

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa sehingga pada masa remaja ini seseorang tidak bisa lagi disebut sebagai anak-anak namun juga belum bisa disebut dewasa. Dalam masa remaja ini terjadi berbagai perubahan dalam diri anak tersebut seperti perubahan dari segi fisik, segi kognitif dan segi sosioemosional (Santrock, 2014). Dalam masa remaja ini terdiri dari tiga fase yaitu fase remaja awal berusia 11-14 tahun, fase remaja madya berusia 15-17 tahun dan fase remaja akhir berusia 18-21 tahun (Santrock, 2014).

Dalam memasuki masa remaja, seseorang akan merasakan keinginan untuk mencoba berbagai kegiatan baru, mengasah minat dan bakat yang dimiliki dan membangun relasi dengan orang atau komunitas di sekitarnya. Periode remaja juga ditandai dengan gejala ketidakstabilan dan ketidakseimbangan emosi yang disebut juga *storm dan stress*, sehingga banyak tuntutan yang hadir dalam fase remaja ini (Ananda dan Sawitka, 2022). Dari fenomena tersebut menyebabkan remaja menjadi mudah dipengaruhi oleh keadaan yang terjadi di lingkungannya. Dari hal tersebut, pada masa ini, seorang anak perlu mendapatkan pengawasan serta perhatian khusus dari orang terdekatnya yaitu kedua orang tua.

Pada saat memasuki remaja akhir, seseorang akan mulai belajar mengenai peran orang dewasa sehingga muncul keinginan untuk belajar mandiri dan diterima di lingkungan sosialnya (Hurlock, 1997). Selain itu, perlahan aspek fisik dan psikis mulai tumbuh secara stabil. Pada fase ini juga pola pikir mulai berkembang ke arah yang realistis sehingga dapat melihat suatu permasalahan tidak hanya satu sudut pandang saja, namun juga beragam sudut pandang. Ketenangan diri juga perlahan mulai tumbuh dan terbentuk sehingga lebih mampu mengendalikan emosi yang hadir dalam dirinya.

Remaja yang mempunyai kemampuan ketenangan diri yang baik, cenderung dapat mengendalikan emosi yang ada di dalam dirinya sebelum bertindak

lebih jauh. Oleh sebab itu, mereka menjadi tidak mudah terpengaruh oleh keadaan yang terjadi di lingkungan sekitarnya. Hal ini berkaitan dengan kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi berarti individu dapat memahami dan mengendalikan emosinya, kemudian mengungkapkannya secara tepat dan efektif dalam situasi tertentu. Misalnya saat seseorang sedang marah dapat mengontrol emosinya dan mengungkapkan emosi tersebut saat kondisi yang sesuai selain itu seseorang dapat memotivasi dirinya saat mengalami situasi yang terpuruk dan mencari jalan keluarnya dan bangkit kembali atas kesulitan yang dialaminya. Remaja yang memiliki kecerdasan emosional kurang baik ditandainya dengan perilaku yang tidak menyadari emosi yang hadir dalam dirinya, sulit mengontrol emosi saat sedang marah dan mudah menyerah saat menghadapi kesulitan (Ananda & Satwika 2022). Hal ini bisa menjadi penyebab remaja mudah terpengaruh oleh perbuatan negatif dan kesulitan dalam bergaul. Manusia memerlukan kecerdasan emosional dalam dirinya untuk mencapai kesuksesan dalam berbagai elemen kehidupan seperti karier, pekerjaan, pendidikan maupun kegiatan sosialnya. Jika remaja memiliki kecerdasan emosional yang baik, maka mereka mampu untuk mengontrol emosi yang ada dalam dirinya, mampu menanggulangi situasi sulit yang membuat mereka tertekan serta mampu untuk bersosialisasi dengan orang lain disekitarnya. Hal tersebut dapat bermanfaat dalam proses perkembangan mereka, contohnya pembentukan identitas diri dan kemampuan mencapai kemandirian. Bertentangan dengan hal tersebut remaja dengan kecerdasan emosional yang kurang baik akan merasakan kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan pada tugas perkembangannya sehingga mengakibatkan remaja mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan sosialnya (Yunia et al., 2019).

