

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa yang dianggap salah satu tahapan perkembangan manusia yang dianggap penting. Pada masa remaja memiliki keingintahuan yang Tinggi untuk mendapatkan jati dirinya (Santrock, 2003). Menurut Desmita (2010) sebagai warga negara remaja memiliki tugas-tugas penting, yaitu menjalin hubungan dengan teman sebaya, menerima dan belajar peran sosial, menerima keadaan fisik dan menggunakan secara efektif, mengembangkan ketrampilan intelektual dan konsep untuk mencapai tingkah laku yang bisa dipertanggung jawabkan secara sosial.

Menurut Rosdianah (Rizeki, 2012) remaja harus memiliki keterampilan sosial yang baik agar dapat beradaptasi dengan lingkungannya dan memenuhi tuntutan tugas perkembangannya dengan baik. Pada remaja yang memiliki ketrampilan sosial yang baik, remaja dapat berempati, memiliki tingkat emosional yang baik dan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (Thalib, 2010). Dalam memenuhi hal tersebut diperlukan adanya kecerdasan emosi. Selain itu, pada remaja permasalahan yang sering di hadapi adalah mencapai kemandirian emosional yang ditandai dengan adanya kecerdasan emosi (Hurlock, 2004).

Menurut Salovey & Mayer (1990) kecerdasan emosi merupakan suatu perangkat kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan untuk memahami perasaan emosi diri sendiri serta orang lain dan menggunakannya untuk berpikir dan bertindak. Pada penelitian yang dilakukan oleh Puspita (Putri & Abdurrohman, 2011) dengan judul “Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Agresi pada Siswa SMK

Dinamika Kota Tegal” dapat disimpulkan kurangnya kemampuan remaja dalam memahami serta mengelola emosi mengakibatkan tidak terkandilanya emosi yang menyebabkan individu mudah terlibat dalam kekerasan dan kejahatan. Sehingga, hal tersebut menunjukkan pentingnya mengatur emosi agar tidak mudah terlibat dalam tindakan yang merugikan.

Menurut Suharsono (2004) kecerdasan emosi pada remaja penting sebagai: alat untuk membantu mengendalikan diri sendiri dan orang lain, sebagai cara untuk mengembangkan ide, gagasan dan konsep, dan modal untuk mengembangkan bakat yang dimiliki. Pada *survey* yang dilakukan oleh Goleman (2000), kecerdasan emosi pada remaja mengalami penurunan yang ditunjukkan dengan: remaja menarik diri dari pergaulan sosial, salah pergaulan, mudah merasa cemas dan depresi, dan adanya permasalahan terkait empati dan berpikir (mudah melamun, tidak dapat duduk tenang, dan sulit berkonsentrasi). Hal tersebut sejalan dengan *preliminary* yang peneliti dapatkan pada tanggal 29 Februari 2020 di Asrama K Malang, sebanyak 54% remaja mengatakan dengan penggunaan *smartphone* mengakibatkan semakin malas untuk belajar, tidak berkomunikasi dengan teman sekitar dan lupa dengan kewajibannya, dimana hal tersebut terlihat penggunaan *smartphone* mempengaruhi kecerdasan emosi pada kemampuan remaja memotivasi diri, membina hubungan, dan mengenali emosi orang lain (empati). Hal tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosi pada remaja rendah, dimana remaja menarik diri dari pergaulan sosialnya dan memiliki permasalahan terkait dengan empati (Goleman, 2000).

Menurut Salovey & Mayer (dalam Goleman,2001) seseorang dapat mengatasi masalah dan tantangan dalam kehidupannya apabila memiliki kecerdasan emosi yang Tinggi. Menurut Goleman (2002) seseorang yang

memiliki kecerdasan emosi yang baik ditandai dengan adanya *self awareness* individu mampu mengetahui penyebab emosi tersebut, *self regulation* individu mengontrol tindakan agar lebih hati-hati, *self motivation* individu dapat memperbaiki kesalahan yang dihadapi, *empathy* individu mempunyai kemampuan untuk mengenali perasaan orang lain dan merasakan apa yang orang lain rasakan, dan *effective relationship* individu dapat berkomunikasi dengan orang lain secara efektif, sedangkan seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional yang tidak baik ditandai dengan: emosi yang Tinggi, cepat bertindak berdasarkan emosinya, tidak sensitif dengan perasaan orang lain, dan memiliki kecenderungan untuk menyakiti dan memusuhi orang lain.

