

Gambaran Kecerdasan Emosi pada Remaja

di Pulau Jawa dan Bali

Debora Basaria

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

Abstract

Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. Adolescence is a good time to develop emotional intelligence which is one of the important types of intelligence in society (especially in Indonesia). Increasing the adolescent's violence cases who reach 50 percent can cause by emotion regulation problems that occur in these adolescents. Emotional intelligence is one aspect that represents special competencies to facilitate, process, and manage emotionally. The purpose of this study was to obtain an overview of emotional intelligence in adolescents in Java and Bali. The subjects of this study were 1,013 adolescents who came from junior high and high school in Java and Bali and with an age range between 12-19 years. Type of this research is quantitative descriptive research. The results of the normality test of emotional intelligence variables show that research data is normally distributed. The main data processing results can conclude that the majority of adolescents in Java and Bali have controlling intelligence with a moderate level (46%), while the balance between the number of adolescents who have a low level of emotional intelligence (26.9%) and high level of emotional intelligence (26.9%).

Keywords: Adolescence, emotional intelligence, Java, Bali

Pendahuluan

Remaja adalah generasi penerus bangsa di masa depan. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa.

Remaja tersebut nantinya akan menjadi pemimpin negara atau organisasi, memimpin rumah tangganya masing-masing, dan memangku kewajiban yang lebih besar dibandingkan ketika berada di masa kanak-kanak. Selain perubahan

Debora Basaria berasal dari Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Korespondensi artikel ini dialamatkan ke e-mail: deborab@fpsi.untar.ac.id

fisik, perubahan faktor psikologis juga akan terjadi terutama untuk mencari jati diri yang sesungguhnya. Remaja diharapkan dapat semakin menyadari kemampuannya masing-masing dan lebih mencapai kedewasaan dalam berpikir, berperilaku, dan bertindak (Wicaksono, 2018).

Saat ini, penyimpangan moral cukup banyak terjadi pada individu usia remaja sebagai akibat dari ekspresi emosi yang salah ataupun ketidakmampuan individu untuk memahami emosi dengan tepat. Masa remaja memang merupakan masa berkembangnya berbagai aspek kehidupan yang semakin mendewasakan diri individu (Wibowo, 2018).

Dalam kasus gantung diri yang dilakukan pelajar SMP di Buleleng, Bali setelah merasa sakit hati

dinasehati orangtua karena kerap membolos. Diberitakan bahwa seorang pelajar berinisial NS, 15 tahun, melakukan gantung diri di sebuah pohon mangga setelah dimarahi oleh orangtuanya. Diketahui bahwa orangtua NS sempat menerima surat panggilan dari sekolah karena NS jarang mengikuti proses kegiatan belajar di sekolah (Desiani, 2018). Berita lain mengenai penyimpangan moral yaitu berita bahwa terdapat tujuh remaja tersangka begal. Para remaja dengan rentang usia 14-18 tahun tersebut pernah melakukan begal dengan menganiaya korbannya hingga tewas. Saat ini para remaja tersebut juga diketahui tidak mengikuti pendidikan karena putus sekolah sehingga mereka memilih untuk melakukan tindak kriminal (Wibowo, 2018).

Berdasarkan faktor psikososialnya, remaja yang berada dalam masa peralihan tentu masih mengalami perubahan yang fluktuatif dalam faktor emosi. Faktor emosi remaja sangat dipengaruhi kelekatan dengan teman sebayanya. Faktor emosi remaja juga dapat mempengaruhi perilaku positif maupun negatif dalam perkembangan identitas remaja (Robinson, dalam Papalia et al., 2009).

Salah satu kasus yang berhubungan dengan faktor emosi remaja adalah kasus kekerasan sesama remaja yang mencapai 50 persen. Sebagian besar kekerasan fisik yang dilakukan sekelompok remaja disebabkan oleh masalah pengendalian emosi para remaja tersebut. Remaja saat ini cenderung akan menggunakan kekerasan ketika berkonflik. Remaja kesulitan untuk

meregulasi emosinya karena kurang melatih keterampilannya untuk menyelesaikan masalah dengan *win-win solution*. Remaja juga cenderung hanya berpikir mengenai kepentingannya sendiri tanpa memikirkan kepentingan bersama (Purnama, 2018). Untuk mencegah atau mengurangi kasus-kasus tersebut, salah satu hal yang perlu dimiliki remaja adalah kecerdasan emosional.

