

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pengukuran dalam menentukan dan mencapai prestasi akademik peserta didik umumnya berfokus pada aspek kognitif, terutama tingkat kecerdasan intelektual (IQ). IQ menjadi faktor utama yang digunakan untuk menilai kemampuan berpikir peserta didik dan dianggap sebagai elemen kunci dalam mengklasifikasikan tingkat kecerdasan (Craggs, 2005). Setiap peserta didik memiliki 3 jenis kecerdasan yang dapat digunakan dengan baik jika dikelola secara optimal (Labola, 2018). Kecerdasan yang dimaksud adalah *Intelligence Quotient* (IQ), *Emotional Quotient* (EQ) dan *Spiritual Quotient* (SQ). Seiring dengan evolusi penelitian, banyak ahli saat ini menyoroti bahwa peran kecerdasan intelektual (IQ) dalam pencapaian pembelajaran seseorang sangatlah terbatas. Seperti yang dikatakan Goleman (2020:42) kontribusi tertinggi dari IQ hanya sekitar 20% untuk faktor-faktor yang menentukan kesuksesan, sementara 80% sisanya berasal dari faktor-faktor yang lain yang mendefinisikan keberhasilan dalam kehidupan. Oleh karena itu, banyak ilmuwan yang berupaya untuk mengidentifikasi aspek kecerdasan lain yang dianggap lebih esensial. Menurut Goleman (2000) *emotional intelligence* adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan orang lain.

Menurut Oktarisa, F., *et.al* (2023), kemampuan *emotional intelligence* dapat membantu individu dalam mengelola strategi kognitif dengan lebih efektif. *emotional intelligence* memberikan dampak besar pada proses kognitif peserta didik, peserta didik yang mampu mengelola emosional dapat meningkatkan strategi kognitif karena mempengaruhi keseimbangan emosional dan kesejahteraan mental mereka (Furnham, 2016).

Peserta didik yang merasa cemas atau tertekan mungkin mengalami kesulitan dalam memproses informasi dengan efektif, sehingga meningkatkan tingkat *cognitive load* (Arsy & Annisa, 2022). *Cognitive load* yang tinggi dapat mempengaruhi kemampuan peserta didik dan mahasiswa dalam memproses informasi dan memori kerja, sehingga dapat meningkatkan tingkat stres akademik yang dirasakan (Nadialista Kurniawan, 2021).

Stres akademik menurut Carveth et al (1996) diartikan sebagai tekanan-tekanan yang dihadapi oleh peserta didik yang berkaitan dengan sekolah, lalu dipersepsikan secara negatif sehingga berdampak pada kesehatan fisik, psikis, dan performansi belajarnya (Misra & Castillo, 2004). Peserta didik yang memiliki *emotional intelligence* yang tinggi dan tingkat stres akademik yang rendah cenderung memiliki *cognitive load* yang rendah, sebaliknya peserta didik yang memiliki *emotional intelligence* yang rendah dan tingkat stress yang tinggi memiliki *cognitive load* yang tinggi (Sofyanti & Prihastuti, 2017). Oleh karena itu *emotional intelligence* dan tingkat stress akademik mungkin memiliki peran sentral dalam membentuk *cognitive load* peserta didik.

Menurut Sulastri et al., (2022) karakteristik peserta didik yang memiliki *Emotional Intelligence* mampu mengenali dan memahami emosi sendiri dengan baik. Mereka dapat mengidentifikasi perasaan yang mereka alami dan memahami dampaknya terhadap perilaku dan pikiran. Selain itu, menurut (Mustofa et al., 2022) peserta didik yang mempunyai *emotional intelligence* mampu mengekspresikan emosi dengan tepat dalam berbagai situasi, peserta didik dapat menunjukkan emosi secara seimbang dan sesuai dengan konteks, mereka juga mampu membaca dan merespons emosi orang lain dengan empati dan pengertian.

Peserta didik perlu meregulasi emosi dengan baik agar mampu fokus pada tujuan tugas belajar dan meminimalkan distraksi emosional (Mustofa et al., 2019). Peserta didik harus dapat mengelola waktu dan aktivitas mereka. setiap individu memiliki tingkat *cognitive load* yang berbeda faktor penyebabnya diantaranya adalah jumlah pelajaran yang banyak, tingkat kesulitan materi pelajaran, lingkungan belajar seperti waktu dan tempat, kompleksitas materi, emosi, dan efikasi diri (Nurwanda et al., 2020).

