

BAB I
PENDAHULUAN
A. Latar Belakang

Setiap manusia akan mengalami fase-fase perkembangan dalam proses kehidupannya. Fase perkembangan manusia meliputi fase anak-anak, fase remaja, dan fase dewasa. Di setiap fase, manusia memiliki tugas perkembangan yang berbeda-beda. Dalam rentang kehidupannya, manusia melewati fase-fase perkembangan dimana setiap fase memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dikuasai dan diselesaikan. Ketika individu berhasil melakukan tugas perkembangan pada fase sebelumnya maka akan menjadi sebuah batu loncatan bagi tugas perkembangan selanjutnya. Namun sebaliknya, jika individu tidak berhasil melakukan tugas perkembangan pada fase sebelumnya, ini akan menjadi sebuah hambatan bagi tugas perkembangan selanjutnya (Ali & Asrori, 2004).

Perkembangan diartikan sebagai perubahan kualitatif yakni proses yang tidak pernah berhenti dan kontinyu atau berkesinambungan. Hal ini merujuk pada perubahan yang bersifat tetap dan tidak dapat diputar kembali (Monks dkk, 2004). Perubahan yang dialami manusia menuju tingkat kedewasaan atau kematangan bisa berlangsung secara sistematis, progresif, dan berkesinambungan baik menyangkut fisik (jasmaniah) maupun psikis (rohaniah) (Jannah, 2015). Proses perubahan manusia ini merupakan integrasi dari berbagai perubahan struktur dan fungsi, karena itu perubahan ini tergantung pada hal-hal yang dialami sebelumnya dan akan mempengaruhi hal-hal yang akan terjadi sesudahnya. Perubahan-

perubahan tersebut tidak lain merupakan hasil dari karya, cipta, dan karsa manusia yang selalu berkembang dan berjalan dengan bergulirnya waktu.

Salah satu fase perkembangan yang terjadi pada manusia adalah fase remaja. Fase remaja merupakan tahap usia yang datang setelah masa kanak-kanak berakhir, yang sering disebut juga sebagai masa pubertas dengan ditandai perubahan-perubahan fisik baik laki-laki maupun perempuan. Perubahan yang terjadi pada masa remaja tidak bisa ditinggalkan dan remaja harus melaluinya sebagai tahapannya. Pertumbuhan cepat yang terjadi pada tubuh remaja baik dari bagian luar maupun bagian dalam membawa akibat yang tidak sedikit terhadap sikap, perilaku, kesehatan, serta kepribadian remaja (Daradjat, 1995).

Istilah *adolesence* atau remaja berasal dari kata latin (*adolescentia*) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (Hurlock, 1980). Menurut Gunarsa dan Gunarsa (1991) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Hal ini dikarenakan remaja tidak termasuk golongan anak, tetapi tidak pula termasuk golongan orang dewasa. Masa transisi ini biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana terjadi juga perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis, maupun secara sosial emosional (Hurlock, 1973). Remaja merupakan suatu periode yang panjang yang semua orang pasti mengalaminya sebagai proses siklus hidup yang tidak bisa dilewati tanpa dijalani, masa remaja inilah yang menjadi tolak ukur menuju masa dewasa.

Masa remaja berlangsung antara 12 tahun sampai 21 tahun. Monks dkk. (2004) menyatakan aspek dalam perkembangan pada masa remaja secara global

meliputi, remaja awal dengan rentang usia 12-15 tahun, kemudian remaja tengah dengan rentang usia 15-18 tahun, selanjutnya remaja akhir dengan rentang usia 18-21 tahun. Masa remaja awal, umumnya individu yang telah memasuki pendidikan dibangku sekolah menengah pertama (SMP), sedangkan masa remaja tengah, individu yang sudah duduk di bangku sekolah menengah atas (SMA). Kemudian, individu yang tergolong remaja akhir, umumnya memasuki dunia perguruan tinggi atau lulus SMA (Thonburg, 1982). Usia remaja, khususnya pada masa pubertas, sesuai dengan peraturan pendidikan yang berlaku, yaitu Peraturan Bersama Antara Menteri Pendidikan Nasional Dan Menteri Agama Nomor 04/VI/PB/2011 dan MA/111/2011, adalah tergolong usia siswa SMP.

