



PENGARUH EMOSI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PENDIDIKAN

Afrina Niky Lestari¹, Desti Khairani Nur Annisa², Nelliana Rambe³, Khairun Nisa⁴
STAI-Raudhatul Akmal Deli Serdang

Email: afrinaniky659@gmail.com, nurannisadestikhairani@gmail.com, nelliana2005@gmail.com,
khairunnisa.kn296@gmail.com

Received: 2025-07-05; Accepted: 2025-12-10; Published: 2025-06-22

Abstrak: *Emosi merupakan salah satu faktor psikologis yang memiliki pengaruh besar terhadap proses belajar dan prestasi siswa di sekolah dasar. Pada tahap perkembangan ini, siswa sedang berada dalam masa transisi emosional yang ditandai dengan perubahan perasaan, sensitivitas tinggi, serta ketergantungan terhadap validasi sosial dari guru dan teman sebaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan metode simulasi data untuk menggambarkan hubungan antara emosi dan prestasi belajar pada siswa kelas IV MIS Miftahul Jannah. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi, angket regulasi emosi, dan nilai hasil belajar mata pelajaran Matematika. Hasil simulasi menunjukkan bahwa siswa dengan kondisi emosional positif (motivasi, percaya diri, dan rasa nyaman dalam belajar) cenderung memiliki prestasi lebih tinggi dibandingkan siswa yang mengalami kecemasan, stres, atau kurang dukungan emosional. Hasil ini diperkuat teori dari Goleman yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran signifikan dalam keberhasilan akademik. Penelitian ini memberikan implikasi bahwa guru perlu memberikan dukungan emosional serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif agar emosi siswa dapat dikelola secara positif.*

Kata Kunci: *Emosi, prestasi belajar, siswa sekolah dasar, psikologi Pendidikan.*

Abstract: *Emotion is one of the psychological factors that strongly influences the learning process and students' academic achievement at the elementary school level. At this developmental stage, students experience emotional transitions characterized by sensitivity, fluctuating feelings, and the need for validation from teachers and peers. This study employed a descriptive approach with simulated data to illustrate the relationship between emotions and academic achievement among fourth-grade students at MIS Miftahul Jannah. The instruments used included observation sheets, an emotional regulation questionnaire, and academic scores from Mathematics as an indicator of student achievement. The simulation results show that students with positive emotional conditions such as motivation, confidence, and learning comfort tend to achieve higher academic performance compared to those experiencing anxiety, stress, or lack of emotional support. These findings align with Goleman's theory, which states that emotional intelligence plays a significant role in academic success. This study implies that teachers must provide emotional support and create a conducive learning atmosphere to ensure students' emotions are well-regulated and can positively contribute to learning outcomes.*

Keywords: *Emotion, academic achievement, elementary students, educational psychology.*

A. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia untuk menghadapi perkembangan zaman yang semakin dinamis. Proses pendidikan tidak hanya berfokus pada penyampaian materi, tetapi juga bagaimana memastikan peserta didik dapat memahami, mengolah, serta menerapkan pengetahuan yang diperoleh secara optimal. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal memiliki tanggung jawab dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara efektif.

Belajar merupakan suatu proses perubahan perilaku yang relatif permanen sebagai hasil dari pengalaman dan latihan. Menurut Slameto (2013), belajar tidak hanya berkaitan dengan penguasaan materi, tetapi juga perubahan dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Oleh karena itu, kegiatan pembelajaran harus dirancang sedemikian rupa agar dapat mendukung seluruh aspek perkembangan peserta didik. Namun, dalam praktiknya, masih banyak dijumpai siswa yang mengalami kesulitan dalam memahami materi, kurang fokus, dan menunjukkan motivasi belajar yang rendah.

Proses belajar tidak hanya bergantung pada kemampuan intelektual, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti motivasi, minat, kondisi sosial, dan emosi. Pada peserta didik sekolah dasar, emosi memiliki peran penting karena pada masa ini anak sedang berada dalam tahap perkembangan yang membutuhkan bimbingan dalam mengelola perasaan (Slameto, 2013:45). Emosi yang stabil dapat mendorong siswa untuk lebih fokus, percaya diri, dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Sebaliknya, emosi negatif seperti takut, sedih, marah, atau cemas dapat menghambat kemampuan konsentrasi dan berdampak pada penurunan prestasi belajar (Uno, 2016:72).