Pada data *preliminary* yang peneliti dapatkan di Asrama K pada 29 Februari 2020 remaja cenderung asik dengan *gadget* yang dimiliki sehingga lupa dengan lingkungan sekitarnya, hal tersebut menunjukkan kurangnya *empathy* dan kemampuan dalam membangun *effective relationship* pada remaja asrama K. Dimana hal tersebut menunjukkan adanya permasalahan terkait kecerdasan emosi pada remaja yang tinggal di asrama K, sehingga individu memunculkan kecenderungan untuk menyakiti dan memusuhi orang lain. Sebanyak 86% remaja di asrama K sering menggunakan *smartphone* sambil belajar karena merasa bosan dan tidak paham materi meskipun adanya peraturan tidak menggunakan *gadget* sambil belajar individu tetap diam-diam menggunakan *smartphone* dengan alasan mencari referensi untuk mengerjakan tugas. Individu cenderung menggunakan *smartphone* untuk mengatasi perasaan bosan dibanding melakukan interaksi secara langsung. Individu merasa enggan berinteraksi secara langsung karena merasa lebih praktis dengan menggunakan *smartphone* yang dimiliki daripada harus berinteraksi dengan temannya. Seharusnya, dengan tempat tinggal saat ini individu

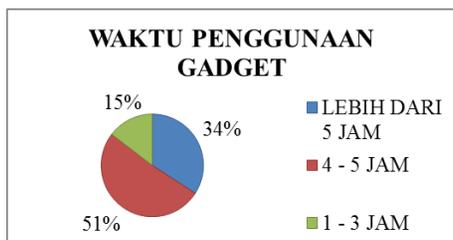
dapat dengan mudah mengatasi perasaan tersebut dengan berinteraksi dengan teman disekelilingnya tanpa harus menggunakan *smartphone*. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatnar & Anam (2014) dengan judul “Kemampuan Interaksi Sosial antara Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren dengan yang Tinggal Bersama Keluarga” didapatkan hasil remaja yang tinggal di pondok pesantren memiliki kemampuan Interaksi sosial yang lebih tinggi dibanding remaja yang tinggal bersama keluarga.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Pridyaputri & Aditya (2019) dengan judul “Perancangan Media Informasi Pentingnya Memahami Kecerdasan Emosional Remaja” dimana remaja memerlukan adanya kecerdasan emosional agar remaja dalam mengatur emosinya dapat memegang kendali dirinya sendiri, meminimalisir hal-hal yang merugikan diri sendiri dan orang lain sehingga kecerdasan emosi dapat sebagai tempat untuk mengungkapkan emosinya secara positif dan kreatif tanpa meyakiti orang lain. Individu yang menggunakan *gadget* secara berlebihan dapat mengganggu kinerja otak dan kemampuan dalam bersosialisasi sehingga dapat mempengaruhi kecerdasan emosi pada remaja. Hal tersebut membuat remaja tidak dapat mengendalikan impuls emosional, membaca perasaan orang lain, dan kemampuan untuk membina hubungan yang baik dengan orang lain (Pridyaputri & Aditya, 2019).

Menurut Goleman (2006) salah satu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi pada remaja adalah faktor lingkungan, misalnya intensitas penggunaan *smartphone*. Menurut Kenny & Pon (2011), *smartphone* merupakan suatu perangkat yang memiliki kemampuan untuk terhubung layanan internet, seperti email, video streaming, dan sosial media. Menurut Haryanto (detik.com, 16 Mei 2019) pengguna internet

terbanyak usia 15-19 tahun yang mencapai hingga 91% dengan tingginya pengguna tersebut terlihat *smartphone* dapat memberikan kemudahan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dalam pekerjaan, komunikasi, tugas sekolah, dsb. Namun, menurut Saputra (Musariffah, 2018) dengan kemudahan yang didapatkan tersebut dapat menimbulkan dampak apabila manusia tidak dapat menggunakannya secara bijak. Menurut Chairunnisa (2012) dampak negatif dari penggunaan *smartphone* yang kurang tepat menyebabkan pengguna menjadi anti sosial, dapat mengganggu konsentrasi saat belajar, menyebabkan lupa waktu dan ketergantungan.

