

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut kodratnya manusia adalah makhluk monodualis, yang artinya manusia sebagai makhluk individualis (individu) dan juga makhluk sosial. Dalam hubungan sebagai makhluk sosial, manusia selalu hidup bersama dengan manusia lainnya karena adanya dorongan dan kebutuhan yang harus dipenuhi. Gerungan, (2004:26) mengatakan bahwa sejak manusia dilahirkan ia membutuhkan pergaulan dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya, yaitu makan dan minum. Dalam proses kehidupannya manusia selalu membutuhkan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa kehidupan manusia akan selalu diwarnai oleh hubungan dengan orang lain di lingkungan tertentu, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat luas.

Hubungan dengan orang lain berlangsung sepanjang rentang perkembangan manusia mulai dari tahapan masa bayi, masa kanak-kanak awal, masa kanak-kanak akhir, masa remaja, masa dewasa, dan masa lanjut usia. Tahap perkembangan yang menjadi fokus penelitian ini adalah masa remaja. Masa Remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Santrock (2014:38) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mengandung perubahan biologis, kognitif, psikologis, dan sosial emosional. Perubahan secara

biologis berupa perubahan fisik pada fase remaja yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh. Pada perkembangan kognitif, remaja berada pada tahap operasional formal dimana dapat berpikir secara abstrak, mengembangkan gambaran tentang keadaan ideal, memecahkan masalah lebih sistematis dan berpikir lebih fleksibel dan kompleks. Perkembangan sosial pada fase remaja yaitu kemampuan untuk memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat, nilai-nilai, atau perasaan sehingga mendorong remaja untuk bersosialisasi lebih akrab dengan lingkungan sebaya atau lingkungan masyarakat melalui persahabatan atau pergaulan sehari-hari. Perkembangan emosional pada fase remaja dimana remaja memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, serta pengendalian diri yang belum sempurna. Kondisi emosional remaja sebagaimana digambarkan di atas salah satunya dipengaruhi oleh kecerdasan emosional yang dimiliki.

Goleman (2002:512), menjelaskan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya 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. Kecerdasan emosional memiliki ciri-ciri yaitu ciri-ciri kecerdasan emosional tinggi dan ciri-ciri kecerdasan emosional rendah.

Goleman (2016:111), menggambarkan bahwa ciri kecerdasan emosional yang tinggi yaitu: (1) kemampuan memotivasi diri sendiri, (2) ketahanan menghadapi frustrasi, (3) kemampuan mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, (4) kemampuan menjaga suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdo'a. Sedangkan Martin (2003: 111) mengemukakan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki kecerdasan emosional rendah yaitu: (1) mereka yang kecerdasan emosionalnya rendah cenderung egois, terlalu berorientasi pada kepuasan diri sendiri, tanpa peduli orang lain, (2) jika menjadi pendengar, mereka adalah pendengar yang jelek, suka menginterupsi dan berdebat setiap saat, (3) mereka yang rendah kecerdasan emosionalnya cenderung mempunyai tabungan emosi yang negatif pada diri orang lain, (4) orang dengan kecerdasan emosional yang rendah cenderung mendekati masalah hanya dengan pikiran, tanpa peduli dengan perasaan, (5) orang dengan kecerdasan emosional yang rendah sering merasa tidak aman dan sukar untuk menerima kesalahan diri, serta sulit meminta maaf secara tulus.

Berkaitan dengan kecerdasan emosional, sudah banyak hasil kajian yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh terhadap aspek kehidupan lainnya dari individu. Salah satunya adalah hasil penelitian yang dilakukan oleh Widyana, Wiroko, Paramita (2018:37), menunjukkan bahwa ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial pada remaja.

Selain hasil penelitian di atas, hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMP Katolik Santa Familia Kupang, juga menunjukkan bahwa masih banyak siswa SMP Katolik Santa Familia Kupang yang belum mampu mengendalikan emosinya. Hal ini dapat dilihat ketika berada dalam lingkungan sekolah dimana terjadi perbedaan pendapat saat siswa diminta untuk melakukan kegiatan ekstrakurikuler (pramuka). Perbedaan pendapat ini akan menimbulkan reaksi yang berbeda-beda dari setiap siswa. Reaksi oleh siswa secara berlebihan dapat menimbulkan perkelahian secara fisik maupun verbal yang pada akhirnya bisa merusak hubungan antar siswa.

Berkaitan dengan itu, hasil wawancara dengan guru BK SMP Katolik Santa Familia, juga menyatakan bahwa siswa SMP Katolik Santa Familia Kupang masih banyak yang belum mampu mengontrol emosinya secara baik. Hal ini tampak dalam pergaulan siswa sehari-hari di sekolah. Ketika terlibat perkelahian diantara sesama siswa di sekolah, maka siswa tersebut dapat dijauhi bahkan dimusuhi oleh teman-teman kelasnya karena dianggap kasar atau melakukan perbuatan yang tidak menyenangkan, dan terbukti setelah perkelahian itu terjadi, para siswa yang bersangkutan akan saling berdiam diri dan tidak lagi saling menyapa saat berada di dalam kelas atau di lingkungan sekolah.