Menurut Goleman (2000) kecerdasan emosional (*Emotional intelligence*) adalah kemampuan individu untuk mengelola emosi dalam dirinya dengan intelegensi (*to manage our emotional life with intelligence*), menjaga keselarasan emosi dan pengungkapkannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Menurut Goleman (2000) kecerdasan emosional terdiri dari berbagai aspek seperti mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain serta membina hubungan. Hasil akhir dari

*emotional intelligence* adalah dengan melihat dari keseluruhan aspek tersebut yang paling menonjol dalam diri individu. Umumnya berbentuk daftar pertanyaan dengan skala pilihan jawaban yang lebih singkat. Misalnya saat seseorang gagal dalam mencapai sebuah kompetisi yang sudah ia tekuni dan berlatih dengan sungguh sungguh. Maka ia tidak merasa gagal dan akan terus berusaha memperbaiki kesalahannya dan mempersiapkan diri pada kompetisi selanjutnya. Dari contoh tersebut, aspek dalam kecerdasan emosi yang menonjol adalah memahami dan mengontrol emosi diri. Hal ini berbeda dengan *Emotional Quotient* yang sering difokuskan untuk mengukur kemampuan pengetahuan emosi seseorang. Hasil akhir dari emotional quotient adalah skor mutlak berupa angka, umumnya tersaji dalam bentuk tes formal yang berisi beberapa pernyataan dan individu memilih beberapa pernyataan yang sesuai dengan pemahaman dirinya.

Salah satu dampak dari permasalahan emosi yang terjadi dalam fase remaja adalah fenomena kenakalan remaja, seperti berkelahi dengan teman, membolos sekolah, tidak menaati tata tertib dan melanggar peraturan lalu lintas dan yang paling banyak terjadi pada fase remaja adalah tawuran. Menurut DPRD DKI Jakarta, kenakalan remaja yang terjadi di wilayah DKI Jakarta sudah masuk ke tingkat criminal (detik.com). Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh KPAI pada tahun 2018 terjadi kenaikan angka tawuran yang dilakukan oleh remaja sebesar 1,1 %, tahun 2017 angka tawuran sebesar 12,9 % sedangkan tahun 2018 sebesar 14 %. Hal ini menunjukkan bahwa tawuran antar pelajar masih sering terjadi di wilayah DKI Jakarta. Pada tahun 2018 KPAI mencatat dua tahun terakhir ada sekitar 202 anak berhadapan dengan hukum akibat tindakan tawuran. Menurut Komisioner KPAI, diperkirakan sekitar 74 kasus dari 202 kasus anak berhadapan dengan hukum dikenakan pasal kepemilikan senjata tajam (KPAI, 2018). Perilaku tawuran merupakan fenomena yang sering terjadi dan diperkuat oleh rasa solidaritas sehingga mereka melakukan pembalasan walaupun penyebabnya hanya masalah pribadi (Basri, 2015). Tawuran terjadi diawali karena saling ejek antar kelompok kemudian menimbulkan rasa ingin balas dendam, lalu saling menyerang dan berakhir menggunakan senjata tajam. Tindakan tersebut menimbulkan dampak kerusakan pemukiman penduduk dan fasilitas umum bahkan menimbulkan korban jiwa. Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2011) telah terjadi 340 ksus

tawuran pelajar dan mengakibatkan 82 korban jiwa. Fenomena tersebut merupakan salah satu contoh tindakan yang dilakukan secara tergesa gesa sehingga tidak memikirkan dampak kedepannya. Hal itu disebabkan keadaan untuk mengontrol emosi dalam diri remaja yang masih cenderung sulit untuk dilakukan sehingga mudah terpengaruh dengan lingkungannya dan terburu buru untuk mengambil keputusan melakukan perbuatan yang tidak baik seperti tawuran.

Namun, terdapat juga kejadian yang berdampak positif yang sering dilakukan oleh kalangan remaja. Salah satunya adalah bentuk kegiatan sosial berupa penggalangan bantuan untuk para korban bencana alam. Dari fenomena tersebut menunjukkan bahwa remaja masih memiliki rasa kepedulian terhadap orang lain yang sedang tertimpa musibah. Contoh lainnya adalah sering dijumpai dalam transportasi publik anak muda memilih untuk memberikan tempat duduk kepada orang yang lebih tua. Dalam fenomena tersebut, aspek kecerdasan emosi yang tergambar adalah mengenai aspek memahami emosi diri sendiri dan memahami emosi orang lain. Individu merasakan kepedulian saat orang lain membutuhkan bantuan. Contoh lainnya adalah kemampuan bersosialisasi. Saat memasuki masa remaja akhir, seseorang akan mulai untuk memperluas pertemanannya, hal ini berkaitan aspek kecerdasan emosional yaitu *social skill*. Kemampuan bersosialisasi adalah hubungan antara dua individu atau lebih yang ditandai dengan kemampuan beradaptasi dan proses pembentukan individu untuk belajar menyesuaikan diri, bagaimana cara hidup dan berpikir agar dapat berperan serta berfungsi dalam kelompoknya. Contoh lainnya dari kecerdasan emosional yaitu aspek dari memotivasi diri sendiri adalah saat seseorang tidak mudah menyerah atas kegagalan yang dihadapinya, akan tetapi ia bisa mengambil sebuah pelajaran dari hal tersebut untuk mencoba pada kesempatan selanjutnya.

