

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Semua manusia akan mengemban tugas perkembangan mulai dari anak-anak, remaja, dewasa dan orang tua (Putri, 2018). Selama proses perkembangan, akan ada berbagai perubahan yang terjadi seperti fisik, kecerdasan, sosial, moral, bahasa, emosi, minat, dorongan, perilaku, kepribadian dan kreativitas (Jahja, 2011). Setiap perubahan tersebut akan menciptakan kombinasi atau hubungan baru yang mengarah pada pengembangan spesialisasi fisik dan psikologis yang membedakan antara manusia (Jahja, 2011). Individu mencapai tahap perkembangan puncak di awal masa dewasa, sehingga penting melewati tonggak perkembangan ini agar tidak mengalami kesulitan di tahap berikutnya (Putri, 2018).

Kata *adolescence* merupakan istilah untuk dewasa yang artinya bertumbuh dewasa (Hurlock, 2011). Periode dewasa awal berada pada rentan usia 18 hingga 25 (Arnett & Tanner, 2002). Individu yang berada pada masa ini harus mampu menjalani tugas perkembangan dengan baik, sehingga dalam menjalani kehidupan dengan baik (Wijaya & Muslim, 2021). Tugas perkembangan dewasa awal meliputi harapan masyarakat, mendapatkan pekerjaan, membentuk suatu keluarga, belajar hidup dengan orang lain, membesarkan anak-anak, bertanggung jawab sebagai warga negara dan berpartisipasi di masyarakat (Hurlock, 2011). Namun, pada kenyataannya menjadi dewasa awal menimbulkan pertanyaan dari masyarakat

seperti kapan menikah, kapan bekerja dan lain sebagainya (Herawati & Hidayat, 2020).

Pada fase dewasa awal ini dikatakan penting dikarenakan individu akan mengeksplorasi diri lebih dalam seperti mengeksplorasi bidang pendidikan, karir, hidup mandiri dan membina hubungan dengan lawan jenis (Nugsria dkk., 2023). Individu juga akan mulai meragukan keputusannya, mempertanyakan hidupnya, bingung dengan tujuannya, merenungkan apa yang sudah terjadi di hidupnya dan bertanya - tanya kehidupan seperti apa yang akan dijalani di masa depan. Hal tersebut membuat individu pada fase dewasa awal cenderung lebih tertutup dan mengalami lebih banyak kesulitan emosional (Santrock, 2011). Sehingga timbul permasalahan kondisi emosional individu dalam keadaan tidak terkendali (Herawati & Hidayat, 2020).

Elmiyanti dkk. (dalam Astuti & Rusmawati, 2021) menyatakan dengan kecerdasan emosional individu bisa mengelola emosi yang sedang dirasakan untuk memotivasi diri menjadi lebih tangguh ketika menghadapi keadaan yang sulit. Menurut Goleman (2001) kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi perasaan diri sendiri dan orang lain, memberikan dorongan kepada diri sendiri, dan secara efektif bisa mengatur emosi yang ada dalam diri sendiri maupun dalam hubungan interpersonal. Menurut Cobb dan Mayer (2000) kecerdasan emosional merupakan keterampilan untuk mengenali dan memahami emosi sendiri serta orang sekitar, memotivasi diri, dan manajemen emosi yang efektif untuk diri sendiri maupun menjalin hubungan interpersonal. Adapun aspek

kecerdasan emosional menurut Goleman (2001) adalah mengenali diri, mengelola emosi, motivasi, empati dan membina hubungan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Priscitadewi (2022) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional dalam kategori dengan skor terendah, yaitu 80 orang atau sebesar (69,6%) dan kategori tinggi yaitu 35 orang atau sebesar (30,4%). Selanjutnya penelitian yang dilakukan Jannah (2023) menyebutkan bahwasannya dewasa awal memiliki kecerdasan emosional dalam kategori tinggi sebanyak 30 orang, kategori sedang sebanyak 117 orang dan kategori rendah sebanyak 25 orang.

Peneliti melakukan wawancara dengan rentan usia 18 – 25 tahun di Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada tanggal 23 Oktober 2023 sebanyak 10 subjek dan tanggal 26 Maret 2024 sebanyak 2 subjek. Pertanyaan wawancara mengacu pada aspek dari Goleman (2001) yaitu mengenali diri, mengelola emosi, motivasi, empati dan membina hubungan. Berdasarkan hasil wawancara, pada aspek mengenali diri sebanyak 8 subjek merasa masih kesulitan untuk memahami emosi yang dirasakan, aspek mengelola emosi sebanyak 10 subjek merasa sulit mengontrol emosinya, aspek memotivasi sebanyak 12 subjek mampu memotivasi dirinya ketika mengalami kegagalan, aspek empati sebanyak 7 subjek masih kesulitan untuk berempati dengan lingkungan sekitar dan aspek membina hubungan sebanyak 8 subjek mengalami kesulitan membangun komunikasi dengan orang lain. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, subjek masih rendah dalam aspek mengenali diri, mengelola emosi, empati dan membina hubungan, sehingga dapat disimpulkan kecerdasan emosional yang dimiliki subjek masih tergolong rendah. Individu dengan kecerdasan emosional yang rendah akan kesulitan untuk

mengenalinya dan mengelolanya, kurang berempati dengan orang lain, kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, mudah putus asa dan kesulitan dalam menjalin relasi dan sering terjadi konflik dengan orang lain (Anggraeni & Rozali, 2023).