Masa remaja awal dianggap sebagai periode badai dan tekanan. Suatu masa saat ketegangan emosi meninggi sebagai akibat perubahan fisik dan kelenjar. Meningginya emosi disebabkan remaja awal sedang berada di bawah tekanan sosial, dan selama masa kanak-kanak remaja awal kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan itu. Tetapi tidak semua remaja awal mengalami masa badai dan tekanan. Sebagian dari remaja awal memang mengalami ketidakstabilan emosi sebagai dampak dari penyesuaian diri terhadap pola perilaku baru dan harapan sosial baru (Walgito, 2003). Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukkan oleh remaja awal misalnya remaja awal di harapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, remaja awal harus lebih mandiri dan tanggung jawab (Santrock, 2002).

Masa remaja awal merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Keadaan ini dapat membentuk pola emosi pada remaja awal.

Pola emosi ini meliputi amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu. Pola emosi pada masa remaja awal sama dengan pola emosi masa kanak-kanak, hanya saja perbedaannya terletak pada macam dan derajat rangsangan yang membangkitkan emosi dan pola pengendalian yang dilakukan individu terhadap emosinya. (Panuju & Umami, 1999). Peningkatan emosi ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja awal. Dari segi kondisi sosial peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja awal berada dalam kondisi baru, yang berbeda dari masa sebelumnya (Santrock, 2002).

Menurut Monks dkk. (2004) menjelaskan bahwa dalam masa ini, remaja awal berusaha untuk melepaskan diri dari orang tua dengan maksud untuk menemukan dirinya dalam membentuk identitas dirinya. Masa remaja awal sering digunakan untuk mencari jati diri atau pola hidup yang sesuai dan sering dilakukan melalui metode coba-coba *trial and error*, walaupun masih banyak kesalahan dan kesalahan yang dilakukan sering menimbulkan kekhawatiran serta menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan bagi para orang tua maupun lingkungan (Fatimah, 2006). Menurut Fauziah dan Agustina (2008) menyebutkan bahwa pada masa peralihan ini, banyak kendala yang akan dihadapi oleh remaja akibat dari berbagai perubahan seperti perubahan fisik, sosial, dan emosional, yang mana semua itu dapat menimbulkan rasa cemas dan ketidaknyamanan. Apabila pada masa remaja tidak memiliki kecerdasan emosi yang baik maka akan terjeruus ke dalam hal-hal negatif yang akan merugikan diri sendiri dan orang lain (Artha & Supriyadi, 2013). Oleh karena itu, memiliki kecerdasan emosi yang baik

sangat diperlukan oleh remaja untuk mengontrol segala pikiran dan tindakan yang dilakukan oleh remaja terhadap diri sendiri maupun lingkungannya.

Menurut Goleman (2000) kecerdasan emosi adalah kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Sedangkan menurut Salovey dan Mayers (dalam Dunn, 2002) kecerdasan emosi adalah kemampuan dalam menggunakan emosi-emosi individu untuk membantu memecahkan masalah-masalah dan menjalani kehidupan secara lebih efektif.

Selanjutnya kecerdasan emosi terbagi kedalam 5 aspek, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan mampu membina hubungan dengan orang lain (Goleman, 2000). Sikap mengenali emosi diri merupakan kemampuan individu yang berfungsi untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu, mencermati perasaan yang muncul. Sikap mengelola emosi merupakan kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang timbul karena kegagalan ketrampilan emosi dasar. Sikap memotivasi diri sendiri merupakan kemampuan untuk mengatur emosi. Hal ini merupakan alat untuk mencapai tujuan dan sangat penting, yaitu untuk memberi perhatian, memotivasi diri sendiri, menguasai diri sendiri, dan untuk berkreasi. Sikap mengenali emosi orang lain merupakan kemampuan ini disebut empati, yaitu kemampuan yang bergantung pada kesadaran emosi diri, kemampuan ini merupakan ketrampilan dasar dalam bersosial. Sedangkan sikap membina hubungan merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain.

Suharsono (2003) mengemukakan tiga hal penting terkait kecerdasan emosi bagi remaja awal. Pertama, kecerdasan emosi menjadi alat untuk membantu pengendalian diri, agar remaja awal tidak terjerumus ke dalam tindakan-tindakan yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Kedua, kecerdasan emosi bisa diimplementasikan sebagai cara yang sangat baik untuk memasarkan atau membesarkan ide, gagasan, konsep atau bahkan produk. Ketiga, kecerdasan emosi merupakan modal penting untuk mengembangkan bakat yang dimiliki, utamanya bakat kepemimpinan dalam bidang apapun.

