

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam kehidupan seseorang pasti akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang akan berpengaruh pada dirinya. Perubahan akibat pertumbuhan dan perkembangan tersebut terjadi secara fisik, kognitif, emosi dan sosialnya (Santrock, 2007). Hal ini merupakan akibat dari pergantian masa anak-anak menuju masa dewasa (Batubara, 2010). Dalam buku Monks, dkk., (2006) mengemukakan bahwa masa remaja memiliki beberapa tahapan usia. Remaja awal memiliki rentan usia 12 – 15 tahun, remaja pertengahan dengan usia 15 – 18 tahun dan remaja akhir dengan usia 18 – 21 tahun.

Semasa remaja banyak mengalami berbagai permasalahan yang timbul dan diakibatkan karena faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal yang menjadi pemicu diantaranya remaja mudah merasa cemas, khawatir, bahkan takut sehingga menyebabkan remaja bergantung kepada orang tua. Hal ini akan mengganggu aktivitas remaja dan menghambat kreativitas yang dimiliki. Adapun permasalahan yang dialami secara eksternal yaitu kenakalan remaja yang disebabkan dari lingkungan yang buruk dan minimnya kepedulian dari orang tua, guru, dan masyarakat akan mempengaruhi hidup remaja di masa selanjutnya (Peter, 2015). Hal ini dikarenakan pada usia inilah awal mula remaja akan mengalami perubahan-perubahan emosi yang disebabkan dari perkembangan dalam dirinya.

Emosi merupakan salah satu perkembangan personal, selain itu emosi dapat ditandai dengan adanya perubahan pada fisiologi (Zulaikha & Sureskiarti, 2018). Emosi dapat diekspresikan dengan berbagai macam seperti rasa sedih, malu, marah, takut, penyesalan, cinta dan benci. Proses dalam merespon suatu stimulus pada diri seseorang juga disebut emosi (Mashar, 2015).

Pada masa remaja akan mengalami perubahan-perubahan yang sangat signifikan pada fisik dan emosi (Mu'tadin, 2002). Sehingga semakin banyak perubahan pada fisik yang sulit diraih oleh remaja maka akan semakin tinggi pula emosi remaja (Pieter & Lubis, 2010). Emosi yang dimiliki remaja cenderung masih belum stabil sehingga remaja sulit untuk membedakan hal positif dan negatif. Adapun dampak dari perubahan emosi tersebut akan menyebabkan remaja kesulitan dalam mengontrol emosinya. Akibatnya remaja akan memberontak bahkan melakukan perilaku menyimpang (Lutfiani, dkk., 2018).

Pada penelitian Azmi (2015) permasalahan yang masih banyak terjadi pada remaja yaitu pada sikap dan perilaku menyimpang, seperti bolos sekolah, tawuran, tindakan kriminal, mengonsumsi minuman keras, dan *free sex* (berhubungan badan sebelum menikah). Pada tahun 2016 Kepolisian Unit PPA Samarinda menangani kasus yang berhubungan dengan remaja sebanyak 30 kasus yang ditangani seperti kasus perkelahian, seks bebas, mabuk-mabukan, ngelem, balapan liar, oplosan, narkoba, dan pencurian yang seringkali dilakukan oleh remaja yang ada di kota Samarinda (Bakti, 2017).

Menurut Daradjat, (1994) kebutuhan yang ada dalam diri remaja merupakan penyebab menurunnya keseimbangan emosi pada remaja. Permasalahan yang seringkali terjadi pada remaja yaitu ketika remaja membutuhkan kebebasan dan pengendalian diri. Dalam hal ini remaja membutuhkan kebebasan karena merasa dirinya yang bukan lagi anak-anak dan telah dewasa. Namun, pada sisi lain remaja juga membutuhkan bimbingan dari orang lain yang dapat mengarahkan agar tidak terjadi penyimpangan dalam perilaku. Kematangan emosi pada remaja dapat dilihat ketika remaja mampu mengontrol emosinya, meluapkan emosi dengan cara yang baik, dan mampu berfikir sebelum bertindak. Sehingga emosi akan lebih stabil. Oleh sebab itu, lingkungan memiliki pengaruh yang besar terhadap gejala emosi pada remaja.

Dalam meminimalisir perilaku-perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja dan dapat menyulitkan diri sendiri maka akan lebih baik jika remaja paham dan memiliki kecerdasan emosi (Mu'tadin, 2002). Kecerdasan emosi adalah kemampuan atau keahlian yang dimiliki individu untuk menyusun sebuah perasaan agar tetap berpikir positif serta memberikan rasa bahagia dengan memahami diri sendiri dan lingkungan sekitar, dapat mengontrol emosi, dan dapat menyesuaikan dengan perubahan yang ada dalam diri individu (Putri, 2016). Menurut Uno, (2008) kecerdasan emosi adalah kemampuan yang dapat memberikan dorongan untuk melakukan suatu tindakan dan melakukan pertahanan ketika dalam masalah, tidak berlebihan ketika mendapatkan suatu kebahagiaan, menyusun perasaan hati dan pikiran

agar tidak stres sehingga mampu berpikir positif.