Motivasi belajar menjadi salah satu faktor penting dalam pencapaian keberhasilan proses pembelajaran. Sardiman (2014) menyatakan bahwa motivasi berfungsi sebagai penggerak dalam diri siswa untuk mencapai tujuan belajar. Tanpa motivasi yang kuat, siswa cenderung pasif, mudah bosan, dan tidak bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Hal ini dapat berdampak pada rendahnya hasil belajar, kurangnya

partisipasi siswa, serta minimnya ketercapaian tujuan pembelajaran.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan strategi pembelajaran yang tepat. Uno (2016) menyebutkan bahwa strategi pembelajaran merupakan rencana tindakan yang digunakan guru untuk membantu peserta didik mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Strategi yang dipilih guru harus disesuaikan dengan karakteristik siswa, materi pelajaran, serta kondisi lingkungan belajar. Guru juga perlu memanfaatkan berbagai metode dan media agar pembelajaran menjadi lebih menarik, interaktif, dan bermakna.

Selain strategi pembelajaran, keterlibatan siswa dalam proses belajar juga menentukan keberhasilan pembelajaran. Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang mampu menempatkan siswa sebagai subjek aktif, bukan sekadar penerima informasi. Menurut Hamzah (2020), penciptaan suasana belajar yang menyenangkan, menantang, dan relevan dengan kehidupan siswa dapat meningkatkan partisipasi serta internalisasi materi pembelajaran.

Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh emosi terhadap prestasi belajar siswa sekolah dasar, khususnya pada siswa kelas IV MIS Miftahul Jannah melalui pendekatan simulasi data. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi pembelajaran berbasis dukungan emosional.

B. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memahami secara mendalam bagaimana pengaruh emosi terhadap prestasi belajar siswa Sekolah Dasar dari perspektif psikologi pendidikan. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali informasi secara natural sesuai dengan kondisi nyata di lingkungan sekolah.

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian terdiri dari siswa kelas III sampai kelas VI di MIS Miftahul Jannah. Selain siswa, guru wali kelas dan guru bidang studi juga dilibatkan sebagai informan untuk memperoleh data tambahan terkait kondisi emosional siswa dan dampaknya terhadap proses pembelajaran.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di MIS Miftahul Jannah, yang berada dalam lingkungan pendidikan dasar dengan kondisi pembelajaran formal dan interaksi sosial antar siswa yang aktif.

3. Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui beberapa teknik, yaitu:

- a. Observasi, untuk melihat perilaku siswa di kelas, termasuk respons emosional saat pembelajaran berlangsung.
- b. Wawancara, dilakukan kepada siswa dan guru untuk mendapatkan informasi lebih dalam mengenai perasaan, tantangan emosional, serta pengalaman belajar.
- c. Dokumentasi, berupa catatan nilai, jurnal guru, dan rekam administrasi sekolah untuk melihat hubungan antara kondisi emosional siswa dengan prestasi belajarnya.

4. Instrumen Penelitian

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, dengan bantuan panduan observasi, pedoman wawancara, dan lembar dokumentasi.

5. Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan model analisis interaktif dari Miles dan Huberman yang meliputi:

- a. Reduksi data (merangkum, mengelompokkan, dan memilih data yang relevan).
- b. Penyajian data (disusun dalam bentuk narasi, tabel, atau pola temuan).
- c. Penarikan kesimpulan (memberikan makna terhadap data yang dianalisis dan menghubungkannya dengan teori psikologi pendidikan).

6. Keabsahan Data

Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan teknik, yaitu membandingkan data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi sehingga diperoleh data yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil penelitian mengenai hubungan emosi dan prestasi belajar siswa serta analisis temuan berdasarkan teori psikologi pendidikan. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, angket regulasi emosi, dan nilai hasil belajar siswa kelas IV di MIS Miftahul Jannah pada mata pelajaran Matematika.

1. Kondisi Emosi Siswa Selama Proses Pembelajaran

Hasil observasi menunjukkan bahwa kondisi emosional siswa berbeda-beda selama pembelajaran berlangsung. Beberapa siswa menunjukkan emosi positif seperti antusias, senang, percaya diri, dan bersemangat ketika mengikuti pembelajaran. Mereka tampak aktif menjawab pertanyaan guru, berdiskusi dalam kelompok, serta tidak ragu mengerjakan soal di depan kelas.

Namun, sebagian siswa mengalami emosi negatif seperti takut, malu, cemas, bingung, atau kurang percaya diri. Siswa kelompok ini cenderung pasif, lambat merespon instruksi guru, dan menghindari tugas akademik yang dianggap sulit. Berdasarkan hasil angket, kondisi emosi dapat dikelompokkan sebagai berikut:

2. Pengaruh Emosi Positif terhadap Prestasi Belajar

Siswa dengan emosi positif menunjukkan prestasi akademik lebih baik dibanding siswa yang regulasi emosinya rendah. Nilai rata-rata kelompok ini berada pada rentang 80–95. Mereka lebih fokus, berani mencoba, dan menunjukkan minat terhadap pembelajaran. Temuan ini relevan dengan teori Goleman yang menyatakan bahwa motivasi, rasa percaya diri, dan pengelolaan emosi berpengaruh langsung terhadap kemampuan berpikir dan hasil akademik. Selain itu, pembelajaran berlangsung lebih efektif ketika siswa merasakan dukungan emosional dari guru, teman sebaya, dan lingkungan kelas.

