

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Djamarah (dalam Mardiyati, 2015) menyatakan bahwa proses pendidikan yang di selenggarakan di sekolah tidak terlepas dari kegiatan pokok yaitu kegiatan belajar. Artinya, pencapaian tujuan pendidikan banyak tergantung pada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik. Belajar diartikan sebagai serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif, dan psikomotor.

Menurut Neviyarni (dalam Aditya, Sutoyo dan Purwanto 2015) sebagian besar penyelenggaraan pendidikan telah menyimpang dari tujuan semestinya. Pengertian pendidikan telah diperkecil dengan “persekolahan”, yang kemudian diperkecil lagi dengan “pengajaran”, untuk selanjutnya diperkecil dengan “pengajaran di kelas” dan makin diperkecil lagi menjadi penyampaian materi kurikulum untuk selanjutnya berakhir dengan mempersiapkan diri pada ujian akhir atau ujian nasional. Hal tersebut dapat berakibat membawa pendidikan berorientasi pada suatu hal yang sempit, pendidikan dalam prosesnya hanya berpusat pada aspek-aspek kognitif dan intelektual sehingga pendidikan semakin jauh untuk menghasilkan kepribadian peserta didik yang utuh. Senada dengan pernyataan tersebut, Goleman (dalam Widiyanti, 2012) menyatakan kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80%

lainnya adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan yang lain, diantaranya adalah kecerdasan emosi atau *Emotional Intelligence* (EI).

Menurut Gunarsa & Gunarsa (2012) usia 13-18 tahun dikatakan sebagai usia yang rentan terhadap tindak agresivitas terkait dengan emosi remaja yang sedang fluktuatif. Sugiyatno (2009) menyatakan :

*“Salah satu karakteristik remaja adalah emosinya yang labil atau emosi yang meluap-luap, karena sangat erat hubungannya dengan keadaan hormon. Suatu saat ia bisa sedih sekali, di lain waktu ia bisa marah sekali. Hal ini terlihat pada remaja yang baru saja putus cinta atau remaja yang tersinggung perasaannya karena, misalnya: dipelototi. Kalau sedang senang-senangnya mereka mudah lupa diri karena tidak mampu menahan emosi yang meluap-luap itu, bahkan remaja mudah terjerumus ke dalam tindakan tidak bermoral, misalnya remaja yang sedang asyik pacaran bisa terlanjur hamil sebelum mereka menikah, bunuh diri karena putus cinta, membunuh orang karena marah, dan lain sebagainya. Emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri mereka daripada pikiran yang realistis”.*

Perilaku emosi berlebihan dan tindakan negatif yang ditampilkan oleh remaja, ternyata berkaitan erat dengan kecerdasan emosi (Goleman, 2009). Kecerdasan emosi menurut Goleman (2017) adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa. Salovey (dalam Goleman, 2017) mencetuskan lima unsur wilayah utama dalam kecerdasan emosi diantaranya mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

Penelitian mengenai kecerdasan emosi yang dilakukan oleh Sumarlin (2013) tentang “Model Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai Budaya Muna Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa” menunjukkan kondisi kecerdasan emosional siswa SMA Negeri 1 Lohia dari 304 siswa kelas X dan XI yang diberi tes psikologis menunjukkan ada 19,73% siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang sangat baik atau sangat tinggi, 30,92% siswa memiliki kecerdasan emosional baik atau tinggi, 44,40% siswa memiliki kecerdasan emosional kurang baik atau rendah dan 0,49% siswa memiliki kecerdasan emosional yang sangat kurang baik.

Hasil tersebut didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Dewi (2016) tentang “Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kecenderungan Memecahkan Masalah Pada Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta II” diketahui analisis kategorisasi pada skala kecerdasan emosi pada siswa kelas X MAN Yogyakarta II menunjukkan bahwa 0 (0 %) responden berada dalam kategori rendah, 41 (53,25%) responden berada dalam kategori sedang 36 (46,75%) responden berada dalam kategori tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Mardiyati (2015) tentang “Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kemandirian Belajar Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Prambanan Sleman” diketahui kecerdasan emosional pada kategori sangat tinggi berjumlah 6 siswa (5,3%), pada kategori tinggi sebanyak 20 (17,7%) siswa, pada kategori sedang sebanyak 30 siswa (26,5%), pada kategori rendah sebanyak 44 siswa (38,9%), dan pada kategori sangat rendah 13 siswa (11,5%).