Hal tersebut juga sesuai dengan fenomena yang ditemukan berdasarkan observasi lapangan yang telah dilaksanakan selama kegiatan pengenalan lapangan persekolahan (PLP) di SMA Negeri 4 Tasikmalaya pada bulan Oktober - November 2023, permasalahan yang ditemukan antara lain, peserta didik mengeluh dan mengatakan tugas yang diberikan guru terlalu sulit dikarenakan banyak materi atau konsep yang diberikan, selain itu peserta didik juga mengeluh banyak tugas yang harus diselesaikan secara bersamaan. Berdasarkan wawancara dengan guru biologi, diketahui peserta didik sering kali terlambat mengumpulkan tugas-tugas, tidak masuk pembelajaran, kurangnya keaktifan peserta didik dalam menyampaikan pendapat, selama proses pembelajaran peserta didik sering mengeluh dan sering mengatakan tugas terlalu sulit, bahkan sering merasa malas atau kehilangan motivasi untuk belajar.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa orang peserta didik di SMAN 4 Tasikmalaya, mereka mengalami stres ketika peserta didik kesulitan mendapatkan target yang tidak sesuai dengan ekspektasi mereka, peserta didik juga sering kali merasa mereka terlalu banyak dituntut untuk cepat memahami konsep-konsep dalam pembelajaran. Sehingga mereka merasa terlalu terbebani dan khawatir dengan hasil akademis jika tidak sesuai dengan ekspektasinya. Sesuai dengan hasil observasi penulis menduga bahwa peserta didik kesulitan mengatasi stres dan *cognitive load* yang dihadapi. Namun, hal menarik ditemukan penulis peserta didik mampu untuk terus menghadapi kesulitan tersebut selama proses pembelajaran. Peserta didik dapat mengatur dan mengolah emosi mereka, secara tidak langsung mereka memiliki *emotional intelligence* yang baik sesuai dengan salah satu indikator *emotional intelligence* yaitu mengelola emosi.

Terdapat penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan Young et al., (2021) menunjukkan terdapat efek positif pada *Emotional intelligence* dan *cognitive load*, *emotional intelligence* tingkat tinggi akan memperendah *cognitive load* intrinsik, ekstrinsik, dan germane. Setyaji (2021) mengemukakan terdapat hubungan yang negatif antara *emotional intelligence* dengan stres akademik memberikan sumbangan hasil 26.6%. Selain itu, penelitian Nadialista

Kurniawan (2021) terdapat peran signifikan dari efikasi diri terhadap *Cognitive load* dan stress akademik.

Berbagai uraian yang telah diungkapkan dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang memiliki *emotional intelligence* yang baik di dalam dirinya mampu mengatasi tekanan dan beban yang dialami pada hal akademik. Namun, penelitian sebelumnya masih berfokus pada dua variabel saja, penelitian mengenai ketiga variabel masih belum banyak dikaji lebih dalam. ketiga variabel ini memberikan peluang untuk diteliti lebih dalam terkait ada tidaknya korelasi *emotional intelligence* dan tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* pada mata pelajaran biologi.

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, peneliti mengidentifikasi permasalahan-permasalahan yang timbul sebagai berikut:

1. Mengapa *emotional intelligence* penting untuk dimiliki peserta didik?
2. Mengapa tingkat stress akademik peserta didik tinggi ketika menghadapi mata pelajaran Biologi?
3. Bagaimana hubungan *emotional intelligence* terhadap *cognitive load* peserta didik pada mata pelajaran biologi?
4. Bagaimana hubungan tingkat stress akademik terhadap *cognitive load* peserta didik pada mata pelajaran biologi?
5. Bagaimana hubungan *emotional intelligence* dan tingkat stress akademik terhadap *cognitive load* pada mata pelajaran biologi?

Agar permasalahan dapat mencapai tujuan maka penulis membatasi permasalahan pada penelitian ini. Adapun pembatasan tersebut sebagai berikut:

1. Mata pelajaran biologi dalam penelitian ini pada materi kelas XI semester genap yaitu sistem reproduksi.;
2. Terdapat tiga instrumen yang digunakan untuk pengukuran yaitu *Emotional Intelligence* menggunakan kuesioner menurut Goleman, tingkat stress akademik menggunakan kuesioner *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA); dan Instrumen yang digunakan untuk pengukuran *cognitive load* menggunakan tiga indikator yang dikembangkan oleh Sweller (1980) dalam (Leppink et al., 2014:1)

yaitu a). *Intrinsic Cognitive Load* (ICL), b). *Extraneous Cognitive Load* (ECL) dan c). *Germane Cognitive Load* (GCL);

Berdasarkan rasionalitas yang telah dipaparkan dapat diperkirakan bahwa terdapat hubungan antara *emotional intelligence* dan tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* peserta didik pada mata pelajaran biologi. Sehingga penulis tertarik untuk melihat bagaimana hubungan *emotional intelligence* dan tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* peserta didik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan yang akan diteliti adalah:

