernyataan tentang perilaku *Self control* (kontrol diri) dan Kecerdasan emosi. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif respon dengan memberi tanda cek (✓) pada kolom yang telah disediakan. Oleh karena itu dimohonkan agar mengisi sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya.

Skala	Keteranga
Setuju (S)	Apabila pernyataan tersebut dirasakan pada diri saudara.
Sangat Setuju (SS)	Apabila pernyataan tersebut sangat dirasakan pada diri saudara.
Tidak Setuju (TS)	Apabila pernyataan tersebut tidak pernah dirasakan diri saudara.
Sangat Tidak Setuju (STS)	Apabila pernyataan tersebut sangat tidak pernah dirasakan diri saudara.

1. Skala *Self Control*

NO	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya akan melampiaskan kemarahan pada siapapun ketika kesal.				
2.	Saya sulit menolak ajakan dari teman untuk nongkrong.				
3.	Saya tau kapan waktunya diam maupun berbicara sesuai situasi.				
4.	Saya bisa mengenali emosi yang saya rasakan sebelum mengambil tindakan.				
5.	Saya bisa mengatur waktu saya dengan baik antara belajar dan bersantai.				
6.	Saya merasa mampu untuk menyelesaikan tugas tanpa perlu dorongan dari orang lain.				
7.	Bila ingin melakukan sesuatu hal saya mempertimbangkannya terlebih dahulu.				
8.	Saya tergesa-gesa saat mengambil keputusan yang penting.				
9.	Meskipun sedang menghadapi banyak masalah saya berusaha untuk tetap tenang.				
10.	Ketika guru berhalangan hadir saya berusaha tetap tertib di kelas.				
11.	Saya tetap tenang mengerjakan tugas walaupun waktu pengumpulan sudah dekat.				
12.	Ketika terjadi masalah mudah menyerah saya.				
13.	Bila ingin melakukan sesuatu hal saya mempertimbangkannya terlebih dahulu.				
14.	Saya lebih suka membuat keputusan sendiri dari pada meminta pendapat orang lain.				
15.	Saya dapat berkonsentrasi dengan baik saat mengerjakan tugas.				

16.	Saya sibuk melakukan aktivitas lain saat guru menerangkan pelajaran.				
17.	Saya mengerjakan tugas penting terlebih dahulu baru melakukan aktivitas lain.				
18.	Saya memperhatikan guru saat sedang menerangkan pelajaran.				
19.	Saat bosan melihat guru menerangkan pelajaran, saya bermain media sosial.				
20.	Saat jam pelajaran kosong saya menyempatkan bermain game bersama teman.				
21.	Ketika guru tidak ada dikelas saya pergi ke kantin.				

2. Skala Kecerdasan Emosi

NO	Pertanyaan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya bisa mengenali perasaan saya ketika saya merasa marah.				
2.	Saya bisa menenangkan diri ketika saya merasa cemas.				
3.	Saya tetap tenang ketika menghadapi kesulitan.				
4.	Saya merasa keputusan saya dipengaruhi oleh keadaan emosional saya.				
5.	Saya bisa membedakan antara emosi yang berbeda, seperti antara marah dan frustrasi.				
6.	Saya tahu bagaimana emosi saya mempengaruhi keputusan yang saya buat.				
7.	Saya sadar tentang bagaimana perasaan saya mempengaruhi hubungan saya dengan orang lain.				