Berdasarkan data awal yang diperoleh peneliti dengan mengedarkan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD), hasil analisis menunjukkan bahwa dari jumlah siswa sebanyak 27 orang ternyata 26 orang siswa yang memilih item nomor 09 yang berbunyi “Saya belum tahu mengendalikan emosi”.

Kondisi tingkat kecerdasan emosional siswa ini dapat berpengaruh terhadap aspek kehidupan lainnya. Salah satunya adalah proses penyesuaian sosial. Schneiders (2010:45) mendefinisikan, “penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas, dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan”.

Selanjutnya Schneiders (2010:51) menyatakan bahwa orang yang memiliki penyesuaian sosial yang baik ditandai dengan ciri sebagai berikut: (1) memiliki pengendalian diri yang tinggi dalam menghadapi situasi atau persoalan, (2) tidak menunjukkan mekanisme psikologi yang berlebihan, (3) memiliki pertimbangan rasional dan pengendalian diri, (4) mampu belajar sehingga dapat mengembangkan kualitas dirinya, (5) mampu bersikap realistis, objektif, dapat menilai masalah dan kekurangan dirinya secara objektif. Sedangkan orang yang memiliki penyesuaian sosial yang kurang baik dapat dilihat dari ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan lingkungan sosial, serta memiliki sikap-sikap yang menolak realitas pada lingkungan sosial. siswa yang mengalami hal ini akan merasa terasing dari lingkungannya, sehingga ia tidak mengalami kebahagiaan dalam berinteraksi di tengah lingkungannya.

Berkaitan dengan kondisi penyesuaian sosial, hasil observasi menunjukkan bahwa masih banyak siswa SMP Katolik Santa Familia Kupang yang belum mampu bersosialisasi dengan teman sebayanya. Hal ini dapat dilihat ketika berada dalam lingkungan sekolah dimana terjadi perbedaan pendapat saat siswa diminta

untuk melakukan diskusi kelompok dalam kegiatan ekstrakurikuler. Perbedaan pendapat ini akan menimbulkan reaksi yang berbeda-beda dari setiap siswa. Reaksi oleh siswa secara berlebihan dapat menimbulkan perkelahian secara fisik maupun verbal yang pada akhirnya bisa merusak hubungan sosial antar siswa.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Sosial pada Siswa Kelas VIII<sup>B</sup> SMP Katolik Santa Familia Kupang Tahun Pelajaran 2022/2023.

## **B. Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial siswa kelas VIII<sup>B</sup> SMP Katolik Santa Familia Kupang tahun pelajaran 2022/2023?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial siswa kelas VIII<sup>B</sup> SMP Katolik Santa Familia Kupang tahun pelajaran 2022/2023.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak:

1. Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi kepala sekolah selaku pimpinan dan penanggungjawab utama di sekolah agar dapat membangun koordinasi yang baik dengan guru BK dan semua personil sekolah dalam membantu siswa meningkatkan kecerdasan emosional sehingga mampu melakukan penyesuaian sosial dengan baik.

2. Guru BK

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi guru BK dalam menyusun dan mengembangkan program bimbingan konseling khususnya yang berkaitan dengan kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial.

3. Siswa/siswi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi siswa agar siswa mampu berpartisipasi aktif dalam mengikuti layanan bimbingan konseling yang dilaksanakan oleh guru BK di sekolah untuk meningkatkan kecerdasan emosional sehingga siswa dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik.

## **E. Penegasan Konsep**

### **1. Kecerdasaan Emosional**

Goleman (2002:512), mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Kuswana (2014:243) mendefenisikan "kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk merasakan emosi, mengintegrasikan emosi untuk memfasilitasi berpikir, memahami emosi dan mengatur emosi untuk pertumbuhan diri".

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengatur emosi, menjaga keselarasan emosi, serta mengintegrasikan emosi untuk pertumbuhan diri melalui kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati dan keterampilan sosial.



## 2. Penyesuaian Sosial

Schneiders (2010:450) mendefenisikan bahwa “penyesuaian sosial merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas, dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang diterima dan memuaskan”.

Nurdin (2012:87) mengatakan bahwa penyesuaian sosial ialah: Penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial serta mempelajari tingkah laku yang diperlukan, atau mengubah kebiasaan yang ada, sedemikian rupa, sehingga cocok bagi suatu masyarakat sosial”.

Dari pendapat kedua ahli di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri secara efektif terhadap situasi dan kondisi sosial sehingga mampu diterima oleh lingkungan sekitar dengan cara melakukan relasi secara harmonis dengan lingkungan sosial dan mempelajari tingkah laku yang diperlukan, atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa, sehingga cocok dengan lingkungan masyarakat atau lingkungan sosial sekolah.