Pengelolaan emosi dalam diri remaja masih cenderung tidak stabil karena pada fase ini, terjadi pergejolan emosi yang disebabkan faktor hormonal karena perkembangan fisik yang berubah. Pada laki-laki, emosi dipengaruhi oleh hormon progesteron. Pada wanita, emosi dipengaruhi oleh hormon estrogen sebab hormon tersebut menimbulkan stimulasi pada tubuh dan sistem otak sehingga berpengaruh pada perasaan serta tindakan seorang remaja ([yankes.kemendes.go.id](http://yankes.kemendes.go.id)). Oleh karena itu remaja sering tidak mengerti semua yang dirasakannya dan menyebabkan

kebingungan serta perasaan tidak nyaman dengan apa yang terjadi dengan kondisi yang dihadapinya. Kecerdasan emosional tidak bersifat menetap dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan (Nauli, 2015). Setiap individu memiliki kelemahan dan kelebihan masing masing dalam hal kecerdasan emosi. Misalnya jika individu memiliki kemampuan memahami dan mengontrol emosinya dengan baik, maka belum tentu baik dalam hal kemampuan bersosial. Ada juga individu yang memiliki rasa empati yang tinggi, namun ia kurang dalam hal menangani permasalahannya sendiri.

Aspek kecerdasan emosi yang dicetuskan oleh Daniel Goleman terdiri dari lima komponen yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, memahami emosi orang lain dan membina hubungan (Goleman, 2000). Mengenali emosi diri memiliki arti bahwa seseorang memahami emosi yang hadir dalam dirinya dan mengetahui penyebab datangnya emosi tersebut. Emosi yang diartikan disini bukan hanya emosi negatif seperti marah dan kecewa tetapi juga emosi positif seperti kegembiraan. Mengenali emosi merupakan sebuah poin utama dari kecerdasan emosional, sebab jika seseorang dapat mengenali emosi yang ada dalam dirinya, maka ia akan bisa menentukan arah kehidupannya secara matang (Ananda & Suwitka, 2022). Misalnya seperti pengambilan keputusan mengenai masa depannya misalnya keputusan untuk menjalani karir yang akan diambil. Mengelola emosi berarti kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dirinya. Kurangnya kemampuan individu dalam mengelola emosinya ditandai dengan mudah terpancing oleh situasi sulit dan terbawa oleh emosi orang lain, padahal ia belum mengerti kondisi yang terjadi secara lebih mendalam. Sedangkan individu yang memiliki pengelolaan emosi yang baik ditandai dengan dapat memahami kondisi yang terjadi sebelum bertindak lebih jauh. Memotivasi diri sendiri berarti individu dapat bangkit dari situasi tertekan yang dialaminya untuk mencapai tujuan yang sudah direncanakan. Memahami emosi orang lain berarti empati, artinya saat terjadi suatu permasalahan, seseorang dapat melihat dan merasakan emosi dari berbagai perspektif untuk menguraikan kejadian tersebut, bukan hanya dari satu sudut pandang saja. Membina hubungan atau kemampuan sosial adalah kemampuan individu untuk bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan barunya.

Terdapat dua faktor yang memengaruhi kecerdasan emosional seseorang yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Setyawan & Simbolon, 2018) Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu dalam hal memahami dan mengelola emosinya agar tidak merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Faktor eksternal adalah faktor yang bersumber dari luar diri individu. Faktor eksternal berperan dalam mempengaruhi individu dan membantu untuk mengenali emosi orang lain. Faktor eksternal terdiri dari keluarga dan non keluarga. Faktor dari keluarga terdiri dari ayah, ibu dan saudara kandung. Sementara faktor non keluarga berasal dari individu yang berinteraksi secara langsung dengan diri remaja tersebut. Keluarga merupakan tempat sosialisasi pertama bagi seorang anak, maka dari itu kehadiran keluarga sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Peranan terpenting dalam kehidupan remaja adalah orangtua (Santrock, 2014). Orangtua menjadi figur utama dalam pembentukan kecerdasan emosional remaja karena orangtua bertugas mendampingi dan mendidik untuk menjadi seseorang yang sejalan dengan prinsip dan norma yang berlaku dalam masyarakat. Oleh karena itu, kelekatan orangtua dan anak merupakan hal yang harus dibangun sejak dini karena pengalaman emosional tersebut akan tertanam oleh anak sampai dewasa.