Kemampuan untuk menilai, mengekspresikan perasaan dengan tepat, kemampuan untuk memahami emosi, serta kemampuan mengatur emosi yang berguna untuk mendukung perkembangan emosi dan intelektual merupakan definisi dari kecerdasan emosi (Reynolds & Miller, 2003). Setiap individu diharapkan memiliki kecerdasan emosi yang baik supaya semakin

mengenali arti emosi dalam diri serta menggunakannya sebagai dasar dalam penalaran dan pemecahan masalah (Mayer, Salovey, Caruso, & Sitarenios, 2001).

Kecerdasan emosional juga merupakan salah satu aspek yang mewakili seperangkat kompetensi untuk mengidentifikasi, memproses, dan mengelola emosi. Penelitian tentang kecerdasan emosi semakin berkembang untuk meningkatkan kecerdasan masyarakat termasuk remaja. Kecerdasan emosi lebih berguna dalam aspek klinis, pendidikan, dan pekerjaan dibandingkan dengan kecerdasan umum (Zeidner, Roberts, & Matthews, 2008).

Emosi mengacu pada perasaan dan secara khusus menunjukkan pikiran-pikiran, kondisi secara psikologis maupun biologis, serta

kecenderungan untuk bereaksi (Goleman, 2009). Kecerdasan emosi dikembangkan menjadi lima dimensi utama oleh Salovey (dalam Goleman, 2009) yang meliputi: (a) *self-awareness*, (b) *managing emotions*, (c) *motivating oneself*, (d) *recognizing emotions in others*, dan (e) *handling relationships*.

Berdasarkan penelitian dari Agung dan Matulesy (2012) mengenai kecerdasan emosi dan agresivitas pada remaja, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosi dan perilaku agresif. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja yang menunjukkan perilaku agresif memiliki kecerdasan emosi yang rendah atau sebaliknya.

Dengan demikian peneliti tertarik melakukan penelitian untuk memperoleh gambaran kecerdasan

emosional pada remaja di Pulau Jawa dan Bali, karena Pulau Jawa dan Bali merupakan pulau yang paling padat penduduknya dan cenderung banyak kasus kekerasan remaja yang terjadi. Berdasarkan data dari Biro Pengendalian Operasi, Mabes Polri (dalam Badan Pusat Statistik, 2018) jumlah kejahatan yang dilaporkan menurut kepolisian daerah tahun 2017 menunjukkan bahwa jumlah kejahatan di daerah DKI Jakarta berjumlah 34.767 kasus, di daerah Jawa Barat berjumlah 25.183 kasus, di daerah Jawa Tengah berjumlah 12.003 kasus, di daerah Jawa Timur berjumlah 34.598 kasus, di daerah DI Yogyakarta berjumlah 7.251 kasus, dan di daerah Bali berjumlah 3.589 kasus. Gambaran kecerdasan emosional yang diperoleh dapat berguna untuk menjadi data jika perlu adanya psikoedukasi untuk

meningkatkan kecerdasan emosional remaja dan mengurangi jumlah kasus yang terjadi.

Kajian Pustaka

Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosional merupakan salah satu aspek yang mewakili seperangkat kompetensi untuk mengidentifikasi, memproses, dan mengelola emosi. Penelitian tentang kecerdasan emosi telah berkembang seiring semakin pentingnya kecerdasan bagi masyarakat modern. Selain itu, telah banyak pernyataan bahwa kecerdasan emosi lebih dapat memprediksi kriteria dalam aspek klinis, pendidikan, dan pekerjaan dibanding prediksi berdasarkan kecerdasan umum (Zeidner et al., 2008). Emosi mengacu pada perasaan dan secara khusus menunjukkan pikiran-pikiran, kondisi secara psikologis maupun biologis, serta

kecenderungan untuk bereaksi. Emosi memiliki berbagai macam jenis dengan campuran, variasi, mutasi, serta nuansa masing-masing (Goleman, 2009).

Emosi dapat muncul karena berhubungan dengan konteks terjadinya sesuatu, seperti emosi marah apabila sebuah tujuan terhalang oleh sesuatu, emosi bahagia apabila dicintai atau mencintai, sedangkan emosi takut akan muncul jika menghadapi sebuah ancaman, dan sebagainya. Apabila hubungan individu dengan individu lain atau objek lain berubah, maka emosi individu terhadap individu lain atau objek tersebut juga akan berubah. Individu yang dianggap mengancam akan ditakuti, sebuah benda yang bagus akan disukai. Apakah hubungan ini nyata, kenangan, atau hanya sebatas bayangan saja, namun

tetap disertai dengan signal perasaan yang disebut dengan emosi (Mayer, Salovey, Caruso, & Sitarenios, 2001).

