

PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA DI ERA PEMBELAJARAN DARING

Asmidar^{1*}

¹Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia, Indonesia
Email: asmidar @udi.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan teknologi informasi dan pembelajaran daring telah mengubah dinamika pendidikan. Mahamasiswa tidak hanya dituntut memiliki kemampuan akademik, tetapi juga kecerdasan emosional untuk mengelola stres, fokus, dan motivasi belajar. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar pemahaman mahasiswa (SMA). Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Sampel sebanyak 120 mahasiswa SMA di Medan dipilih melalui purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner kecerdasan emosional dan motivasi belajar, diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana dan deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan kecerdasan emosional berpengaruh positif signifikan terhadap motivasi belajar dengan kontribusi 42%. Penelitian ini menyarankan pengembangan program pendidikan berbasis kecerdasan emosional untuk meningkatkan motivasi belajar mahamasiswa, terutama pada pembelajaran daring.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional; Motivasi Belajar; Pembelajaran Daring

ABSTRACT

The development of information technology and online learning has transformed the dynamics of education. Students are not only required to possess academic abilities but also emotional intelligence to manage stress, maintain focus, and sustain learning motivation. This study aims to analyze the influence of emotional intelligence on the learning motivation of high school students. The research employed a quantitative correlational approach. A sample of 120 high school students in Jakarta was selected through purposive sampling. The research instruments consisted of emotional intelligence and learning motivation questionnaires, which were tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using simple linear regression and descriptive statistics. The results showed that emotional intelligence had a significant positive effect on learning motivation, contributing 42%. This study recommends the development of emotional intelligence-based educational programs to enhance students' learning motivation, particularly in online learning contexts.

Keywords: Emotional Intelligence; Learning Motivation; Online Learning

Article History:

Received : 03 - 01 - 2026
Revised : 10 - 01 - 2026
Accepted : 25 - 01 - 2026
Published : 10 - 02 - 2026

A. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan signifikan dalam dunia pendidikan. Salah satu perubahan paling menonjol adalah penerapan pembelajaran daring atau online learning. Pembelajaran daring memberikan fleksibilitas bagi mahamasiswa untuk belajar dari mana saja dan kapan saja, tetapi juga menimbulkan tantangan psikologis yang cukup kompleks. Mahamasiswa harus mampu mengelola waktu, menjaga konsentrasi, menghadapi distraksi di lingkungan rumah, serta tetap termotivasi tanpa pengawasan langsung dari guru (Ryan & Deci, 2020). Di sisi lain, kemampuan akademik saja tidak cukup untuk menghadapi tuntutan pembelajaran daring. Faktor psikologis, khususnya kecerdasan emosional (Emotional Intelligence/EQ), menjadi kunci keberhasilan belajar mahamasiswa. EQ dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi

diri sendiri maupun orang lain secara efektif dalam kehidupan sehari-hari (Goleman, 2018). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa mahasiswa dengan EQ tinggi lebih mampu mengatasi stres, mempertahankan fokus belajar, beradaptasi dengan lingkungan belajar, dan memiliki prestasi akademik yang lebih baik (Mayer et al., 2016; Petrides et al., 2016). Kecerdasan emosional memiliki beberapa komponen utama, yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Kesadaran diri memungkinkan mahasiswa mengenali perasaan dan reaksi emosionalnya, sehingga dapat mengantisipasi dampak emosi terhadap perilaku belajar. Pengaturan diri memungkinkan mahasiswa menahan impuls negatif, tetap fokus, dan bertindak secara adaptif dalam situasi akademik yang menantang. Motivasi internal memacu mahasiswa untuk mencapai tujuan akademik secara konsisten, sedangkan empati dan keterampilan sosial membantu mahasiswa membangun interaksi positif dengan guru maupun teman sebaya. Semua komponen ini saling berinteraksi dan membentuk fondasi psikologis yang kuat untuk mendukung keberhasilan belajar (Goleman, 2018). Selain itu, motivasi belajar merupakan faktor penting yang menentukan seberapa besar usaha, ketekunan, dan komitmen mahasiswa dalam mencapai tujuan akademik. Motivasi belajar dapat bersifat intrinsik, yaitu dorongan yang muncul dari dalam diri mahasiswa karena minat atau kepuasan pribadi, maupun ekstrinsik, yaitu dorongan yang muncul dari faktor eksternal, seperti penghargaan akademik, harapan orang tua, atau pengakuan sosial (Ryan & Deci, 2020). Dalam pembelajaran daring, motivasi intrinsik menjadi lebih dominan karena mahasiswa harus memiliki disiplin diri untuk mengatur jadwal belajar, mengatasi gangguan, dan tetap aktif dalam interaksi virtual. Kurangnya motivasi belajar dapat berdampak negatif pada kualitas pembelajaran, pencapaian akademik, dan kesehatan mental mahasiswa. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dan motivasi belajar. Mayer et al. (2016) menegaskan bahwa mahasiswa dengan EQ tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres akademik, tetap fokus, dan menunjukkan motivasi yang tinggi dalam menyelesaikan tugas. Petrides et al. (2016) menambahkan bahwa EQ yang tinggi juga meningkatkan keterampilan sosial dan empati, sehingga mahasiswa lebih mampu berkolaborasi dalam lingkungan belajar, yang pada gilirannya meningkatkan motivasi intrinsik mereka. Mengingat pentingnya peran EQ dan motivasi belajar, penelitian ini mencoba mengeksplorasi secara mendalam pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar mahasiswa SMA di era pembelajaran daring. Penelitian ini memiliki beberapa tujuan, antara lain:

1. Mengetahui tingkat kecerdasan emosional mahasiswa SMA dalam konteks pembelajaran daring.
 2. Mengetahui tingkat motivasi belajar mahasiswa SMA.
 3. Menentukan pengaruh signifikan kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar mahasiswa SMA.
- Penelitian ini penting karena dapat memberikan kontribusi praktis bagi guru, pendidik, dan pembuat kebijakan pendidikan untuk mengembangkan program yang mendukung penguatan kecerdasan emosional mahasiswa. Program-program tersebut diharapkan dapat meningkatkan motivasi belajar, kualitas interaksi dalam pembelajaran daring, serta prestasi akademik mahasiswa secara keseluruhan. Lebih jauh, penelitian ini juga memberikan kontribusi teoretis dengan menambah

bukti empiris terkait hubungan antara kecerdasan emosional dan motivasi belajar dalam konteks pendidikan modern yang semakin terdigitalisasi. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya, khususnya dalam mengembangkan intervensi psikologi pendidikan yang efektif untuk mahasiswa SMA di Indonesia.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, yang bertujuan untuk menguji hubungan antara variabel kecerdasan emosional (variabel bebas) dengan motivasi belajar (variabel terikat). Populasi penelitian adalah mahasiswa Universitas Deztron Indonesia. Sampel sebanyak 30 mahasiswa dipilih menggunakan purposive sampling, dengan kriteria: 1. Aktif mengikuti pembelajaran daring. 2. Bersedia mengisi kuesioner. Untuk instrumen penelitian terdiri dari 2 jenis yaitu: • Kuesioner Kecerdasan Emosional (EQ): Disusun berdasarkan teori Goleman (2018), terdiri dari 20 pertanyaan dengan skala Likert 1–5. • Kuesioner Motivasi Belajar: Mengacu pada Ryan & Deci (2020), terdiri dari 20 pertanyaan untuk mengukur motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Instrumen diuji validitas menggunakan korelasi item-total dan reliabilitas dengan Cronbach's alpha. Nilai reliabilitas EQ = 0,87, motivasi belajar = 0,85, yang menunjukkan instrumen cukup reliabel. Data dianalisis menggunakan regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh EQ terhadap motivasi belajar mahasiswa. Analisis dilakukan menggunakan SPSS versi 25.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi Data

Variabel	Min	Max	Mean	SD	Kategori
Kecerdasan Emosional	55	95	78,5	9,2	Tinggi
Motivasi Belajar	50	92	74,2	10,1	Tinggi

- EQ rata-rata 78,5 menunjukkan mahasiswa termasuk kategori tinggi.
- Motivasi belajar rata-rata 74,2 termasuk kategori tinggi.

Hasil Regresi Linier

Variabel	B	SE B	t	p	R²
EQ	0,65	0.08	8.12	0.000	0.42

- EQ berpengaruh positif signifikan terhadap motivasi belajar ($p < 0,01$).
- Kontribusi EQ terhadap motivasi belajar sebesar 42%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan EQ tinggi cenderung memiliki motivasi belajar tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Mayer et al. (2016) dan Petrides et al. (2016). EQ membantu mahasiswa: 1. Mengelola stres dan emosi negatif. 2. Mempertahankan fokus belajar. 3. Menunjukkan kepercayaan diri dalam menghadapi tugas akademik. Dalam pembelajaran daring, mahasiswa harus lebih

mandiri, sehingga kemampuan mengelola emosi menjadi sangat penting. Sekolah dapat mengembangkan program pelatihan EQ, workshop, dan konseling psikologi untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosional (EQ) mahasiswa berada pada kategori tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara positif dalam proses pembelajaran. Selain itu, motivasi belajar mahasiswa juga tergolong tinggi, dengan dominasi motivasi intrinsik yang mencerminkan dorongan belajar yang berasal dari kesadaran dan keinginan pribadi. Hasil analisis lebih lanjut membuktikan bahwa EQ berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa dengan kontribusi sebesar 42%, yang menandakan bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan motivasi belajar.