Seorang individu dengan kecerdasan emosi yang tinggi maka ia akan pandai mengontrol dan mengelola emosinya dengan baik. Sehingga ketika individu mampu menyimpan emosinya dengan baik dan tidak meluapkan di depan umum maka kesempatan individu untuk masuk ke dalam lingkungan sosial akan lebih mudah (Karmiana, 2016). Gejolak emosi pada remaja erat kaitannya dengan lingkungan sekitar individu seperti keluarga, guru, teman sebaya, dan masyarakat sekitar. Oleh sebab itu, dibutuhkan bantuan melalui lingkungan sekitar berupa dukungan sosial agar remaja mampu memiliki kecerdasan emosi yang tinggi.

Dukungan sosial adalah hubungan yang terjadi antar personal yang berarti bantuan berupa informasi, perhatian emosional, penghargaan atau aspek lainnya yang membantu individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Barbarossa, dkk., 2021). Macam-macam dukungan sosial tersebut dapat menghasilkan manfaat bagi individu sesuai dengan kebutuhannya. Dukungan sosial didapat melalui orang tua, guru, bahkan teman sebaya (Myers, 2012). Tugas orang tua diperlukan dalam pemberian dukungan sosial sehingga dapat meningkatkan fungsi keluarga dan mengatasi masalah yang dialami oleh remaja.

Melalui dukungan sosial yang artinya bantuan kepada remaja yang sedang mengalami berbagai perubahan pada dirinya baik secara fisik dan emosi akan terarah dengan benar (Aristya & Rahayu, 2018). Penyimpangan atau masalah yang dialami oleh remaja berhubungan dengan lingkungannya. Orang

tua adalah lingkungan yang terdekat dengan seorang anak. Oleh sebab itu, terjadinya perubahan pada remaja harus disertai dengan pengetahuan atau bimbingan dari orang tua.

Adapun dampak yang diperoleh dari dukungan sosial yang tinggi remaja dapat merasakan perhatian, mendapatkan dukungan secara emosi, merasa terbantu secara fisik, mampu mengatasi masalahnya, dan merasa dihargai. Sebaliknya, jika remaja mendapatkan dukungan sosial yang rendah kelak remaja akan merasa kurang diperhatikan, merasa kurang terbantu secara fisik, dan kurang mampu dalam mengatasi masalah yang dihadapi (Hayati, 2017).

Hasil penelitian terdahulu menetapkan bahwasannya dukungan sosial yang diperoleh melalui teman sebaya memiliki intensitas yang tinggi di antara dukungan sosial lainnya yaitu sebesar 56,9% sehingga bisa ditarik kesimpulan bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap subjek berada pada kategori tinggi (Khasanah, 2017). Pada penelitian Aji, dkk., (2022) juga ditemukan hasil berdasarkan analisis persamaan regresi sederhana yang telah dilakukan yaitu dukungan sosial yang diperoleh melalui orang tua memiliki pengaruh yang signifikan dengan kecerdasan emosi pada remaja. Dalam hal ini membuktikan bahwa apabila dukungan sosial orang tua memiliki nilai yang tinggi maka kecerdasan emosi remaja akan tinggi pula.

Oleh sebab itu, adanya dukungan sosial yang diperoleh remaja melalui orang tua, keluarga, guru, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat diharapkan mampu membimbing dan mengarahkan remaja awal dengan benar

sehingga mampu meminimalisir kenakalan-kenakalan pada remaja yang disebabkan oleh ketidakstabilan emosi. Dalam hal ini, peneliti mengambil fokus penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial meliputi orang tua, keluarga, guru, dan teman sebaya terhadap kecerdasan emosi pada remaja yang berdomisili di Samarinda.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah berlandaskan paparan latar belakang, maka peneliti ingin mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap kecerdasan emosi pada remaja di Samarinda ?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin diperoleh peneliti yaitu untuk melihat adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kecerdasan emosi pada remaja di Samarinda.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Sebagai acuan kepada bidang psikologi terutama pada psikologi perkembangan mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap kecerdasan emosi pada remaja di Samarinda.
- b. Sebagai referensi kepada peneliti selanjutnya mengenai dukungan sosial dan kecerdasan emosi remaja di Samarinda.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan pengetahuan mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap kecerdasan emosi pada remaja di Samarinda agar mampu

mengelola emosi dengan adanya dukungan sosial yang diperoleh melalui orang tua, keluarga, guru, dan teman sebaya.

- b. Memberikan informasi kepada remaja pentingnya dukungan sosial terhadap kecerdasan emosi.