Kecerdasan emosi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menilai, mengekspresikan perasaan dengan tepat, kemampuan untuk memahami emosi, serta kemampuan mengatur emosi yang berguna untuk mendukung perkembangan emosi dan intelektual (Reynolds & Miller, 2003). Menurut Mayer dan rekan-rekannya (1999, dalam Mayer et al., 2001) kecerdasan emosi juga menunjuk pada sebuah kemampuan untuk mengenali arti dari emosi dan hubungannya, serta menggunakannya sebagai dasar dalam penalaran dan pemecahan masalah. Kecerdasan emosi juga merupakan kemampuan individu dalam menggunakan emosinya untuk meningkatkan aktivitas kognisinya.

Model konseptual dari kecerdasan emosional menurut Salovey dan Mayer (1990, dalam Pellitteri, 2002) meliputi 3 komponen inti, yaitu: (a) persepsi emosi, merupakan kemampuan untuk mengenali emosi secara tepat dan baik pada diri-sendiri ataupun individu lain, serta menunjukkan kemampuan untuk membedakan antara ekspresi emosi yang jujur maupun tidak; (b) regulasi emosi, merupakan kemampuan untuk mengawasi dan mengubah intensitas atau perintah emosi pada diri individu dan terhadap individu lain, termasuk kemampuan dalam menurunkan emosi negatif untuk menghilangkan pengaruh negatif maupun memelihara emosi positif; dan (c) pengetahuan emosi, kemampuan untuk memahami emosi dan kegunaan sejumlah informasi, termasuk menggunakan emosi untuk memberi perhatian pada

aspek-aspek penting dalam kehidupan sosial untuk membangun perspektif kreativitas dan fleksibilitas, serta untuk memelihara motivasi menuju pada pencapaian tujuan.

Kecerdasan emosi dikembangkan menjadi lima dimensi utama oleh Salovey (dalam Goleman, 2009) yang meliputi: (a) *self-awareness*, (b) *managing emotions*, (c) *motivating oneself*, (d) *recognizing emotions in others*, dan (e) *handling relationships*. Dimensi pertama adalah *self-awareness*, merupakan kesadaran diri dalam mengenali perasaan yang terjadi. Dimensi ini merupakan kunci utama dari kecerdasan emosional. *Self-awareness* juga merupakan kemampuan untuk memonitor perasaan dari masa ke masa yang merupakan hal yang penting untuk

pemahaman psikologis dan pemahaman diri seseorang.

Dimensi kedua adalah *managing emotions*. *Managing emotions* merupakan kemampuan mengatasi perasaan dengan tepat yang merupakan kemampuan untuk membangun kesadaran diri. Individu yang memiliki kekurangan dalam kemampuan ini butuh berjuang secara terus-menerus dalam melawan perasaan tertekan, sementara individu yang berhasil menanganinya akan jauh lebih cepat bangkit dari keterpurukan atau hal-hal yang mengganggu dalam hidupnya. Dimensi ketiga adalah *motivating oneself*. Individu yang memiliki keterampilan ini cenderung lebih produktif dan efektif dalam segala hal yang dilakukannya.

Dimensi keempat adalah *empathy skills*. *Empathy skills* merupakan

kemampuan lain yang membangun kesadaran diri. Hal ini merupakan keterampilan individu yang mendasar. Individu yang empatik lebih dapat menyesuaikan diri pada sinyal sosial yang mengindikasikan kebutuhan atau keinginan individu lain. Dimensi yang terakhir adalah *handling relationships*. Seni dalam menjalin relasi sebagian besar adalah pengelolaan emosi individu lain. Kemampuan ini yang mendasari popularitas, kepemimpinan, dan efektivitas hubungan interpersonal. Individu yang mampu dalam komponen ini akan dapat melakukan segala sesuatu dengan baik pada setiap hal yang mengandalkan interaksi secara halus dengan individu lain.

