

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Remaja merupakan generasi yang akan menjadi penerus bangsa di masa yang akan datang (Basaria, 2019). Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, maupun psikososial (Santrock, 2012). Menurut Santrock (2012), masa remaja akhir (*late adolescence*) pada rentang usia 18–22 tahun merupakan fase transisi yang menandai berakhirnya masa remaja dan dimulainya masa dewasa awal (*early adulthood*). Pada rentang usia ini, individu mulai menghadapi tantangan peran baru, seperti pengambilan keputusan karir, kemandirian finansial dan sosial, serta pembentukan hubungan interpersonal yang lebih matang (Santrock, 2016).

Ketidakmampuan remaja akhir dalam mengelola stresor transisi ini berpotensi memicu timbulnya permasalahan kesehatan mental maupun kendala psikososial (Aloysius & Salvia, 2021). Oleh karena itu, kecerdasan emosional menjadi salah satu aspek psikologis kunci bagi remaja akhir. Kecerdasan emosional berperan penting dalam membantu individu mengelola emosi (*regulasi emosi*), berempati, serta menimbang risiko secara rasional dalam menyelesaikan masalah transisi kedewasaan (Goleman, 1995; Santrock, 2003).

Secara teoritis, Goleman (2023) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan dasar yang memengaruhi kecakapan individu dalam berpikir

dan bertindak, yang mencakup lima dimensi: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan membina hubungan sosial. Selain itu, Mayer, Salovey, Sitarenios, dan Caruso (2001) serta Suwatno (2019) mengartikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengidentifikasi serta mengolah informasi emosional untuk mengarahkan pikiran dan perilaku secara tepat.

Idealnya, remaja akhir diharapkan memiliki kecerdasan emosional yang memadai guna mencapai kemandirian emosional (Hurlock, 1999; Basaria, 2019). Penguasaan emosi yang baik memungkinkan remaja akhir untuk menahan impuls negatif, bertahan dari frustrasi, serta terhindar dari penyimpangan perilaku seperti kenakalan remaja (Yunia, Liyanovitasari, & Sapparwati, 2019). Sebaliknya, kendala dalam regulasi emosi sering kali memicu hambatan dalam interaksi sosial dan pengambilan keputusan (Basaria, 2019).

Dinamika kecerdasan emosional pada populasi remaja akhir (18–22 tahun) di lapangan masih menunjukkan berbagai tantangan empiris. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Julika dan Setiyawati (2019) terhadap 210 mahasiswa yang berada pada rentang usia remaja akhir, ditemukan bahwa 48,6% responden masih berada pada kategori kecerdasan emosional sedang dan 14,8% berada pada kategori rendah. Sebagian besar responden melaporkan kesulitan dalam mengelola kecemasan akademik serta mempertahankan kestabilan emosi saat menghadapi tekanan transisi perkuliahan. Hal ini diperkuat oleh temuan Yunalia, Ayani, Suharto, dan Susilowati (2021) pada populasi remaja akhir tingkat pertama (18–20 tahun), yang menunjukkan bahwa mayoritas subjek (58,3%) memiliki tingkat

kecerdasan emosional pada kategori sedang menuju rendah, di mana ketidakmampuan regulasi emosi tersebut berkaitan langsung dengan tingginya tingkat stres akademik dan hambatan penyesuaian diri.

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih spesifik pada calon subjek penelitian, peneliti melakukan wawancara awal pada tanggal 11 Mei 2024 terhadap 11 orang remaja akhir berusia 18–22 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Wawancara dilakukan secara tatap muka dengan pedoman pertanyaan terstruktur yang menyorot indikator lima dimensi kecerdasan emosional menurut Goleman (2023). Hasil pencatatan dan analisis deskriptif terhadap jawaban wawancara menunjukkan adanya indikasi fenomena hambatan kecerdasan emosional pada subjek. Mengenali emosi diri: Sebanyak 6 dari 11 remaja akhir mengaku masih kesulitan mengidentifikasi dan menamai emosi spesifik yang dirasakan saat konflik terjadi. Mengelola emosi: Sebanyak 8 dari 11 remaja akhir menyatakan sering kehilangan kontrol emosi saat menghadapi tekanan tinggi. Memotivasi diri sendiri: Sebanyak 8 dari 11 remaja akhir merasa mudah putus asa dan sulit membangkitkan semangat diri ketika mengalami kegagalan. Mengenali emosi orang lain: Sebanyak 6 dari 11 remaja akhir kerap salah mengartikan respon atau perasaan orang lain. Membina hubungan: Sebanyak 8 dari 11 remaja akhir mengalami kesulitan menjaga komunikasi yang harmonis.