8.	Saya sering menilai bagaimana perasaan saya mempengaruhi tindakan saya.				
9.	Saya percaya bahwa memahami emosi saya dapat membantu saya menjadi pribadi yang lebih baik.				
10.	Saya sering meluangkan waktu untuk merenungkan emosi yang saya rasakan disekolah.				
11.	Ketika saya merasa cemas sebelum ujian, detak jantung saya meningkat.				
12.	Saya merasakan ketegangan ditubuh saya ketika marah.				
13.	Ketika saya merasa bahagia, saya merasa lebih berenergi atau ceria.				
14.	Saya menyadari tubuh saya berkeringat atau gemetar saat saya merasa takut.				
15.	Saya bisa merasakan perasaan saya dengan perubahan fisik ditubuh.				
16.	Saya sangat mudah mengungkapkan perasaan saya kepada teman.				
17.	Saya sering menggunakan kata-kata untuk menggambarkan perasaan anda saat berbicara dengan orang lain(berbicara kasar atau bernada tinggi).				
18.	Saat saya merasa sedih, saya bisa berbagi perasaan saya dengan orang terdekat.				
19.	Saya sering menulis atau mencatat perasaan saya ketika merasa emosional.				
20.	Saat saya mengalami emosi yang kuat, saya				

	dapat mengekspresikannya seperti berbicara ataupun menggambar.				
21.	Saya dapat menjaga keseimbangan emosional saya meskipun menghadapi stres.				
22.	Saya dapat menggunakan emosi saya untuk meningkatkan kinerja saya dalam tugas-tugas.				
23.	Saya bisa mengatasi perasaan cemas saat menghadapi situasi yang menegangkan (seperti dipanggil guru karena ribut saat upacara bendera).				
24.	Saya dapat mengendalikan emosi saya dengan cara yang konstruktif.				
25.	Saya merasa percaya diri dalam mengelola emosi saya sendiri.				

KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN *SELF CONTROL*

Variabel	Indikator	Sub Indikator	No Item
<i>Self control</i>	Kemampuan mengontrol perilaku	Pengendalian diri para siswa	1, 2, 3, 4,5,6,7
		Pengambilan keputusan para siswa	8,9,10,11,12,13,14
		Mengendalikan diri pada saat belajar	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21

KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN KECERDASAN EMOSI

Variabel	Indikator	Sub Indikator	No Item
Kecerdasan emosi	Mengenali emosi diri	Mampu mengidentifikasi dan menyebutkan emosi yang dirasakan siswa	1,2,3,4,5
		Melakukan introspeksi untuk memahami penyebab emosi yang muncul pada para siswa	6,7,8,9,10
		Menyadari bagaimana tubuh merespons emosi para siswa	11,12,13,14,15
		Mampu mengungkapkan emosi yang dialami siswa	16,17,18,19,20
		Mengelola emosi dengan baik bagi para siswa	21,22,23,24,25,

Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item-Item Variabel *Self Control*

NO ITEM	r hitung	Sig	Kesimpulan
Item 1	0,286**	.006	VALID
Item 2	0,297**	.005	VALID
Item 3	0,293**	.005	VALID
Item 4	0,282**	.007	VALID
Item 5	0,413**	.000	VALID
Item 6	0,511**	.000	VALID
Item 7	0,359**	.001	VALID
Item 8	0,347**	.001	VALID
Item 9	0,353**	.001	VALID
Item 10	0,249**	.007	VALID
Item 11	0,344**	.000	VALID
Item 12	0,220**	.011	VALID
Item 13	0,478**	.000	VALID
Item 14	0,268**	.000	VALID
Item 15	0,400**	.006	VALID
Item 16	0,544**	.000	VALID
Item 17	0,286**	.006	VALID
Item 18	0,477**	.000	VALID
Item 19	0,212**	.045	VALID
Item 20	0,363**	.000	VALID
Item 21	0,243**	.021	VALID

Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Item-Item Variabel Kecerdasan Emosi

No Item	r hitung	Sig	Kesimpulan
Item 1	0,294**	.005	VALID
Item 2	0,385**	.000	VALID
Item 3	0,385**	.000	VALID
Item 4	0,307**	.003	VALID
Item 5	0,302**	.002	VALID
Item 6	0,401**	.000	VALID
Item 7	0,358**	.001	VALID
Item 8	0,303**	.004	VALID
Item 9	0,331**	.001	VALID
Item 10	0,335**	.001	VALID
Item 11	0,323**	.002	VALID
Item 12	0,294**	.005	VALID
Item 13	0,344**	.001	VALID
Item 14	0,323**	.002	VALID
Item 15	0,381**	.000	VALID
Item 16	0,312**	.003	VALID
Item 17	0,341**	.001	VALID
Item 18	0,293**	.005	VALID
Item 19	0,286**	.006	VALID
Item 20	0,294**	.005	VALID
Item 21	0,292**	.005	VALID
Item 22	0,319**	.002	VALID
Item 23	0,443**	.000	VALID
Item 24	0,374**	.000	VALID
Item 25	0,335**	.001	VALID