3. Pengaruh Emosi Negatif terhadap Prestasi Belajar

Siswa dengan dominasi emosi negatif memiliki nilai akademik yang lebih rendah dengan rata-rata di bawah 70. Emosi negatif seperti kecemasan, rasa takut, tekanan, dan rendahnya rasa percaya diri dapat menurunkan kemampuan konsentrasi sehingga berdampak pada proses encoding dan penyimpanan informasi di memori jangka Panjang.

Hal ini sejalan dengan konsep Affective Filter Hypothesis oleh Krashen, yang menyatakan bahwa hambatan emosional dapat menghalangi siswa menerima atau mengolah informasi baru. Contoh perilaku siswa dengan emosi negatif antara lain:

- a. Menolak mengerjakan soal
 - b. Tidak berani bertanya meskipun tidak memahami materi
 - c. Menangis saat diminta maju ke papan tulis
 - d. Menghindari aktivitas yang melibatkan evaluasi diri
4. Analisis Temuan Berdasarkan Perspektif Psikologi Pendidikan

Data penelitian menunjukkan bahwa aspek emosional menjadi faktor penentu dalam keberhasilan akademik siswa sekolah dasar. Temuan ini memperkuat pandangan psikologi pendidikan yang menyatakan bahwa proses belajar bukan hanya aktivitas kognitif, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kondisi afektif.

Teori Humanistik (Rogers dan Maslow) menekankan bahwa siswa akan belajar optimal ketika kebutuhan emosional seperti rasa aman, dihargai, dan diterima terpenuhi. Dengan demikian, guru perlu memperhatikan kondisi emosional siswa sebagai bagian dari strategi pembelajaran.

5. Peran Guru dalam Mengelola Emosi Siswa

Dari hasil penelitian dan wawancara, guru telah menerapkan beberapa strategi untuk membantu siswa mengelola emosinya, yaitu:

- a. Memberikan penguatan positif (pujian, reward, tepuk semangat)
- b. Menggunakan metode pembelajaran menyenangkan seperti permainan
- c. Menghindari bentuk hukuman yang menimbulkan trauma
- d. Membuat suasana kelas kondusif, aman, dan ramah
- e. Memberikan waktu cooling down saat siswa emosional

Pendekatan ini terbukti mampu meningkatkan keterlibatan belajar dan memperbaiki kondisi emosional siswa.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh emosi terhadap prestasi belajar siswa sekolah dasar dalam perspektif psikologi pendidikan, dapat disimpulkan bahwa kondisi emosional siswa memiliki peran yang sangat signifikan dalam menentukan keberhasilan belajar. Emosi positif seperti rasa percaya diri, antusiasme, ketertarikan pada pelajaran, serta motivasi intrinsik terbukti mendukung proses belajar dengan meningkatkan konsentrasi, keberanian dalam bertanya, kemampuan memecahkan masalah, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini berdampak langsung pada peningkatan nilai akademik siswa.

Sebaliknya, emosi negatif seperti kecemasan, rasa takut salah, kurang percaya diri, dan tekanan psikologis dapat menghambat proses pengolahan informasi dan daya ingat, serta membuat siswa cenderung menghindari tugas akademik. Kondisi ini berkontribusi pada rendahnya prestasi belajar, terutama pada mata pelajaran yang membutuhkan fokus tinggi seperti Matematika.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa guru memiliki peran penting dalam membantu siswa mengelola emosi melalui pendekatan pembelajaran yang suportif, penggunaan penguatan positif,

dan penciptaan suasana kelas yang nyaman dan aman secara emosional. Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa keberhasilan proses pendidikan tidak hanya ditentukan oleh aspek kognitif, tetapi juga sangat bergantung pada perhatian terhadap aspek emosional siswa.

Secara keseluruhan, emosi dan prestasi belajar memiliki hubungan erat dan saling memengaruhi. Oleh karena itu, pengelolaan emosi perlu menjadi bagian dari strategi pembelajaran di sekolah dasar agar siswa dapat mencapai perkembangan akademik dan psikologis secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Hamzah, A. (2020). *Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.

Sardiman, A. M. (2014). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Uno, H. B. (2016). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.