Berdasarkan temuan awal ini, terindikasi bahwa sebagian remaja akhir masih mengalami kendala dalam mengaktualisasikan dimensi-dimensi kecerdasan emosional secara optimal.

Salah satu faktor eksternal yang diduga berkaitan erat dengan perkembangan kecerdasan emosional adalah faktor keluarga (Khasanah dalam Kusyanti & Soetjiningsih, 2022). Kehidupan keluarga merupakan lingkungan primer tempat individu pertama kali mempelajari emosi (Goleman, 2023). Dalam penelitian ini, variabel keluarga difokuskan pada dukungan sosial keluarga, yaitu bagaimana remaja akhir menilai bantuan, perhatian, serta penerimaan yang diberikan oleh keluarga inti remaja akhir (Friedman, 2013). Dukungan sosial keluarga mencakup empat aspek: dukungan emosional, penilaian, instrumental, dan informasional. Ketersediaan dukungan keluarga yang adekuat diduga menjadi landasan bagi remaja untuk mengembangkan kestabilan emosi (Rahmayanti & Rahmawati, 2018; Simamora & Marbun, 2022).

Penelitian mengenai hubungan antara dukungan keluarga dan kecerdasan emosional pada dasarnya telah banyak dilakukan oleh para peneliti sebelumnya, salah satunya pada siswa SMA di Kota Bandung (Yuniar & Darmawati, 2017). Namun, penelitian-penelitian terdahulu umumnya berfokus pada populasi remaja awal hingga pertengahan (usia sekolah menengah) yang masih memiliki tingkat ketergantungan domisili dan finansial yang sangat tinggi terhadap orang tua. Masih terbatas studi korelasional yang secara spesifik meneliti populasi remaja akhir (usia 18–22 tahun)—seperti mahasiswa atau pekerja muda—yang secara psikologis berada pada fase transisi menuju kedewasaan (*emerging adulthood*) dan mulai dituntut memiliki kemandirian emosional serta sosial (Arnett, 2014; Santrock, 2019).

Oleh karena itu, kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini terletak pada

penekanan fokus variabel dan populasi, yaitu menguji hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecerdasan emosional secara spesifik pada populasi remaja akhir (18–22 tahun). Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan empiris (*empirical gap*) mengenai sejauh mana keterlibatan dukungan sosial keluarga tetap memiliki keterkaitan penting dengan kecerdasan emosional individu pada fase transisi menuju kemandirian dewasa.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecerdasan emosional pada remaja akhir?"

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecerdasan emosional pada remaja akhir (usia 18–22 tahun).

2. Manfaat

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya Psikologi Perkembangan dan Psikologi Keluarga, serta memperkaya literatur dan bukti empiris mengenai hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecerdasan emosional pada populasi remaja akhir.

b. Manfaat Praktis

Bagi Remaja Akhir

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber literasi dan bahan refleksi

diri awal bagi remaja akhir dalam memahami pentingnya pengelolaan kecerdasan emosional.

Bagi Keluarga

Hasil studi ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua dan keluarga dalam memahami pentingnya pemberian dukungan psikologis untuk perkembangan emosional anak.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi ini diharapkan dapat memperluas wawasan ilmiah serta berfungsi sebagai data referensi atau pijakan sekunder bagi pelaksanaan penelitian-penelitian di masa mendatang yang mengangkat tema relevan.