Perkembangan Psikososial dan Kecerdasan Emosional pada Remaja

Remaja atau *adolesence* berasal dari kata *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Remaja merupakan individu yang sedang mengalami transisi dari anak-anak menuju dewasa dan mengalami perkembangan fisik serta psikis. Remaja mulai meninggalkan sikap dan perilaku anak-anak dan mempersiapkan diri memasuki masa dewasa, mulai berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas seperti teman sekolah dan bermain, juga lingkungan sosial lainnya (Hurlock, 1999, h.207).

Masa remaja merupakan masa dimana seseorang sedang berjuang dengan masalah definisi diri (Kroger, dalam Berman, 2011). Mereka akan melakukan eksplorasi terhadap

berbagai pilihan untuk membentuk identitas dan secara bertahap akan membuat komitmen untuk peran, tujuan, dan nilai tertentu. Sedangkan Lerner et al. (1998) mengungkapkan bahwa masa remaja merupakan periode dimana sedang mengalami restrukturisasi terhadap fungsi biologis, kognisi, emosional, dan sosial. Dalam kaitannya dengan fungsi biologis, masa remaja sedang mengalami masa pubertas yang berpengaruh terhadap perubahan emosi dan perilaku. Hal ini disebabkan karena adanya pengaruh hormon pada individu tersebut.

Masa remaja adalah periode perkembangan dimana individu dapat menyelesaikan proses pembentukan identitasnya secara efektif dengan menggunakan kemampuan kognisinya (Lloyd, 2002). Menurut Erikson (dalam Berman, 2011)

mengemukakan bahwa tahap perkembangan psikososial remaja biasanya dipicu oleh krisis eksistensial perjuangan remaja dengan pertanyaan "Siapakah Aku?". Sebagai anak muda mereka akan mengeksplorasi identitas dalam berbagai cara, mereka secara bertahap akan cenderung membuat komitmen untuk peran tertentu, tujuan, dan nilai yang berperan dalam pembentukan identitas diri mereka.

Perkembangan emosi diperlukan individu dalam interaksi dengan lingkungan sosialnya. Sejak usia kanak-kanak kecerdasan emosi sudah diperlukan untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian sosio-emosional (Brouzos, Misailidi, & Hadjimattheou, 2014). Pada usia remaja, kecerdasan emosional memiliki peran dalam kemampuan

beradaptasi secara psikologis. Kecerdasan emosi yang dimiliki seorang remaja dapat digunakan untuk memodifikasi pilihan dan kemampuan pada mekanisme mengatasi masalah (Davis & Humphrey, 2014). Demikian juga pada siswa di Sekolah Menengah Kejuruan, mereka memiliki rentang usia pada periode perkembangan remaja. Oleh karena itu, para siswa sekolah kejuruan juga mengalami perkembangan seperti yang dialami oleh remaja pada umumnya.

Di sekolah kejuruan, para siswa dibekali dengan pendidikan dan keterampilan yang sangat cukup, sehingga apabila mereka tidak akan melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, bekal pendidikan dan keterampilan dari sekolah dapat digunakan untuk bekerja. Interaksi sosial dalam dunia kerja akan berbeda

dengan ketika di lingkungan sekolah. Tuntutan yang diharapkan dari lingkungan juga akan berbeda ketika seseorang berstatus sebagai pelajar dengan pekerja. Oleh karena itu Kecerdasan emosi memiliki peranan penting dalam interaksi dengan individu lain, termasuk sangat dibutuhkan dalam dunia kerja, seperti yang diungkapkan dalam penelitian Wisker dan Poulis (2015) kecerdasan emosi dapat mempengaruhi perilaku adaptif yang akhirnya berpengaruh terhadap performa kerja individu tersebut.

Metode

Partisipan dalam penelitian ini adalah 1.013 remaja yang berasal dari SMP dan SMA yang berada di Pulau Jawa dan Bali. Karakteristik partisipan yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu remaja yang

berada dalam rentang usia 12-19 tahun. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu dengan *non-probability sampling*, dengan beberapa pertimbangan mengenai efisiensi dan kemudahan memperoleh data. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kecerdasan emosional pada remaja di Pulau Jawa dan Bali. Penelitian ini hanya menggunakan satu variabel yaitu kecerdasan emosional. Teknik pengolahan data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner kecerdasan emosional dari Goleman (2000). Menurut Mayer dan rekan-rekannya (1999, dalam Mayer et al., 2001) kecerdasan emosi merupakan sebuah kemampuan untuk mengenali

arti dari emosi dan hubungannya, serta menggunakannya sebagai dasar dalam penalaran dan pemecahan masalah. Berdasarkan teori dari Goleman, terdapat 5 dimensi dari variabel kecerdasan emosi yaitu: (a) *self-awareness*, (b) *managing emotions*, (c) *motivating oneself*, (d) *empathy skills*, dan (e) *handling relationships*. Kecerdasan emosi memiliki lima dimensi yaitu *self-awareness* ($\alpha = 0.448$), *managing emotions* ($\alpha = 0.662$), *motivating oneself* ($\alpha = 0.788$), *empathy skills* ($\alpha = 0.624$), dan *handling relationship* ($\alpha = 0.693$).