Berdasarkan hasil-hasil penelitian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosi siswa cenderung rendah.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 20 Maret 2018 terhadap 10 orang peserta didik SMAK Fides Quaerens Intellectum Kefamenanu dengan mengajukan pertanyaan yang mendasar pada aspek kecerdasan emosi yang dipaparkan oleh Salovey (dalam Goleman, 2017). Aspek pertama adalah mengenali emosi diri. Pertanyaan yang diajukan adalah hal yang mampu mendatangkan emosi positif dan emosi negatif. Hasilnya menunjukkan bahwa 8 dari 10 remaja menyatakan senang ketika diberi pujian, hadiah, berlibur dan hal-hal yang menyenangkan sedangkan remaja akan sedih apabila nilainya jelek, dihukum guru, mengalami keduakaan ataupun hal-hal yang tidak sesuai dengan harapan. Namun, 2 remaja lainnya menyatakan bahwa merasa bahagia ketika ugal-ugalan, merokok, dan minum minuman beralkohol dan akan sedih apabila dilarang merokok, minum alkohol dan dilarang menggunakan telepon genggam saat Kegiatan Belajar Mengajar (KBM).

Aspek kedua adalah pengelolaan emosi. Pertanyaan yang diajukan adalah respon remaja ketika dijahili. Hasilnya menunjukkan bahwa 8 dari 10 remaja akan memukul, berkata kotor (memaki), beradu mulut, memberikan ancaman dan memusuhi. 2 remaja lainnya menyatakan bahwa mereka akan mendengarkan lagu, membaca buku ataupun mencari suasana yang tenang daripada harus meladeni teman yang usil. Aspek yang ketiga adalah memotivasi diri. Pertanyaan yang diajukan mengenai respon remaja ketika diberi tugas oleh bapak/ibu guru. 5 dari 10 remaja menyatakan hanya akan mengerjakan tugas yang diberikan oleh

bapak/ibu guru jika menyukai mata pelajaran tersebut, remaja juga tidak akan mengerjakan tugas apabila mata pelajaran tersebut membosankan dan tidak dimengerti sehingga remaja lebih memilih menyuruh orang lain yang mengerjakan atau *mengcopy-paste* tugas dari teman lain. Sedangkan 5 remaja lainnya menyatakan bahwa akan tetap mengerjakan tugas yang diberikan secara baik agar memperoleh nilai sesuai KKM walaupun ada beberapa nomor yang mungkin dilewatkan. 6 dari 10 remaja menyatakan pula bahwa ketika bapak/ibu guru sedang berbicara didepan remaja akan mendengar dan menyimak namun apabila sudah bosan atau jenuh remaja akan mengajak teman sebangku untuk bercerita dan dengan sengaja meminta izin ke kamar kecil padahal berjalan ke arah kantin. 4 remaja lainnya mengutarakan akan tetap mendengar dan menyimak apa yang disampaikan karena hal tersebut akan bermanfaat bagi diri remaja sendiri.

Aspek keempat adalah mengenali emosi orang lain. Pertanyaan yang diajukan adalah sikap terhadap teman sebaya saat marah. Hasilnya menunjukkan bahwa 8 dari 10 remaja menjawab ketika ada masalah antar teman remaja memilih untuk menghindar dan tidak ingin berkomunikasi satu sama lain, cuek dan tidak ingin terlibat lebih jauh dan tidak ingin meminta maaf apabila bukan salahnya. Sedangkan 2 remaja lainnya menyatakan bahwa akan mencoba untuk meminta maaf apabila keadaan mulai membaik. Aspek yang kelima adalah membina hubungan. Pertanyaan yang diajukan adalah mengenai kedekatan dengan teman sebaya. Hasilnya menunjukkan bahwa 3 dari 10 remaja tidak membedakan teman namun perlakuan apa yang diterima maka itulah yang

akan dibalas. 2 dari 10 remaja lainnya menyatakan akan memilih-milih teman karena lebih senang teman yang tidak “bermuka dua” dan menunjukkan sikap sopan santun dalam pergaulan bahkan ada seorang remaja yang menyatakan bahwa ia lebih nyambung berbicara dengan rekan sesama jenisnya. 5 remaja lainnya lagi mengutarakan tidak membedakan teman karena semua adalah saudara.

Berdasarkan hasil wawancara, penulis berasumsi bahwa peserta didik SMAK Fides Quaerens Intellectum Kefamenanu masih kurang dalam segala aspek baik itu aspek kesadaran emosi, pengelolaan emosi, motivasi diri, mengenali emosi orang lain dan menjalin hubungan. Oleh karena itu, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosi peserta didik SMAK Fides Quaerens Intellectum Kefamenanu cenderung rendah.