Kelekatan adalah kecenderungan manusia untuk memperoleh rasa nyaman kepada orang lain (Bowlby, 2016). Kelekatan merupakan ikatan emosional yang dibangun melalui interaksi dengan orang yang berperan penting dalam hidupnya, dalam hal ini adalah orang tua. Kelekatan merupakan wujud kasih sayang dan menimbulkan dampak aman (Utami & pratiwi, 2021). Sedangkan menurut Ainsworth (1970) kelekatan adalah ikatan emosional antar individu yang dibangun sepanjang waktu dan bertambah pada hubungan yang erat.

Kelekatan dibentuk berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan oleh Armsden dan Greenberg (2009), yaitu komunikasi, kepercayaan dan keterasingan. Komunikasi merupakan poin utama dalam hal membangun kelekatan karena komunikasi merupakan upaya pengungkapan emosi yang dilakukan remaja kepada figur yang dipercayainya dalam hal ini adalah orangtua. Kepercayaan merupakan

pondasi yang perlu dibangun sedini mungkin dan perlu dikembangkan seiring berjalannya waktu, jika seorang anak memiliki rasa kepercayaan kepada orangtuanya, maka ia tidak akan ragu untuk menceritakan mengenai permasalahan yang sedang dialaminya dan keterasingan merupakan keadaan remaja untuk melepaskan diri dari hubungan kelekatan dengan orang tuanya. Kelekatan menjadi unsur penting dalam perkembangan emosi, sosial dan kognisi pada anak (Yolanda dkk, 2018). Untuk mendapatkan kelekatan yang baik, hal ini perlu dibangun sejak dini. Jika hal ini dapat terus dipertahankan sampai anak mulai beranjak dewasa, maka anak akan percaya kepada orangtua sebagai figur yang akan mendampingi saat menghadapi situasi sulit (Ananda & Satwika, 2022). Selanjutnya untuk membangun kelekatan yang baik juga diperlukan komunikasi secara dua arah antara orangtua dan anak. Hal ini diperlukan untuk dapat mendengarkan dan memahami kebutuhan serta keinginan tentang hal yang perlu didiskusikan untuk kemudian diwujudkan. Jika seorang anak tidak mendapatkan kelekatan dari orangtuanya, maka ia akan cenderung mulai melepaskan diri dari hubungan orangtuanya. Aspek terakhir dari kelekatan adalah keterasingan atau pengabaian. Pengabaian yang dilakukan oleh orang tua kepada anak akan menimbulkan kondisi emosional serta penyesuaian sosial yang buruk (Ananda & Satwika, 2022). Sedangkan kelekatan yang baik akan berdampak kepada kondisi emosional serta penyesuaian sosial yang baik, hal tersebut juga akan membuat remaja memiliki hubungan yang nyaman dengan teman dan keluarga serta berkurangnya perilaku agresif.

Bowlby dan Ainsworth (Santrok, 2016) membagi kelekatan menjadi dua tipe yaitu *secure attachment* dan *Insecure Attachment*. *Secure Attachment* melibatkan hubungan emosional yang positif antara dua pihak. Dalam hal ini, ikatan antara remaja dengan orang tua yang baik akan membuat remaja merasa percaya jika mereka mengalami situasi yang sulit dan menakutkan, orang tua akan ada untuk memberikan perlindungan dan arahan untuk diri mereka. Oleh sebab itu, peran orang tua dalam masa remaja sangat penting. *Secure Attachment* menjadi hal penting dalam perkembangan psikologis pada anak. Sedangkan *insecure attachment* merupakan hubungan yang terjadi saat anak menarik diri dan menunjukkan penolakan terhadap pengasuhan mereka.