Kuesioner ini dikeluarkan oleh Bagian Riset dan Pengukuran Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tahun 2013. Kuesioner kecerdasan emosi terdiri dari 60 butir pernyataan dengan pembagian 30 butir positif dan 30

butir negatif. Skala dalam kuisisioner pengukuran variabel kecerdasan emosi adalah skala Likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban yaitu STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), RR (Ragu-Ragu), S (Setuju), SS (Sangat Setuju). Pengisian kuisisioner dilakukan oleh subjek dengan memberi tanda silang (X) pada respon jawaban yang paling sesuai dengan keadaan subjek.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Gambaran Partisipan Penelitian

Gambaran partisipan penelitian secara umum dilihat berdasarkan jenis kelamin, usia, suku bangsa, dan agama (dapat dilihat pada penjabaran di bawah ini). Berdasarkan data yang diperoleh mengenai jenis kelamin, partisipan yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 694 orang dengan persentase sebesar 68,5% dan jumlah

partisipasi berjenis kelamin perempuan berjumlah 319 orang dengan persentase sebesar 31,5%. Berdasarkan data usia partisipan yang terlibat dalam penelitian ini, partisipan yang berusia 13 tahun paling banyak berpartisipasi dengan jumlah 323 orang (persentase 31,9%). Partisipan yang paling sedikit berpartisipasi adalah partisipan yang berusia 12 tahun yang berjumlah 1 orang (persentase 0,1%).

Berdasarkan data suku bangsa partisipan, partisipan dengan suku bangsa Jawa paling banyak berpartisipasi yaitu berjumlah 541 orang (persentase 53,4%) sedangkan partisipan yang paling sedikit berpartisipasi adalah partisipan dengan suku bangsa Sunda dan Dayak. Masing-masing suku bangsa tersebut hanya diwakili oleh 5 orang partisipan (persentase 0,5%).

Data partisipan selanjutnya merupakan data berdasarkan agama partisipan. Sebagian besar partisipan beragama Islam dengan jumlah 496 orang (persentase 49%). Sedangkan partisipan yang beragama Kong Hu Chu hanya berjumlah 1 orang (persentase 0,1%). Seorang partisipan lain dari 1013 orang (persentase 0,1%) tidak menuliskan agamanya pada kolom biodata yang telah diberikan, sehingga peneliti tidak dapat memperoleh data agama partisipan tersebut.

Gambaran Data Penelitian

Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji normalitas one sample kolmogorov smirnov. Nilai skor yang diperoleh berdasarkan uji normalitas pada variabel kecerdasan emosi yaitu $p=0,077 > 0,05$. Nilai tersebut

menunjukkan bahwa data kecerdasan emosi terdistribusi normal.

Gambaran Data Kecerdasan Emosi

Pada bagian ini akan dibahas mengenai gambaran data variabel kecerdasan emosi. Gambaran data mengenai kecerdasan emosi menggunakan skala 1 – 5 yang memiliki mean hipotetik alat ukur yaitu 3. Mean empirik kecerdasan emosi adalah 3,5167 atau lebih besar dari nilai mean hipotetik. Nilai tersebut menunjukkan bahwa remaja di Pulau Jawa dan Bali memiliki tingkat kecerdasan emosi yang tinggi, sehingga dapat dinyatakan bahwa para remaja tersebut memiliki kemampuan untuk mengenali arti dari emosi, dapat mengekspresikan, serta mengatur emosinya dengan baik. Para remaja tersebut juga dapat menggunakan kecerdasan emosinya

sebagai dasar dalam bernalar dan pemecahan masalah.