- 1) Adakah korelasi *emotional intelligence* dan terhadap *cognitive load* pada Mata Pelajaran Biologi?
- 2) Adakah korelasi tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* pada mata pelajaran biologi?
- 3) Adakah korelasi *emotional intelligence* dan tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* pada pada mata pelajaran biologi?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari perbedaan penafsiran pada penelitian ini, maka istilah-istilah perlu didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

- 1) *Cognitive load* (Beban Kognitif) peserta didik dalam penelitian ini adalah beban yang terjadi akibat proses di dalam otak peserta didik (sistem kognitif peserta didik) melakukan sebuah tugas tertentu melebihi batas memori kerja dalam menerima dan mengolah informasi baru. Dalam penelitian ini *cognitive load* pada mata pelajaran biologi diukur menggunakan kuesioner *cognitive load* terdiri dari tiga indikator yang dikembangkan oleh John Sweller (dalam Leppink et al., 2014) yaitu a). *intrinsic cognitive load* (ICL), b). *extraneous cognitive load* (ECL), dan c). *germane cognitive load* (GCL). Instrumen untuk mengukur *cognitive load* peserta didik berupa non tes dengan kuesioner yang merupakan hasil adaptasi dari leppink (2014) sebanyak 20 butir pernyataan dan dibentuk dalam *google form*. penskoran untuk pernyataan

kuesioner diukur menggunakan *skala likert* dengan kriteria penskoran 0 – 4 = *cannot*, 5 – 8 = *moderat*, 9 – 10 = *high*.

- 2) *Emotional intelligence* (Kecerdasan Emosional) dalam penelitian ini adalah kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik untuk dapat mengenali, mengelola, meregulasi, serta memanfaatkan emosi yang ada di dalam diri dan orang lain. Variabel ini diukur secara non tes yaitu berupa kuesioner dan dibentuk dalam *google form* dengan 44 butir pernyataan yang disusun berdasarkan indikator *Emotional Intelligence* menurut Goleman (2000) yang terdiri dari 5 indikator yaitu kesadaran diri (*Self-Awareness*), pengelolaan diri sendiri (*Self-management*), motivasi diri sendiri (*Self-motivation*), empati dan kecakapan sosial (*Social skills*). Skala yang digunakan yaitu skala likert 4 poin, dengan opsi Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S) dan Sangat Setuju (SS)
- 3) Tingkat Stres Akademik peserta didik dalam penelitian ini adalah tekanan-tekanan yang dihadapi oleh peserta didik yang berkaitan dengan sekolah lalu dipersepsikan secara negatif sehingga berdampak pada kesehatan fisik, psikis, dan performansi belajarnya. Variabel ini diukur secara non tes yaitu berupa kuesioner sebanyak 16 butir pernyataan dan dibentuk dalam *google form* dengan indikator *Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA)* yang tersusun atas *such as pressure from study, workload, worry about grades, self-expectation, and despondency*. Masing-masing pernyataan diisi dengan menggunakan skala likert 4 poin, dengan opsi Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S) dan Sangat Setuju (SS).

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang diajukan, maka tujuan dari penelitian ini yaitu:

- 1) Mengetahui korelasi *emotional intelligence* terhadap *cognitive load* peserta didik pada materi pelajaran biologi.
- 2) Mengetahui korelasi tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* peserta didik pada materi pelajaran biologi.
- 3) Mengetahui korelasi *emotional intelligence* dan tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* peserta didik pada materi pelajaran biologi.

1.5 Kegunaan Penelitian

a. Kegunaan Teoritis

- 1) Sebagai upaya untuk mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai *emotional intelligence*, tingkat stres akademik, dan *cognitive load*.
- 2) Sebagai informasi tambahan yang dapat digunakan untuk referensi bagi penelitian lain.

b. Kegunaan Praktis

- 1) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi terkait korelasi *emotional intelligence* dan tingkat stres akademik terhadap *cognitive load* peserta didik yang dapat digunakan sebagai bahan evaluasi pada saat proses pembelajaran di sekolah

- 2) Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan sebagai informasi terkait peranan dari setiap variabel yang digunakan dengan berupa kekurangan maupun kelebihan dari masing-masing variabel sekaligus memperbaiki kualitas peserta didik pada saat pembelajaran sehingga mencapai tujuan yang telah diharapkan.

- 3) Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman peserta didik terkait peran dan apa itu *emotional intelligence*, tingkat stress akademik dan *cognitive load* yang diharapkan setelah mengetahui hal tersebut peserta didik dapat lebih baik pada saat proses pembelajaran berlangsung.

- 4) Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan pengalaman dan pengetahuan yang didapatkan mengenai *emotional intelligence*, tingkat stres akademik dan *cognitive load* pada saat proses pembelajaran berlangsung di sekolah.

- 5) Bagi Kalangan Akademisi

Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.