Menurut Fatimah (2006) menjelaskan bahwa remaja awal memiliki berbagai konflik terkait perkembangan kecerdasan emosinya. Permasalahan ini sering dihadapi oleh remaja awal meliputi kecenderungan bersikap pemurung, berperilaku kasar, kurang percaya diri, kemarahan yang meledak, ketegangan psikologis, cenderung berperilaku tidak toleran terhadap orang lain, mengamati orang lain secara objektif, sering memberontak, keinginan untuk hidup bebas, dan sering melamun untuk memikirkan masa depannya, serta cenderung nakal dan agresif.

Namun, yang perlu diperhatikan dalam hal ini adalah bahwa untuk mengembangkan kecerdasan emosi pada remaja awal bukan suatu perkara yang mudah, karena di masa ini kondisi emosi remaja awal masih sangat labil. Apalagi menurut survey yang dilakukan Goleman (2001), menunjukkan bahwa ada kecenderungan di seluruh dunia, yaitu generasi sekarang lebih banyak mengalami kesulitan emosional dari pada generasi sebelumnya. Remaja awal lebih kesepian

dan pemurung, lebih bringas dan kurang menghargai sopan santun, lebih gugup dan mudah cemas, lebih impulsif dan agresif (Yusuf, 2005).

Beberapa data penelitian menunjukkan hasil yang cukup memprihatinkan. Menurut data proyeksi penduduk tahun 2014, jumlah remaja mencapai sekitar 65 juta jiwa atau 25 persen dari 255 juta jiwa jumlah penduduk (Pertumbuhan Remaja Indonesia 25 persen, 2015). Dengan jumlah sebanyak ini tentunya remaja akan menjadi aset yang sangat berharga bila dapat menunjukkan potensi yang positif. Namun, sebaliknya akan menjadi kerugian bila remaja tersebut menunjukkan perilaku yang negatif seperti kenakalan.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyebutkan dalam waktu kurun 3 tahun, sebanyak 301 peristiwa tawuran pelajar SMP terjadi di Jabodetabek (Selama 3 Tahun, 46 pelajar meninggal, 2015). Dari seluruh peristiwa tersebut, sebanyak 46 siswa meninggal sia-sia. Untuk tahun 2010 tercatat ada 102 kejadian tawuran dengan korban meninggal 17 orang. Sementara tahun 2011 terdapat 96 kasus tawuran dengan jumlah korban meninggal 12 orang. Untuk tahun 2012 terdapat 103 kasus tawuran dengan jumlah korban meninggal sebanyak 17 orang. Aji (2013) memaparkan sepanjang tahun 2013 ini terjadi 112 kasus tawuran dengan jumlah korban meninggal dunia 12 orang. Nopus (2018) menambahkan pada tahun 2014 total kasus tawuran remaja di bidang pendidikan mencapai 24 persen, tahun 2015 menurun jadi 17,9 persen, dan turun lagi di tahun 2016 menjadi 12,9 persen. Listiyarti (2018) mengatakan, pada tahun 2017, angka kasus tawuran remaja mencapai 12,9 persen, kemudian tahun 2018 telah mencapai angka 14 persen. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI)

mencatat kasus tawuran yang terjadi di Indonesia meningkat sebanyak 1,1 persen sepanjang tahun 2018.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti pada bulan November 2019 di beberapa SMP di Gunungkidul, ditemukan berbagai tingkah laku remaja yang diluar dari perilaku normal, misalnya berbicara kasar terhadap temannya, memanggil temannya dengan panggilan kasar dan kotor, membolos sekolah, memilih nongkrong di luar sekolah daripada belajar dikelas, berbicara kotor dan kasar kepada guru. Ada juga siswa yang berbicara kasar terhadap temannya, ada siswa yang mudah terbawa emosi ketika ada yang meledek meskipun dalam konteks bercanda, beberapa siswa ada yang mencari perhatian terhadap teman sebayanya dengan melakukan tindakan merokok di kelas ketika jam kosong, kemudian ada juga yang tiduran di kelas ketika guru belum datang, tindakan ini dianggap peneliti sebagai cara siswa mengenali emosi diri, mengelola emosi, dan membina hubungan. Selain itu, beberapa siswa yang rajin, seperti membaca buku ketika belum ada guru yang masuk kelas, berdiskusi terkait matapelajaran yang akan dibahas, berdiskusi terkait pekerjaan rumah yang diberikan guru, kemudian ada siswa yang belajar sendiri terkait materi.

Sedangkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada bulan November 2019 terhadap 6 siswa SMP di Gunungkidul, menunjukkan bahwa siswa kurang mampu mengenali emosi diri seperti mudah marah dan terpancing emosinya. Selain itu ada juga beberapa siswa yang mampu mengelola emosi dengan cara menghindar ketika ada yang menjahilinya. Kemudian ada juga siswa yang bisa memotivasi dirinya dengan cara tidak mengikuti teman-temannya

untuk berbuat jahil dan berbicara kotor. Ada juga siswa lain yang mampu menjaga dirinya dengan melaporkan kepada guru apabila ada teman atau dirinya yang dijaili. Dan ada beberapa siswa yang membina hubungan dengan siswa-siswa lain selain teman sekelasnya seperti nongkrong bareng di kantin.

Dari hasil observasi dan wawancara di atas dan didukung data penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa remaja awal memiliki kecerdasan emosi yang rendah dan kurang mampu dalam mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan sosial.

Menurut Havighurst (1983) tugas-tugas perkembangan emosi pada remaja awal meliputi remaja awal mampu menjalin hubungan emosional yang lebih matang dengan teman sebaya, mencapai peran sosial sebagai laki-laki maupun perempuan, menerima keadaan fisik baik laki-laki maupun perempuan secara emosional, cenderung mengenali emosinya sendiri ketika sedang marah ataupun sedih, mampu berempati terhadap teman-temannya, mencapai kemandirian emosi dengan orangtua, cenderung mampu membedakan baik dan buruk suatu perilaku atau tindakan, remaja awal mampu mengekspresikan emosi secara cerdas dan mencapai tingkah laku sosial yang bertanggung jawab ketika diberikan peran.

Menurut Arbadiati dan Kurniati (2017) Kecerdasan emosi penting dimiliki oleh setiap individu, khususnya dimiliki oleh remaja awal karena pada masa ini remaja awal tidak mampu untuk mengontrol diri sendiri maka akan mudah untuk terjerumus ke dalam hal-hal negatif yang akan dapat merugikan diri. Apabila aktivitas yang dijalani remaja awal bersama teman-teman sebayanya tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka remaja awal

seringkali meluapkan kelebihan energinya ke arah yang negatif (Ika, 2013). Hal ini dapat terjadi karena lingkungan seringkali tidak sesuai dengan keinginan atau harapan batin para remaja awal, sehingga seseorang akan merasa kecewa akibat ketakseimbangan antara harapan dan kenyataan (Agustian, 2005).

Goleman (2000) menjelaskan bahwa kecerdasan emosi penting untuk diteliti karena keberhasilan seseorang dalam kehidupan tidak hanya ditentukan oleh kecerdasan intelektual saja, tetapi kecerdasan emosi juga memegang peranan penting dalam menentukan kesuksesan hidup seseorang, khususnya bagi para remaja awal.

Menurut Endriani (2011) faktor kecerdasan emosi dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah apa yang ada di dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang sedang terganggu dapat di mungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Sedangkan segi psikologis mencakup didalamnya terdapat pengalaman, perasaan, kemampuan berpikir dan motivasi. Kecerdasan emosi bagian dari psikologis yang dipengaruhi oleh kepribadian individu, selain itu juga dapat dipupuk dan diperkuat di dalam diri melalui kemampuan berpikir individu. Di dalam kemampuan berpikir individu terdapat juga pondasi utama keberhasilan proses pembelajaran, termasuk bagaimana seseorang belajar meningkatkan kecerdasan emosinya yang disebut konsep diri (Gunawan, 2003). Sedangkan faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosional

berlangsung. Faktor eksternal meliputi: 1) Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distorsi dan 2) lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi kecerdasan emosi.

Seperti yang diungkapkan di dalam faktor kecerdasan emosi, bahwa dari segi psikologis mencakup di dalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berpikir dan motivasi. Kecerdasan emosi bagian dari psikologis yang dipengaruhi oleh kepribadian individu, selain itu kecerdasan emosi dapat dipupuk dan diperkuat di dalam kemampuan berpikir individu. Melalui proses pembelajaran remaja awal dapat mencapai keberhasilan dan dapat meningkatkan kecerdasan emosinya (Windayani & Anwar, 2017). Maka dengan demikian, melalui konsep diri remaja awal akan memberikan penilaian terhadap dirinya baik secara positif maupun negatif, karena konsep diri mempunyai peran penting dalam mengendalikan gejala emosi dan tingkah laku pada remaja awal (Djaali, 2017).