Berdasarkan dimensi-dimensi kecerdasan emosi dapat dilihat bahwa setiap dimensi memiliki nilai rata-rata yang tinggi. Dimensi self-awareness memiliki nilai mean empirik sebesar 3,5004 yang menunjukkan bahwa partisipan memiliki kesadaran untuk mengenali perasaan yang terjadi dengan baik, serta memiliki kemampuan memonitor perasaan dari masa ke masa untuk memahami aspek psikologis dan pemahaman lain dari diri remaja tersebut. Dimensi managing emotions memiliki nilai mean empirik sebesar 3,4270 yang menunjukkan bahwa partisipan memiliki kemampuan untuk mengatasi perasaan dengan tepat yang berguna untuk membangun kesadaran diri, sehingga partisipan

dapat lebih cepat bangkit dari keterpurukan atau hal-hal yang mengganggu dalam hidupnya.

Dimensi berikutnya adalah *motivating oneself* dengan memiliki nilai mean empirik sebesar 3,7655. Hal tersebut menunjukkan bahwa partisipan memiliki kecenderungan untuk lebih produktif dan efektif dalam melakukan berbagai hal. Dimensi *empathy skills* memiliki nilai mean empirik sebesar 3,3900 yang menunjukkan bahwa partisipan memiliki kemampuan berempati untuk menyesuaikan diri pada sinyal sosial yang mengindikasikan kebutuhan atau keinginan individu lain. Dimensi yang terakhir adalah *handling relationship* dengan nilai mean empirik sebesar 3,5006 yang menunjukkan bahwa partisipan memiliki kemampuan untuk menjalin relasi dan pengelolaan emosi individu

lain dengan baik. Partisipan juga dapat melakukan segala sesuatu dengan baik pada setiap hal yang mengandalkan interaksi secara halus dengan individu lain.

Tabel 1. *Gambaran Variabel Kecerdasan Emosi*

Dimensi	Min	Max	Mean	SD
<i>Self-Awareness</i>	1,88	4,88	3,5004	0,44178
<i>Managing Emotions</i>	1,58	4,92	3,4270	0,49881
<i>Motivating Oneself</i>	1,17	5,00	3,7655	0,54061
<i>Empathy Skills</i>	1,30	4,90	3,3900	0,49482
<i>Handling Relationship</i>	1,92	4,92	3,5006	0,48218
Kecerdasan Emosi	2,04	4,68	3,5167	0,31991

Penggolongan Kecerdasan

Emosi Partisipan

Berdasarkan data penggolongan tingkat kecerdasan emosi partisipan, terlihat bahwa sebagian besar partisipan memiliki kecerdasan emosi dengan tingkat sedang (jika menggunakan norma kelompoknya). Berdasarkan frekuensi dan persentasenya, partisipan dengan kecerdasan emosi rendah berjumlah 273 orang dengan

persentase sebesar 26,9%, partisipan dengan kecerdasan emosi sedang berjumlah 467 orang dengan persentase sebesar 46,1%, sedangkan jumlah partisipan dengan kecerdasan emosi tinggi berjumlah 273 orang dengan persentase sebesar 26,9%.

Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data utama, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja yang berada di Pulau Jawa dan Bali memiliki kecerdasan emosi dengan tingkat sedang (46%). Adanya keseimbangan antara jumlah remaja yang memiliki kecerdasan emosi dengan tingkat yang rendah (26,9%) dan tingkat tinggi (26,9%).

Diskusi dan Saran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja di Pulau Jawa dan Bali memiliki kecerdasan emosi dengan tingkat sedang, serta adanya

keseimbangan antara jumlah remaja dengan kecerdasan emosi yang rendah dan tinggi. Hal tersebut dapat berhubungan dengan fenomena yang terjadi di masyarakat (seperti peningkatan jumlah kasus kekerasan yang dilakukan para remaja). Masa remaja adalah periode perkembangan bagi individu untuk dapat menyelesaikan proses pembentukan identitasnya secara efektif dengan menggunakan kemampuan kognisinya. Remaja akan mengeksplorasi identitas diri dalam berbagai cara supaya berperan dalam pembentukan identitas diri mereka (Lloyd, 2002). Perkembangan emosi diperlukan remaja sangat dipengaruhi interaksi dengan lingkungan sosialnya (Brouzos et al., 2014). Dengan demikian, remaja yang memiliki kecerdasan emosi rendah dan sedang akan cenderung lebih

mudah terpengaruh dengan lingkungan sosialnya (seperti dalam lingkungan pertemanan dengan teman sebaya). Kemampuan kognitif yang kurang mampu untuk memilah aktivitas yang positif dan negatif juga dapat mempengaruhi perilaku remaja.