Hasil Uji Reliabilitas Variabel X (*Self Control*)

Case Processing Summary		N	%
Cases	Valid	90	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	90	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.418	21

Item-Total Statistics

NO	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
p1	54.87	21.353	.005	.429
p2	53.98	22.943	-.211	.475
p3	53.63	20.639	.165	.398
p4	53.68	20.648	.144	.401
p5	53.60	19.883	.290	.375
p6	53.76	19.018	.382	.350
p7	53.93	20.040	.212	.386
p8	54.16	19.931	.175	.392
p9	53.72	19.798	.170	.392
p10	53.69	20.779	.090	.412
p11	54.03	20.010	.179	.391
p12	54.37	20.931	.035	.425
p13	53.73	19.389	.354	.360
p14	53.89	20.594	.101	.409
p15	53.61	19.746	.256	.377
p16	54.46	21.577	-.052	.448
p17	53.76	20.434	.113	.407
p18	53.76	18.704	.305	.356
p19	54.68	20.985	.019	.431
p20	54.67	21.416	-.005	.432
p21	54.93	21.793	-.072	.451

Rekapitulasi Hasil Uji Reliabilitas Item-Item Variabel *Self Control*

Hasil Uji Reliabilitas Variabel Y (Kecerdasan Emosi)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	89	98.9
	Excluded ^a	1	1.1
	Total	90	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.761	25

Rekapitulasi Hasil Uji Reliabilitas Item-Item Variabel Kecerdasan Emosi

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	48.61	41.219	.156	.761
x2	48.64	41.097	.177	.760
x3	48.65	41.411	.120	.763
x4	48.34	39.408	.338	.751
x5	48.51	41.776	.124	.761
x6	48.64	39.142	.384	.748
x7	48.72	39.682	.387	.749
x8	48.70	39.464	.431	.747
x9	48.71	39.755	.400	.748
x10	48.60	38.403	.447	.744
x11	48.55	39.659	.273	.755
x12	48.40	39.016	.360	.749
x13	48.90	41.296	.151	.761
x14	48.44	41.022	.093	.769
x15	48.57	40.747	.195	.759
x16	48.46	40.069	.201	.760
x17	48.13	38.686	.314	.752
x18	48.67	40.381	.259	.755
x19	48.28	39.341	.282	.754
x20	48.51	39.639	.303	.753
x21	48.61	39.264	.415	.747
x22	48.51	38.139	.455	.743
x23	48.43	39.634	.287	.754
x24	48.54	38.888	.434	.745
x25	48.65	39.161	.468	.745

Hasil Uji Hipotesis Dengan Menggunakan Uji Korelasi Pearson

Correlations

		totalp	totalx
totalp	Pearson Correlation	1	-.368**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	90	89
totalx	Pearson Correlation	-.368**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	89	89

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

BIOGRAFI PENULIS

Nama : Mazlan

Nim : 2010207039

Tempat/Tanggal Lahir : Muak/25 Mei 2003

Jenis Kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat : Muak

Nama Orang Tua

Ayah : Wirman Maas

Ibu : Ardiana

Pekerjaan Orang Tua

Ayah : Petani

Ibu : Ibu Rumah Tangga

Alamat : Muak



No	Nama Sekolah	Tahun Lulus
1	SD N 104/III Muak	2013
2	SMP N 6 Kerinci	2017
3	SMA N 3 Pulau tengah	2020
4	Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci	2025