Seyogyanya, kecerdasan emosi dikembangkan sedini mungkin. Apabila anak sedari usia dini sering dilatih untuk peka dalam mengenali emosi, maka semakin dewasa akan semakin mudah mengenali emosi dan lebih mampu menyesuaikan sikapnya dengan situasi emosi yang ada. Kecerdasan emosi dapat mulai dikembangkan saat anak berusia 3-4 tahun karena pada usia ini anak senang bermain dengan berpura-pura menjadi orang dewasa. Melalui kegiatan menirukan tersebut anak memiliki kesempatan untuk belajar memahami orang lain dan rasa keingintahuannya dapat tersalurkan (Galbraith dan Hoyer, 2005).

Goleman (dalam Feldman, Olds, & Papalia, 2004) menyatakan bahwa kecerdasan emosi sebagian besar terbentuk selama masa remaja. Remaja yang cerdas secara emosi akan mampu menerima perasaan-perasaan mereka sendiri,

mampu memecahkan masalah yang dialami, lebih banyak mengalami kesuksesan di sekolah maupun dalam menjalin hubungan dengan rekan sebaya, serta terlindung dari resiko penggunaan obat terlarang, tindak kriminal, dan perilaku seks yang tidak aman (Gottman & DeClaire, 2003). Sedangkan Martin (dalam Wijaya dan Basaria, 2016) mengungkapkan apabila kecerdasan emosi remaja gagal terbentuk maka remaja akan tumbuh menjadi pribadi yang cenderung egois, menjadi pendengar yang buruk, suka menginterupsi dan berdebat, tidak memberi izin orang lain untuk mengungkapkan perasaannya, cenderung mempunyai tabungan-tabungan emosi yang negatif pada diri orang lain, cenderung mendekati masalah hanya dengan pikiran tanpa memperdulikan perasaan, sering merasa tidak aman dan sukar untuk menerima kesalahan diri sendiri, serta sulit untuk minta maaf dan sulit untuk mengakui keberhasilan orang lain. Bowket & Percival (dalam Syawahid dan Retnawati, 2014) menyatakan kecerdasan emosi sangat diperlukan untuk memahami apa yang mempengaruhi pikiran, perasaan dan respon bagaimana kita dapat memanipulasi informasi untuk diri kita sendiri dan menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain.

Kecerdasan emosi tidaklah berkembang secara alamiah. Ada 2 faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi seseorang yaitu faktor internal yang meliputi segi jasmani dan segi psikologis sedangkan faktor eksternal meliputi stimulus dan lingkungan (Yanuarita, 2014). Mengacu pada Tridhonanto (2010) kecerdasan emosi seseorang ditentukan oleh faktor pengaruh lingkungan, faktor pengasuhan, dan faktor pendidikan.

Bertitik tolak dari faktor-faktor determinan tersebut, maka faktor internal meliputi segi jasmani yang dikemukakan oleh Yanuarita (2014) akan digunakan peneliti dalam pengembangan penelitian ini. Secara jasmani, kecerdasan emosi meliputi faktor otak. Otak emosional terletak pada sistem limbik. Risman (2017) menyatakan bahwa *sense of humor* mematangkan bagian otak yang bernama sistem limbik. Sistem limbik adalah bagian otak yang berfungsi dalam pengenalan dan pengelolaan emosi sehingga kecerdasan individu akan terlatih. Menurut Sheinowitz (dalam Darmasayah, 2012) *sense of humor* merupakan suatu kemampuan untuk menerima, menikmati dan menampilkan sesuatu yang lucu, ganjil/aneh yang bersifat menghibur, juga merupakan kualitas yang bersifat lucu dari seseorang yang menggelikan dan menghibur. Individu yang dibesarkan dengan *sense of humor*, sistem limbiknya “terbuka” sehingga informasi dapat diteruskan ke neokorteks (bagian otak yang mengelola ilmu dan pengetahuan, tempat berpikir dan menganalisa). Itulah mengapa individu yang dibesarkan dalam suasana bahagia akan jauh lebih cerdas otaknya layaknya spons yang menyerap apa saja dengan mudah (Risman, 2017).

