

Studi Deskriptif Mengenai *Emotional Intelligence* Pada Siswa dan Siswi SMA Negeri X yang Berpacaran

Muhamad Chandika Andintyas

Dibimbing oleh : Esti Wungu S.Psi., M.Ed

ABSTRAK

Emotional Intelligence adalah kemampuan seseorang untuk menyadari perasaan dirinya dan orang lain, memotivasi diri sendiri dan kemampuan untuk mengelola emosi dan perasaan sendiri dan berelasi dengan lingkungan sekitar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran mengenai *emotional intelligence* pada siswa dan siswi SMA Negeri X yang berpacaran. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kuantitatif. Untuk pengambilan sample menggunakan teknik *simple random sampling*. Jumlah sample sebanyak 60 responden. Alat Ukur yang digunakan adalah *Emotional Intelligence* dimana diadaptasi dan dimodifikasi dari alat ukur yang disusun dalam tesis yang berjudul “Rancangan Pendidikan *Emotional Intelligence* untuk Pasangan yang Akan Menikah” (2011) yang disusun oleh Langgersari Elsari Novianti, S.Psi dengan berlandaskan teori *Emotional Intelligence* oleh Goleman (2006). Dari hasil penelitian ini, didapatkan sebanyak 72 % siswa dan siswi SMA X yang memiliki kemampuan *emotional intelligence* tinggi. Pada penelitian ini, tidak ditemukan siswa dan siswi SMA Negeri X yang memiliki kemampuan *emotional intelligence* rendah.

Kata Kunci : *Emotional Intelligence*, remaja, berpacaran

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah salah satu tahapan perkembangan yang terjadi pada manusia dimana menjadi tahapan yang sangat penting bagi perkembangan manusia kedepannya. Pada masa ini, terjadi perubahan yang dialami manusia dimana terjadi proses perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Perubahan tersebut mencakup beberapa

hal yaitu perubahan dalam hal biologis, psikologis, sosial dan ekonomi (Steinberg, 2014).

Menurut Santrock (2014), terdapat beberapa karakteristik yang terjadi selama masa remaja. Karakteristik remaja yang pertama adalah remaja akan mengalami masa pubertas. Karakteristik kedua adalah masa remaja merupakan masa yang kritis bagi kesehatan. Karakteristik yang ketiga, masa remaja merupakan tahapan dimana

pencarian identitas terjadi. Karakteristik yang keempat adalah remaja akan mulai berfikir abstrak dan idealis. Karakteristik yang kelima adalah emosi yang terjadi pada remaja dapat berubah secara signifikan. Karakteristik keenam merupakan tahapan dimana terjadi pembelajaran dalam hal pengendalian emosi. Karakteristik ketujuh adalah tahapan dimana manusia akan belajar mengenai peran gender. Karakteristik kedelapan adalah remaja akan membutuhkan kelompok teman sebaya dalam menjalani aktivitas sosial. Karakteristik kesembilan adalah remaja tertarik untuk melakukan hubungan *romantic* dengan seseorang yang disukainya

Remaja harus menuntut ilmu untuk menunjang kehidupan dewasanya. Salah satu cara untuk menuntut ilmu adalah dengan mengikuti pendidikan formal. Di Indonesia, jenis jenjang pendidikan formal tercantum pada Undang-undang tentang sistem pendidikan nasional pasal 14. Pada Pasal 14 dijelaskan bahwa jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi.

Jenjang pendidikan formal di Indonesia dimana remaja menuntut ilmu adalah jenjang pendidikan menengah atau Sekolah Menengah Atas. Sekolah Menengah Atas (SMA) memfasilitasi

remaja untuk memperoleh pengetahuan yang lebih kompleks dibandingkan dengan jenjang sebelumnya. Salah satunya adalah SMA Negeri X.