Durasi ideal melakukan aktivitas *online* sekitar 4 jam 17 menit dalam sehari, apabila remaja menggunakan *gadget* lebih dari waktu ideal *gadget* dianggap dapat mengganggu kinerja otak remaja dan mengganggu kemampuan remaja dalam bersosialisasi (detik.com, 18 Januari 2017). Pada data *preliminary* yang peneliti dapatkan seperti yang terdapat di gambar:



Gambar 1.1 Waktu Penggunaan *Gadget*

Berdasarkan gambar 1.1 sebanyak 85% penggunaan *gadget* pada remaja melebihi batas waktu ideal. Remaja yang menggunakan *gadget* lebih dari waktu ideal dianggap dapat mengganggu kinerja otak dan mengganggu kemampuan remaja dalam bersosialisasi (detik.com, 18 Januari 2017). Selain itu, menurut Sundus (2018) penggunaan *gadget*

secara berlebihan akan menimbulkan dampak negatif, yaitu: keterlambatan belajar dan kurangnya perhatian.

Menurut Goleman (2006) saat ini manusia lebih asik dan sibuk dengan *gadget* yang dimilikinya. Manusia lupa dengan adanya teman yang ada disampingnya. Manusia hanya dianggap objek, bukan lagi manusia selayaknya saat mereka bertemu. Hal tersebut sejalan dengan Septania (kompas.com, 24 Februari 2018), dimana *gadget* sudah bagaikan teman baik yang tak terpisahkan, para remaja tidak bisa jauh dari ponselnya. tiga dari empat remaja merasa panik ketika kehilangan ponselnya dan enam dari sepuluh remaja cenderung lebih sering memeriksa ponselnya daripada kelompok usia lain.

Kecenderungan penggunaan *smartphone* secara berlebihan tersebut menyebabkan individu tidak peduli dengan lingkungannya sehingga tidak dapat memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, berempati, dan membangun hubungan dengan orang lain. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Desiningrum, Indriana, & Siswati (2017) dengan judul “Intensitas Penggunaan *Gadget* dan Kecerdasan Emosi pada Remaja awal” didapatkan hasil ada hubungan negatif dan signifikan antara intensitas penggunaan *gadget* dan kecerdasan emosional pada remaja yang artinya semakin tinggi penggunaan *gadget* maka kecerdasan emosi semakin rendah dan begitu sebaliknya. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kecerdasan emosi.

1.2. Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian pada :

- a. Variabel dalam penelitian ini adalah intensitas penggunaan *smartphone* dan kecerdasan emosi.

- b. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja yang memiliki rentang usia dari 15 hingga 19 tahun.
- c. Penelitian ini berfokus untuk menguji hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan kecerdasan emosi pada remaja.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

Apakah ada hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan kecerdasan emosi pada remaja?

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan kecerdasan emosi pada remaja asrama K di Malang.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Praktis

Hasil Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah kajian teoritis dalam bidang Psikologi khususnya pada bidang Psikologi Klinis mengenai kecerdasan emosi.

1.5.2. Manfaat Teoritis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah, sebagai berikut:

a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan seberapa besar hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kecerdasan emosi. Sehingga, untuk pelaksanaan kedepannya dapat dilakukan beberapa evaluasi untuk mengurangi penggunaan *smartphone* yang berlebihan

b. Bagi Pembina Asrama

Penelitian ini dapat digunakan oleh pembina asrama untuk menambah wawasan pembina mengenai waktu ideal penggunaan *smartphone* dan dampak bagi remaja yang akan diterimanya.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan orang tua mengenai penggunaan *smartphone* agar tidak menjadi negatif dan membantu dalam pengembangan kecerdasan emosi remaja.