

LAPORAN HASIL UAS



SKALA KECERDASAN EMOSIONAL

Mata Kuliah

Konstruksi Alat Ukur

Dosen

Dr. Selviana, M. Si., M.Psi, Psikolog

Oleh

Nama : Alvira Nurmeirza Eksadamayanti

NIM : 1924090161

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS PERSADA INDONESIA YAI

JAKARTA

2021

KECERDASAN EMOSIONAL

A. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan Emosional adalah kemampuan seseorang untuk menerima, menilai, mengelola, serta mengontrol emosi dirinya dan orang lain di sekitarnya. Dalam hal ini, emosi mengacu pada perasaan terhadap informasi akan suatu hubungan. Sedangkan, kecerdasan (intelijen) mengacu pada kapasitas untuk memberikan alasan yang valid akan suatu hubungan. Kecerdasan emosional (EQ) belakangan ini dinilai tidak kalah penting dengan kecerdasan intelektual (IQ). Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional dua kali lebih penting daripada kecerdasan intelektual dalam memberikan kontribusi terhadap kesuksesan seseorang. Dalam buku Daniel Goleman berjudul *Emotional Intelligence* dijelaskan bahwa kecerdasan emosional menyumbang sebesar 80% dalam keberhasilan seseorang sedangkan sebanyak 20% ditentukan oleh IQ.

Kemampuan untuk mengekspresikan dan mengendalikan emosi sangat penting, tetapi demikian juga kemampuan untuk memahami, menafsirkan, dan menanggapi emosi orang lain. Bayangkan sebuah dunia di mana manusia tidak bisa mengerti ketika seorang teman merasa sedih atau ketika rekan kerja marah.

Cooper dan Sawaf (Agustian, 2001:289) mendefinisikan kecerdasan emosional merupakan kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi.

Adapun menurut Goleman (2001:164) kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial.

Kecerdasan emosional bukan didasarkan pada kepintaran seorang anak melainkan pada suatu yang dahulu disebut “karakter” atau “karakteristik pribadi”. Penelitian-penelitian mutakhir menemukan bahwa keterampilan sosial dan emosional lebih penting bagi keberhasilan hidup ketimbang kemampuan intelektual.

Kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual berinteraksi secara dinamis, baik pada keterampilan kognitif, maupun di dunia nyata. Idealnya, seseorang dapat memiliki keduanya sebagaimana ditunjukkan oleh beberapa negarawan di dunia.

Kecerdasan emosional mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda dan saling melengkapi dengan kemampuan kognitif murni yang telah lebih dulu dikenal, yaitu kecerdasan akademik intelektual rasional (IQ). Meskipun IQ tinggi, tetapi EQ rendah, biasanya tidak banyak membantu dalam semua aspek kehidupan. IQ dan EQ mengungkapkan aktivitas-aktivitas yang berbeda dalam otak. IQ didasarkan pada kerja neokorteks, yakni suatu lapisan yang dalam evolusi berkembang paling akhir di bagian atas otak. Adapun pusat-pusat emosi berada di bagian otak lebih dalam yang secara evolusi berkembang lebih duluan. Kerja kerja otak pada bagian inilah yang mempengaruhi EQ. Namun demikian aktivitas pusat-pusat emosi tersebut tetap selaras dengan aktivitas kerja pusat-pusat intelektual.

EQ sangat berperan penting dalam keberhasilan hidup. Jika seseorang membuat kesal orang lain dengan perilaku kasar, tidak tahu cara membawa dan memposisikan diri, atau ambruk hanya karena stres sedikit saja, maka orang lain tidak akan betah bersamanya walau setinggi apapun IQ-nya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosi (EQ) merupakan karakteristik seseorang sebagai suatu jenis kecerdasan yang amat perlu ditingkatkan. EQ merupakan penggerak yang dapat menimbulkan aspek-aspek energi, kekuatan, daya tahan, dan stamina.

B. Definisi Operasional Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengelola, mengekspresikan dan mengendalikan emosi dalam hal ini kecerdasan emosi diukur berdasarkan aspek-aspek dari Daniel Goleman antara lain mengendalikan emosi dini, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengendalikan emosi orang lain dan membina hubungan.

C. Blue Print Kecerdasan Emosional

Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosi yang diutarakan oleh Daniel Goleman antara lain mengendalikan emosi dini, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengendalikan emosi orang lain dan membina hubungan.