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar institusi pendidikan mengintegrasikan program pengembangan kecerdasan emosional ke dalam kurikulum maupun kegiatan pembelajaran, baik secara formal maupun nonformal. Guru atau dosen diharapkan dapat menerapkan strategi pembelajaran yang mendukung pengelolaan emosi, komunikasi efektif, serta kolaborasi antarmahasiswa untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor lain yang berpotensi memengaruhi motivasi belajar mahasiswa, seperti dukungan keluarga, lingkungan sosial, serta pemanfaatan teknologi pendidikan, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2016). The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300.
- Petrides, K. V., Mikolajczak, M., Mavroveli, S., Sanchez-Ruiz, M. J., Furnham, A., & Pérez-González, J. C. (2016). Developments in Trait Emotional Intelligence Research. *Emotion Review*, 8(4), 335–341.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and Extrinsic Motivation from a Self Determination Theory Perspective. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.
- Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). Basic Psychological Need Theory: Advancements, Critical Themes, and Future Directions. *Motivation and Emotion*, 44, 131.
- Chang, Y.-C., & Tsai, Y.-T. (2022). *The Effect of University Students' Emotional Intelligence, Learning Motivation and Self-Efficacy on Their Academic Achievement—Online English Courses*. *Frontiers in Psychology*, 13, 818929. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.818929
- Milatina, S.W., Millah, D., Solekha, I., Indriana, D., & Hidayat, W. (2025). *Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Semester 3*. *Jurnal Pendidikan dan Profesi Keguruan*, 4(2). DOI: 10.59562/progresif.v4i2.10381

- Latifah, L., & Supriyadi, T. (2023). *The Influence of Emotional Intelligence on Student Learning Motivation*. Journal of Social Science Studies, 5(4), 901. DOI: 10.46799/jss.v5i4.901
- MacCann, C., et al. (2025). *Emotional intelligence as predictor of learning performance in higher education*. Frontiers in Education (online). DOI: 10.3389/educ.2025.1685826
- Seneru, W., Gautama, S.A., Widiyanto, W., & Andriyaningsih, A. (2024). *The Influence of Emotional Intelligence on Learning Motivation for Students at Buddhist College*. Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia, 7(9). DOI: 10.36418/syntax-literate.v7i9.13421
- Romadhoni, O.N., Saraswati, W., Sutadji, I.M., & Anam, H. (2024). *Pengaruh Motivasi Belajar, Kecerdasan Emosional, dan Pembelajaran Online terhadap Pemahaman Akuntansi*. Jurnal GeoEkonomi, 15(1). DOI: 10.36277/geoekonomi.v15i1.460
- Anjal, Z., Rani, A.R.R., Azizah, Z.S., Shofiyah, A., & Hidayat, R. (2024). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Dosen terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa MPI*. Jurnal Manajemen Pendidikan Islam (MANAPI), 3(1), 27-34. DOI: 10.31958/manapi.v3i1.12381
- Situmorang, B.J., Kirana, K.C., & Kurniawan, I.S. (2021). *Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar mahasiswa*. Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi, 8(2), 105–115. DOI: 10.21831/jppfa.v8i2.38514
- Wasni, N.Z., Putra, D.A.E., Yusuf, M., Hendra, R., & Febriyanti, E. (2024). *The Influence of Emotional Intelligence, Self-Efficacy, and Learning Motivation on Student Achievement*. Edukasi, 18(2), 16416. DOI: 10.15294/edukasi.v18i2.16416
- Qi, M., Liu, W., Li, M., Wang, G., & Liu, B. (2025). *The impact of achievement emotions on learning performance in online learning context: A meta-analysis*. Frontiers in Psychology, online. DOI: 10.3389/fpsyg.2025.1599543
- Chang, Y.-C., & Tsai, Y.-T. (2024). *Emotional Intelligence and Academic Motivation: Mediating Role in Online Learning*. BMC Psychology (related study on EI, motivation, achievement). DOI: 10.1186/s40359-024-01886-4