Hasanat dan Subandi (2001) menyatakan humor dinilai dapat menimbulkan emosi positif, sebab humor menjadikan seseorang dapat tersenyum ataupun tertawa dan memunculkan ekspresi wajah positif. Dapat disimpulkan emosi positif yang ditimbulkan dari humor merupakan salah satu upaya *coping* yang berfokus pada emosi. Kepekaan humor yang tinggi dapat membuat seseorang menjadi lebih rileks, tidak tegang lagi, sehingga pikiran pun dapat lebih berkonsentrasi untuk menyelesaikan masalah. Djajendra (dalam Kompasiana.com,

2012) menyatakan bahwa emosi positif akan menjaga persepsi dan logika berpikir seseorang agar selalu terarah untuk menghasilkan emosi yang baik.

Dengan kehadiran emosi positif, muncul pula perasaan sejahtera sehingga individu akan cenderung lebih siap dalam menghadapi peristiwa yang tidak menyenangkan. Bagi individu yang memiliki emosi positif juga lebih dapat menyesuaikan diri terhadap kejadian-kejadian yang menekan karena individu tersebut dapat lebih fokus pada masalah yang dihadapi sehingga dapat menentukan tindakan secara lebih tepat dan efektif (Mayasari, 2016). Dapsari (dalam Casmini, 2007) menjabarkan salah satu ciri seseorang dengan kecerdasan emosi yang tinggi adalah optimal dan selalu berpikir positif pada saat menangani situasi-situasi ataupun tekanan-tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Pernyataan ini didukung oleh penelitian Darmansyah (dalam Darmansyah, 2010) yang mengungkapkan bahwa siswa yang diberikan sisipan humor, ternyata kecerdasan emosinya lebih tinggi dibandingkan hasil belajar yang dilaksanakan secara normal.

Menurut Shapiro (dalam Darmansyah, 2010) seseorang yang memiliki *sense of humor* berarti telah memiliki kecerdasan emosi (EQ) yang paling penting, karena humor termasuk salah satu keterampilan sosial yang paling penting, dan merupakan bakat yang tidak dimiliki semua orang dan dapat membantu dalam interaksi sosial serta memudahkan dalam mengatasi berbagai masalah. Humor adalah salah satu perwujudan kecerdasan emosi yang nyata, walaupun tidak semua humor menunjukkan kecerdasan emosi (Martin, 2006). Ada juga humor yang berbau rasis, humor SARA yang justru menunjukkan

lemahnya kepekaan emosi si empunya. Nilsen (dalam Hasanat, 2002) menekankan bahwa humor yang kita tonton bukanlah humor yang bersifat agresif dan menyalahkan diri karena kedua gaya humor tersebut tidak menunjukkan adanya kecerdasan emosi. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Allport (dalam Schultz, 2005) bahwa salah satu ciri-ciri kepribadian yang sehat yaitu kemampuan untuk mengenal dirinya sendiri secara objektif dan mampu untuk menangkap humor terutama yang berkaitan dengan dirinya sendiri, tetapi humor yang dimaksud bukan humor yang menyangkut seks dan agresi.

Martin (2006) menambahkan bahwa dalam berbagai situasi kehidupan, humor adalah salah satu dari keterampilan dan sikap yang penting. Humor yang baik merangsang peredaran darah, menstabilkan tekanan darah, meningkatkan kadar oksigen pada darah, memperlancar pencernaan, dan memijat organ-organ tubuh yang penting. Humor juga meningkatkan kesenangan seseorang untuk terus hidup, mengurangi stres, dan memperlancar hubungan antar pribadi.

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah yang akan dikaji lebih lanjut dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara *sense of humor* dengan kecerdasan emosi pada remaja?”

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dengan kecerdasan emosi remaja sedangkan manfaat penelitian yang diharapkan adalah :

### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah memperkaya wawasan dalam perkembangan ilmu psikologi terutama penelitian di bidang pendidikan dan perkembangan tentang hubungan antara *sense of humor* dengan kecerdasan emosi pada remaja.

### **2. Manfaat Praktis**

Apabila hipotesis penelitian ini terbukti maka diharapkan dapat menjadi masukan bagi :

- a) Orang tua dan pendidik, diharapkan mampu memberikan keterampilan emosi yang memadai untuk menunjang tumbuh kembang remaja, sehingga remaja mampu menghadapi dan mengatasi berbagai persoalan hidup secara bijak.
- b) Remaja, diharapkan menjadi masukan yang positif sebagai upaya pengembangan diri dalam mengenali, memahami, dan mengelola kecerdasan emosinya sehingga mampu menjalani hidup sesuai dengan tuntutan lingkungan.