Menurut Soewarso (1996) bahwa seseorang yang memiliki gambaran utuh terhadap dirinya secara positif atau konsep diri positif akan memiliki kesadaran penuh untuk mengubah dirinya sendiri menjadi pribadi yang kuat dan tahan dalam menghadapi kesulitan. Orang yang memiliki cara pandang positif terhadap dirinya sendiri akan selalu bersemangat dalam menjalankan kegiatan atau aktivitas yang telah diputuskan menjadi bagian dalam hidupnya (Cahaya, dalam Istarani, 2011). Berdasarkan pernyataan diatas maka peneliti memilih konsep diri sebagai variabel bebas karena konsep diri mempengaruhi pikiran dan tingkah laku didalam diri maupun di luar diri individu serta dapat mengendalikan gejala emosinya.

Konsep diri adalah suatu gambaran campuran dari apa yang dipikirkan seseorang, pendapat orang lain mengenai dirinya, dan apa yang diinginkan oleh seseorang tersebut (Burns, 1993). Anggrili dan Helfat (dalam Dwija, 2008) mendefinisikan bahwa konsep diri adalah pandangan internal yang dimiliki oleh setiap orang tentang dirinya termasuk penilaian yang bersifat pribadi mengenai berbagai karakteristiknya. Konsep diri merupakan penuntun jalan yang kuat dan faktor yang membedakan antara manusia dari makhluk lainnya.

Burns (1993) menyampaikan bahwa konsep diri mempunyai 3 aspek yaitu aspek diri dasar, diri sosial, dan diri ideal. Aspek diri dasar merupakan pandangan individu terhadap status, peranan, dan kemampuan dirinya. Kemudian aspek diri social merupakan diri sebagaimana yang diyakini individu dan orang lain yang melihat dan mengevaluasi. Sedangkan Aspek diri ideal merupakan seperangkat gambaran mengenai aspirasi dan apa yang diharapkan oleh individu, sebagian berupa keinginan dan sebagian lagi berupa keharusan.

Munawaroh (2012) menyampaikan konsep diri merupakan suatu mekanisme yang dapat mengatur perilaku manusia berupa kekuatan internal pribadi yang mendasar bagi individu. Seseorang yang memiliki konsep diri akan berpengaruh pada perilakunya dalam setiap aktivitas sehari-hari. Konsep diri akan membuat seseorang menjadi kreatif, ekspresif dan percaya diri (Mu'amanah, 2005). Konsep diri ini akan melahirkan semangat dan keyakinan yang tercermin dalam aktivitasnya. Terjaganya konsep diri dalam diri seseorang akan terbentuk menjadi pribadi yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi. Sehingga dengan kecerdasan emosi tersebut seseorang mampu melakukan aktivitas dengan efektif.

Selain itu menurut Sunaryo (2004) konsep diri diartikan juga sebagai cara individu dalam melihat pribadinya secara utuh, menyangkut fisik, emosi, intelektual, sosial, dan spiritual. Apabila Konsep diri dan kecerdasan emosi positif maka pribadi remaja tersebut juga akan positif. Remaja akan mampu mengendalikan gejala negatif pada masa remajanya, kemudian mampu mengendalikan diri, bersikap sopan, dan mau belajar dengan sungguh-sungguh ketika di sekolah (Apfani dkk., 2016).

Remaja yang memiliki konsep diri positif, akan sanggup mengaku kepada orang lain bahwa remaja mampu merasakan berbagai dorongan dan keinginan, dari perasaan marah sampai cinta, dari sedih sampai bahagia, dari perasaan kekecewaan yang mendalam sampai kepuasan yang mendalam pula, dengan kata lain, remaja tersebut mampu mengenali emosinya dengan baik, sehingga dapat dikatakan remaja tersebut memiliki kecerdasan emosi yang baik (Hamachek, dalam Rakhmat, 2001). Dengan demikian remaja yang memiliki konsep diri positif akan memiliki kecerdasan emosi yang tinggi. Sebaliknya apabila remaja memiliki konsep diri negatif maka kecerdasan emosi cenderung rendah.

Sehubungan dengan latarbelakang yang peneliti jelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah Ada Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kecerdasan Emosi pada Remaja Awal ?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecerdasan Emosi pada Remaja Awal.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Sebagai sebuah karya ilmiah, maka hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam mengembangkan ilmu psikologi khususnya di bidang Psikologi Pendidikan dan Perkembangan.

b. Manfaat Praktis

Jika hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, maka dapat digunakan sebagai bahan acuan khususnya bagi para remaja awal.