Kelekatan orang tua dan remaja merupakan hal yang penting karena dapat memberikan dampak positif untuk pembentukan kecerdasan emosional remaja. Remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang baik sehingga dapat menerapkan tujuan sosialisasi orang tua dan nilai keluarga di lingkungan pergaulannya (Santrock, 2016). Selain itu kelekatan yang baik antara orangtua dan remaja juga memberi manfaat untuk membangun rasa percaya diri pada remaja serta menumbuhkan keyakinan bahwa diri mereka juga berharga.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, kelekatan orang tua berkaitan dengan kecerdasan emosional pada remaja. Karena, remaja merupakan fase peralihan menuju masa dewasa. Pada fase ini terdapat beberapa tugas perkembangan yang harus dijalani oleh individu salah satu yang paling menonjol adalah perkembangan emosional yang sering berubah secara drastis. Oleh karena itu, terdapat fenomena yang berupa tindakan negatif akibat perkembangan emosional yang dikelola secara minimal. Oleh karena itu diperlukan pengembangan dan pengelolaan kecerdasan emosional yang baik untuk meminimalisir bahkan mencegah supaya hal tersebut tidak terjadi. Keluarga merupakan peran penting dalam pembentukan kecerdasan emosional bagi remaja. Karena keluarga adalah tempat pertama bagi seorang anak untuk belajar segala hal dalam kehidupan. Oleh karena itu, kelekatan orang tua menjadi faktor awal sebagai pembentukan kecerdasan emosional bagi remaja.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Gian Damara dan Yolivia Irna Aviani (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kelekatan orang tua dengan kecerdasan emosi pada siswa SMA di Bukittinggi. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Melinda Devita Utami dan Rezky Graha Pratiwi (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kelekatan orang tua dengan kecerdasan emosi pada remaja SMA IBA Palembang. Semakin tinggi kelekatan orang tua semakin tinggi kelekatan emosional. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Shintia dan Yohana (2022) menunjukkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan orangtua dengan kecerdasan emosional pada remaja. Dengan koefisien korelasi sebesar 33%. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Popi Aviati, Nurul Adiningtyas dan Rahmah (2018) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola kelekatan dengan kecerdasan emosi remaja dengan nilai signifikansi  $0,310 > 0,05$ .



Dapat disimpulkan bahwa kelekatan orangtua berhubungan positif terhadap kecerdasan emosional pada remaja. Namun penelitian terdahulu hanya membahas pada populasi remaja secara umum dan remaja awal. Saat ini, peneliti berfokus mengambil sampel pada fase remaja akhir. Karena pada fase ini, individu tersebut sudah mulai mengurangi intensitas berinteraksi dengan orangtua dan lebih mengutamakan pertemanan dan mempersiapkan karir dimasa depan.

Berdasarkan penjelasan tersebut, sosok orang tua memiliki peranan penting dalam pembentukan emosi remaja. Dalam memasuki masa remaja, kebutuhan untuk dapat melakukan penyesuaian emosi sangat diperlukan untuk menjalani kehidupan sehingga dibutuhkan kecerdasan emosi dalam diri remaja. Maka penelitian ini berfokus pada “Pengaruh kelekatan orang tua terhadap kecerdasan emosional pada remaja akhir di Jabodetabek”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan penjelasan mengenai fenomena tersebut, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

- Bagaimana gambaran kecerdasan emosional pada masa remaja?
- Bagaimana peran orang tua dalam mendampingi anak pada fase remaja?
- Apakah terdapat pengaruh kelekatan orangtua terhadap kecerdasan emosional pada remaja akhir di Jabodetabek?

## **1.3 Batasan Masalah**

Pada penelitian ini hanya berfokus untuk membahas pengaruh kelekatan orangtua terhadap kecerdasan emosional pada remaja di Jabodetabek yang berusia 17-22 tahun dan masih memiliki kedua orangtua yang lengkap yaitu ayah dan ibu, dan tinggal di wilayah jabodetabek.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh kelekatan orang tua terhadap kecerdasan emosional pada remaja akhir di wilayah Jabodetabek?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kelekatan orang tua terhadap kecerdasan emosional pada remaja akhir di wilayah Jabodetabek

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

##### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

- Menambah wawasan dan pengetahuan baru mengenai bidang keilmuan psikologi
- Memberikan sumbangan referensi baru terhadap pengembangan ilmu psikologi khususnya dalam variabel kelekatan orang tua dan kecerdasan emosional
- Dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian di masa mendatang

##### **1.6.2 Manfaat Praktis**

- Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah informasi maupun wawasan mengenai kelekatan orang tua dan kecerdasan emosional pada remaja. Sehingga dapat menjadi alternatif solusi bagi para orang tua untuk membangun kelekatan yang utuh kepada anak untuk mengembangkan kecerdasan emosinya
- Menjadi bahan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya dengan topic pembahasan yang serupa seperti variabel, jenis penelitian, lokasi maupun karakteristik subjeknya.