Didalam lingkungan SMA Negeri X, tidak terdapat aturan yang melarang pelajarinya untuk berpacaran. Hal ini menyebabkan banyak siswa dan siswinya yang mempunyai pacar. Dari hasil wawancara, mereka sering mengalami masalah dalam relasi berpacaran yang disebabkan karena tidak mampunya untuk mengontrol emosi dan kurang mengenal emosi dan perasaan pacarnya. Hal ini berkaitan dengan kemampuan *emotional intelligence* nya. *Emotional Intelligence* didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk menyadari perasaan dirinya dan orang lain, memotivasi diri sendiri dan kemampuan untuk mengelola emosi dan perasaan sendiri dan relasi bersama lingkungan sekitar (Goleman, 2006). *Emotional Intelligence* memiliki 5 dimensi yaitu kemampuan untuk mengenal emosi dan perasaannya (*self awareness*), kemampuan untuk mengelola emosi dan perasaannya (*self regulation*), kemampuan untuk memotivasi (*motivation*), kemampuan untuk mengenal emosi dan perasaan orang lain (*empathy*) dan kemampuan untuk berelasi dengan orang lain (*social skills*).

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran

mengenai *emotional intelligence* pada siswa dan siswi SMA Negeri X yang berpacaran.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif. Teknik pendekatan deskriptif adalah teknik yang menyediakan deskripsi atau gambaran akurat mengenai suatu fenomena, kejadian, atau situasi tertentu (Christensen, 2007).

Partisipan

Jumlah partisipan yang mengikuti penelitian ini sebanyak 60 siswa dan siswi yang memiliki pacar. Jumlah ini didapatkan dengan metode *simple random sampling*.

Pengukuran

Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat untuk pengambilan data dimana terdiri atas 193 pernyataan yang merupakan hasil adaptasi dan modifikasi dari alat ukur yang disusun dalam tesis yang berjudul “Rancangan Pendidikan *Emotional Intelligence* untuk Pasangan yang Akan Menikah” (2011) yang disusun oleh Langgersari Elsari Novianti, S.Psi dengan berlandaskan teori *Emotional Intelligence* oleh Goleman (2006). Kemampuan *emotional intelligence* didapatkan dari skor total yang dihasilkan dari kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah responden yang memiliki kemampuan *emotional intelligence* yang tinggi memiliki presentase yang paling besar yaitu 72% (43 responden). Jumlah responden yang memiliki kemampuan *emotional intelligence* yang sedang berjumlah 17 responden atau sebesar 28 %. Dalam penelitian ini juga tidak terdapat hasil yang menggambarkan bahwa responden yang berpacaran memiliki *emotional intelligence* yang rendah atau 0%.

Sebagian besar responden yang memiliki kemampuan *emotional intelligence* tinggi memiliki kemampuan yang tinggi juga pada dimensi-dimensi *emotional intelligence*. Hal ini menunjukkan bahwa responden telah mampu secara konsisten untuk mengenal emosi dan perasaan yang dimiliki oleh diri responden dan pacarnya, mampu untuk mengelola emosi dan perasaannya, mampu untuk memotivasi diri agar menciptakan hubungan yang harmonis dengan pacar dan mampu untuk berinteraksi dengan baik dengan pacarnya.

Responden yang memiliki kemampuan sedang menandakan bahwa belum mampunya responden untuk menunjukkan perilaku yang konsisten dalam mengenal emosi dan perasaan yang dimiliki oleh diri responden dan pacarnya,

mengelola emosi dan perasaannya, memotivasi diri agar menciptakan hubungan yang harmonis dengan pacar dan mampu untuk berinteraksi dengan baik dengan pacarnya. Tidak terdapat responden yang memiliki kemampuan *emotional intelligence* yang rendah.

Daftar Pustaka

- Christensen, Larry B. 2007. *Experimental Methodology 10th Edition*. New York : Pearson Education, Inc.
- Friedenberg, Lisa. 1995. *Psychological Testing: Design, Analysis, and Use*. United Kingdom : Psychology Press.
- Goleman, Daniel. 2006. *Emotional Intelligence : Working With Emotional Intelligence .* New York : Bantam Book
- Kaplan, R. M. & Saccuzzo. 2005. *Psychological testing: Principles, application, and issues 6th ed*. Belmont: Thomson Wadsworth
- Kerlinger, Fred N. 2006. *Asas-asas Penelitian Behavioral Edisi Ketiga*. Yogyakarta : Gajah Mada University Press.
- Novianti, Langgersari Elsari. 2011. *Rancangan Pendidikan Emotional Intelligence untuk Pasangan yang Akan Menikah*. Tesis (tidak diterbitkan). Bandung : Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran
- Santrock, John W. 2014. *Adolescence 15th Edition*. New York : McGraw-Hill Education
- Steinberg, Laurence. 2014. *Adolescence 10th Edition*. New York : McGraw-Hill Education