Tabel 1
Blue Print Skala Kecerdasan Emosional

No.	Aspek-aspek	Indikator	No item	Σ
1	Mengendalikan Emosi Dini	Mengenali dan memahami emosi diri sendiri	1, 2, 3	3
2	Mengelola Emosi	Mengendalikan emosi	4, 5, 6	3
3	Memotivasi Diri Sendiri	Optimis	7, 8, 9	3
4	Mengenali Emosi Orang Lain	Mendengarkan masalah orang lain	10, 11, 12	3
5	Membina Hubungan	Dapat bekerja sama	13, 14, 15	3
Total Aitem				15

D. Skala Kecerdasan Emosional

Model skala yang dipakai dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan model skala Likert. Terdapat lima alternatif pilihan jawaban dari model skala Likert dengan bobot skor 1-5.

PILIHAN JAWABAN

Sangat Sesuai (1)	Sesuai (2)	Cukup Sesuai (3)	Tidak Sesuai (4)	Sangat Tidak Sesuai (5)
----------------------	---------------	---------------------	---------------------	-------------------------------

E. Uji Coba Skala Penelitian

No.	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Saya tahu betul apa yang membuat emosi saya meningkat					
2	Saya paham tingkat emosi pada diri saya					
3	Saya berusaha untuk menjauhi hal – hal yang membuat saya emosi					
4	Saya berusaha menahan emosi diri yang berlebihan					
5	Saya akan melakukan aktivitas yang menyenangkan (olahraga, mendengarkan musik)					
6	Apabila saya emosi saya memilih untuk diam					
7	Jika saya gagal dalam suatu pekerjaan saya akan terus mencoba					
8	Saya senang mencoba hal – hal baru					
9	Saya senang menghadapi tantangan untuk memecahkan masalah					
10	Apabila teman saya mempunyai masalah, mereka meminta nasihat dari saya					
11	Saya akan bersikap netral terhadap orang tersebut					
12	Saya bisa menempatkan diri pada posisi orang lain					
13	Saya mampu bekerja sama dengan kelompok untuk mencapai tujuan					
14	Saya dapat menerima kritik dengan pikiran terbuka dan tidak terpancing emosi					
15	Saya mampu untuk menyelesaikan pendapat					

Skala penelitian dibuat dengan menggunakan *google.docs* yang dapat diakses pada <https://forms.gle/E72XERNtYp8ftC2cA> dan disebarikan melalui media sosial *WhatsApp* dan *Line*.. Berdasarkan penyebaran kuisioner yang telah dilakukan, didapatkan 30 orang/ responden yang mengisi kuisioner dalam waktu 3 hari dari tanggal 26 – 28 Juni 2021.

F. Hasil Uji Coba Skala Penelitian

Tabel 2
Tabel Hasil Uji Coba Skala Sikap Kecerdasan Emosional

No.	Aspek-aspek	Indikator	No item	Σ
1	Mengendalikan Emosi Dini	Mengenali dan memahami emosi diri sendiri	1*, 2*, 3	3
2	Mengelola Emosi	Mengendalikan emosi	4*, 5, 6	3
3	Memotivasi Diri Sendiri	Optimis	7*, 8, 9	3
4	Mengenali Emosi Orang Lain	Mendengarkan masalah orang lain	10, 11, 12	3
5	Membina Hubungan	Dapat bekerja sama	13, 14, 15	3
Total Aitem				15