Individu pada saat dewasa awal harus mempunyai kemampuan menghadapi kondisi yang sulit dan penuh tekanan. Untuk bertahan pada situasi ini dibutuhkan kecerdasan emosional (Fatchurrahmi & Urbayatun, 2022). Ketika individu memiliki kecerdasan emosional yang baik akan mampu merespon dengan cara yang dapat diterima sehingga bisa membantu untuk mencapai tujuan dalam berbagai bidang kehidupan (Pekaar dkk., 2020). Individu juga akan menjadi lebih terampil untuk menghilangkan emosi negatifnya, dengan begitu bisa keluar dari situasi yang penuh tekanan dan terselesaikannya suatu masalah (Fatchurrahmi & Urbayatun, 2022).

Astuti dan Rusmawati (2021) menyatakan individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan cakap dalam mengelola dan mengontrol emosinya sehingga bisa berpikir jernih dan melihat keadaan dari sudut pandang yang lebih optimis. Ratnasari dkk. (2022) menyatakan semakin tinggi kecerdasan emosional maka individu akan mudah menyelesaikan masalah yang terkhusus memerlukan kontrol emosi. Kemampuan interpersonal dan intrapersonal yang baik adalah tanda mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi. Sebaliknya, rendahnya kecerdasan emosional akan menyebabkan kesulitan memahami orang lain yang akan menyebabkan menjadi orang yang egois (Wulandari & Astrella, 2020). Berperilaku agresif, bertindak kasar pada orang lain, keras kepala, sering

mengalami perubahan hati, mengolok – olok serta temperamen merupakan bentuk dari rendahnya kecerdasan emosional (Iftinan & Junaidin, 2021).

Berkenaan dengan faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional meliputi kelekatan orang tua (Iftinan & Junaidin, 2021), model psikologis (Maulidina dkk., 2018), pola asuh (Karomah & Widiyono, 2022) dan konsep diri (Ratnasari dkk., 2022). Dari beberapa faktor yang sudah disebutkan faktor konsep diri dipilih dalam penelitian ini. Adanya konsep diri membuat individu mampu menerima setiap kekurangan dan kelebihan yang dimiliki sehingga mampu mengelola emosi yang dirasakannya, memberikan motivasi untuk diri sendiri dan mampu membangun hubungan yang baik dengan orang lain yang mengarahkan pada kecerdasan emosional (Darmahadi dkk., 2020). Untuk meningkatkan kecerdasan emosional dibutuhkan konsep diri, ketika perasaan dan gambaran dirinya tidak sejalan akan menimbulkan masalah psikologis (Yani dkk., 2016).

Calhoun dan Acocella (1990) mengungkapkan konsep diri yakni seluruh persepsi terkait diri sendiri, terbentuk oleh interaksi dengan dunia luar dan mencakup hal-hal seperti harapan, pengetahuan, dan penilaian diri. Djaali (2007) mengungkapkan konsep diri sebagai gambaran tentang keadaan dirinya secara apa adanya pada saat ini bukan gambaran diri idealnya seperti yang diharapkan oleh individu tersebut.

Selanjutnya menurut Calhoun dan Acocella (1990) terdapat tiga aspek konsep diri yaitu pengetahuan diartikan sebagai gambaran terkait diri sendiri, harapan berupa adanya ekspektasi untuk diri sendiri dan penilaian yang mengarah pada

evaluasi terhadap diri sendiri. Konsep diri biasanya berasal dari perasaan dihargai atau diremehkan sebagai dasar untuk membentuk persepsi tentang dirinya sendiri (Ratnasari dkk., 2022). Ketika individu dengan konsep diri negatif akan merasa sulit untuk memahami dan menerima banyak realitas yang ada pada dirinya dan tidak dapat mengenal dirinya dengan baik (Aryanti & Utami, 2022). Individu dengan konsep diri negatif akan menimbulkan kurangnya rasa kepercayaan diri dan bertindak secara agresif karena adanya perasaan ketidakberdayaan (Tuhumena, 2006).

Sebaliknya, individu dengan konsep diri positif akan bersikap optimis dan penuh percaya diri ketika menghadapi situasi yang sulit (Tuhumena, 2006). Individu yang memiliki konsep diri akan dimudahkan untuk memprediksi dan memahami perilaku yang akan dimunculkan sebagai respon terhadap lingkungan sekitarnya (Dewi & Lestari, 2020). Menurut Munawaroh (dalam, Aryanti & Utami, 2022) konsep diri positif akan mengarahkan pada tindakan positif yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosionalnya. Hurlock (2011) menyatakan bahwa individu dengan konsep diri yang positif mampu menerima dirinya secara apa adanya dan mampu mengenali emosinya sehingga bisa mengekspresikannya secara tepat.

Hal ini didukung dengan penelitian Yani dkk. (2016) yang menyatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan kecerdasan emosional. Artinya semakin positif konsep dirinya maka semakin tinggi pula kecerdasan emosional. Sejalan juga dengan penelitian Ratnasari dkk. (2022)

mengungkapkan terdapat hubungan yang kuat antara konsep diri dengan kecerdasan emosional.

Berdasarkan uraian latar permasalahan tersebut, rumusan masalah dalam penelitian adalah apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan kecerdasan emosional pada masa dewasa awal?

## **B. Tujuan dan Manfaat**

### 1. Tujuan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kecerdasan emosional pada dewasa awal.

### 2. Manfaat

#### a. Manfaat Teoritis

Melalui penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat berkontribusi terhadap bidang ilmu psikologi terkait dengan konsep diri dan kecerdasan emosional pada dewasa awal.

#### b. Manfaat Praktis

##### 1) Bagi Dewasa Awal

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pentingnya konsep diri positif agar memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

## 2) Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan, pertimbangan dan bahan referensi bahwa kecerdasan emosional yang dipengaruhi oleh konsep diri pada dewasa awal.