Keterangan: *aitem gugur

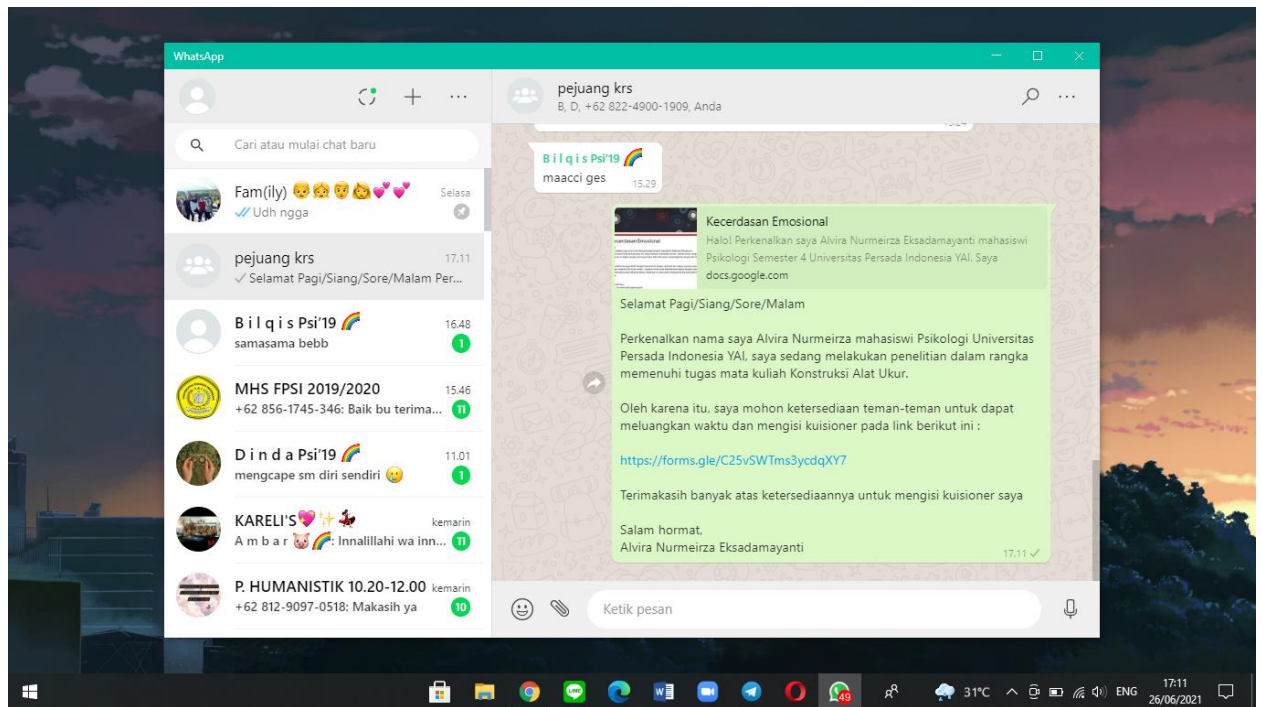
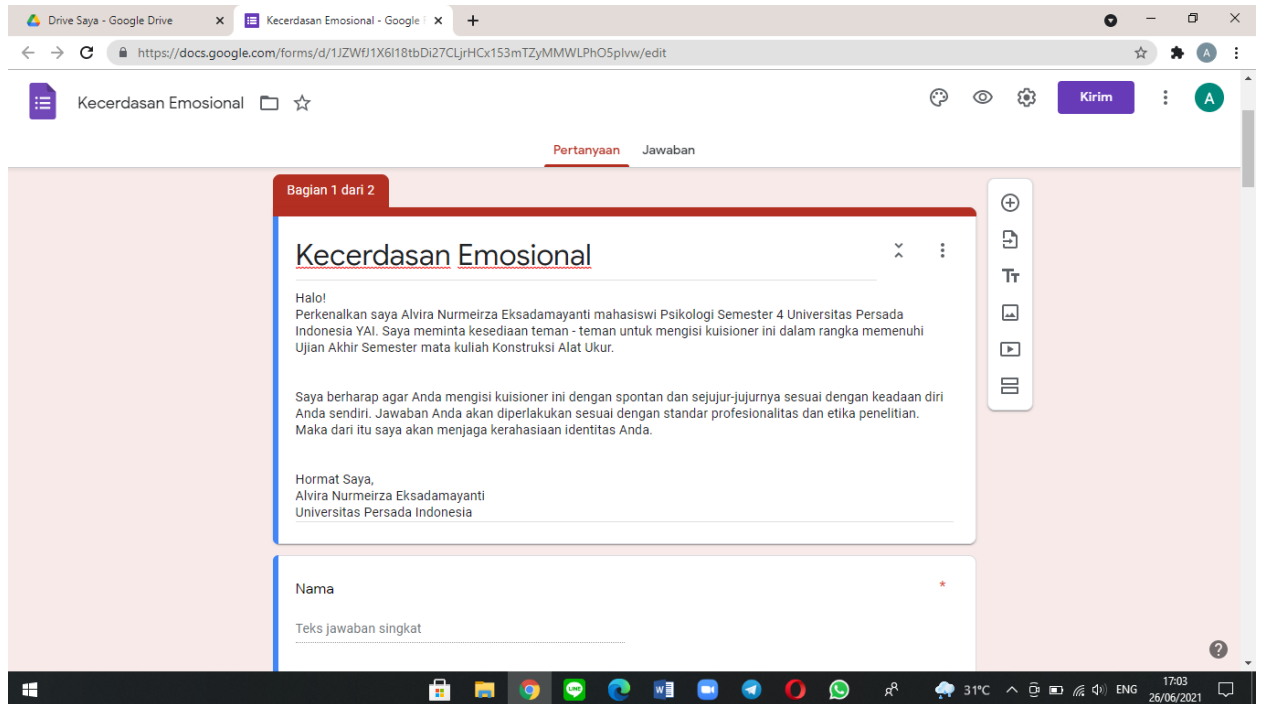
Dari table di atas dapat diuraikan bahwa skala sikap kecerdasan emosional yang terdiri dari 15 aitem menunjukkan 11 aitem yang valid dan 4 aitem yang gugur, yaitu no: 1, 2, 4, dan 7. Adapun reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,769 (Reliabel).

Referensi

1. Wikipedia.org, Kecerdasan Emosional. Diakses pada 22 April 2021, dari https://id.wikipedia.org/wiki/Kecerdasan_emosional
2. Skillacademy.com, (2020, 18 Desember) Kecerdasan Emosional: Pengertian, Contoh dan Manfaat dalam Karier, Diakses pada 22 April 2021, dari <https://blog.skillacademy.com/kecerdasan-emosional-skill-penting-agar-sukses-dalam-karier>
3. Merdeka.com, (2020, 31 Juli) Mengenal Kecerdasan Emosional, Komponen Serta Ciri Orang Memiliki EQ Rendah, Diakses pada 22 April 2021, dari <https://www.merdeka.com/sumut/mengenal-kecerdasan-emosional-komponen-serta-ciri-orang-memiliki-eq-rendah-klm.html?page=all>
4. Firdaus Daud (2012). Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran. VOLUME 19, NOMOR 2*.
5. Kecerdasan Emosi, Diakses pada 22 April 2021. Dari <https://psikologi.uma.ac.id/wp-content/uploads/2018/12/KECERDASAN-EMOSI.pdf>

Contoh Lampiran

1. Skala Online dan Penyebarannya



2. Sebaran Data Excel

KE1	KE2	KE3	KE4	KE5	KE6	KE7	KE8	KE9	KE10	KE11	KE12	KE13	KE14	KE15
4	5	5	2	5	5	5	4	4	3	3	5	4	4	3
5	5	5	3	4	3	5	4	4	4	4	4	5	5	5
5	1	5	1	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	5
4	5	4	3	4	4	5	3	4	4	4	3	4	5	3
5	5	5	3	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4
4	5	3	3	4	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	3	5	4	3
4	4	5	3	5	5	4	5	4	3	4	4	5	4	5
5	5	4	2	5	4	5	5	5	2	4	5	4	5	4
3	4	3	1	5	3	4	5	3	4	4	2	4	5	5
4	4	3	4	4	2	3	4	4	5	4	4	4	4	4
2	1	4	3	4	5	5	4	5	3	4	4	5	5	4
5	3	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	5	2	3	5	5	4	2	3	4	4	3	2	3
3	3	4	4	5	5	4	5	4	4	3	4	5	5	5
5	5	4	5	4	2	3	5	4	4	5	4	4	5	5
5	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3
5	3	3	2	3	4	5	3	3	5	4	3	4	3	5
4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	3	5	3	3	5	5	5	3	3	5	4	4	3	3
5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	4	5	4	5
5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	4	3	5	4	4	5	5	3	4	4	5	4	4
4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2
4	5	3	2	3	4	4	3	4	2	4	5	4	3	4
5	4	5	3	4	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3
4	5	3	3	3	4	5	4	4	3	5	3	4	3	4
5	3	4	3	3	3	4	3	5	4	2	2	4	3	2
4	4	5	2	5	5	5	5	4	3	3	4	4	4	4

Keterangan: KE (Kecerdasan Emosional)

3. Hasil Output SPSS

Scale: Kecerdasan Emosional

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.769	15

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	4.3333	.75810	30
VAR00002	4.0333	1.12903	30
VAR00003	4.2333	.81720	30
VAR00004	2.8000	1.03057	30
VAR00005	4.2333	.77385	30
VAR00006	4.2000	.92476	30
VAR00007	4.4333	.67891	30
VAR00008	4.3000	.79438	30
VAR00009	4.0667	.86834	30
VAR00010	3.6333	.92786	30
VAR00011	4.0000	.74278	30
VAR00012	3.9667	.80872	30
VAR00013	4.3000	.65126	30
VAR00014	4.0333	.85029	30
VAR00015	3.9667	.96431	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	56.2000	36.579	.203	.769
VAR00002	56.5000	36.259	.109	.787
VAR00003	56.3000	33.803	.478	.747
VAR00004	57.7333	37.099	.068	.788
VAR00005	56.3000	33.045	.604	.737
VAR00006	56.3333	35.126	.277	.765
VAR00007	56.1000	36.714	.224	.767
VAR00008	56.2333	32.392	.663	.731
VAR00009	56.4667	32.740	.556	.739
VAR00010	56.9000	34.645	.321	.761
VAR00011	56.5333	35.913	.287	.763
VAR00012	56.5667	34.737	.380	.755
VAR00013	56.2333	33.151	.726	.733
VAR00014	56.5000	33.569	.479	.746
VAR00015	56.5667	32.461	.512	.742

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
60.5333	39.016	6.24629	15