Berdasarkan gambaran variabel kecerdasan emosi dan setiap dimensi kecerdasan emosionalnya, secara umum terlihat bahwa setiap dimensi kecerdasan emosional tergolong tinggi atau berada di atas nilai *mean hipotetik*. Jika dilihat pada setiap dimensi, dimensi dengan nilai mean paling tinggi adalah *motivating oneself* sedangkan dimensi dengan nilai mean paling rendah adalah *empathy skills*. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa para remaja tersebut sudah sangat baik untuk dapat mengendalikan diri untuk lebih produktif atau efektif dalam

menyelesaikan tugas-tugas yang dilakukan, namun individu masih lebih berfokus pada diri sendiri (Salovey, dalam Goleman, 2009). Rendahnya *empathy skills* menunjukkan bahwa remaja masih perlu untuk meningkatkan atau membangun kesadaran dirinya untuk lebih terampil berempati atau menyesuaikan diri dengan dengan mengindikasi sinyal dari kebutuhan individu lain (Salovey, dalam Goleman, 2009). Remaja di Pulau Jawa dan Bali juga masih perlu untuk meningkatkan kemampuannya untuk berempati sehingga akan memiliki pemikiran yang lebih matang jika akan berbuat kekerasan.

Beberapa saran yang dapat diberikan kepada remaja di Pulau Jawa dan Bali yaitu:

1. Untuk meningkatkan kemampuan untuk berempati,

para remaja dapat melakukan atau melatih observasi terhadap hal-hal yang terjadi di lingkungannya. Para remaja akan lebih peka untuk memahami kondisi yang terjadi di sekitarnya.

2. Para remaja juga disarankan dapat melatih diri untuk mendengarkan ketika terdapat teman atau individu lain yang membutuhkan.
3. Untuk meningkatkan kecerdasan emosi dalam bermasyarakat, para remaja dapat terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang membutuhkan interaksi dan kerja sama dengan individu lain seperti ikut dalam kegiatan bakti sosial (mulai dari ruang lingkup yang kecil seperti di kompleks perumahannya). Hal tersebut juga dapat meningkatkan

kepedulian setiap remaja terhadap lingkungannya.

Daftar Pustaka

- Agung, D. B., & Matulesy, A. (September 2012). Kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual, dan agresivitas pada remaja. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 99-104.
- Badan Pusat Statistik. (2018). *Statistik kriminal 2018*. Diunduh dari www.bps.go.id
- Berman, S. L. (2011). Identity Exploration, Commitment, and Distress: A Cross National Investigation in China, Taiwan, Japan, and the United States. *Child Youth Care Forum* (2011) 40:65–75.
- Brouzos, A., Misailidi, P., & Hadjimattheou, A.(2014). Associations between emotional

- intelligence, socio-emotional adjustment, and academic achievement in childhood: The influence of age. *Canadian Journal of School Psychology*, 29 (2), 83-99.
- Davis, S. K., & Humphrey, N. (2014). Ability Versus Trait Emotional Intelligence: Dual Influences on Adolescent Psychological Adaptation. *Journal of Individual Differences*, 35(1), 54-62.
- Desiani., R. A. A. (2 Februari 2018). Astaga, sakit hati dinasehati ortu karena kerap bolos, pelajar SMP di Buleleng nekat gantung diri. *Tribun Bali*. Diunduh dari www.bali.tribunnews.com
- Goleman, D. (2009). *Emotional Intelligence Why It Can Matter More Than IQ*. [Format Adobe Reader]. Bloomsbury Publishing Plc.
- Hurlock, E. (1999). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih Bahasa : Istiwidayanti. Jakarta : Erlangga.
- Lerner, R. M. (1998). *Theories of human development: Contemporary perspective*. Dalam Damon, W., & Lerner, R. M. (Eds.). *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (5th ed.). New York, NY: Wiley.
- Lloyd, B. T. (2002). A Conceptual Framework for Examining Adolescent Identity, Media Influence, and Social Development. *Review of General Psychology* 6.1 (Mar 2002): 73-91.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2001). Emotional Intelligence as A Standard

- Intelligence. *Emotion*, 1(3), 232-242.
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2009). *Human development* (11th ed.). America, NY: McGraw-Hill Companies.
- Pellitteri, J. (2002). The Relationship Between Emotional Intelligence and Ego Defense Mechanisms. *The Journal of Psychology*, 136(2), 182-94.
- Purnama, R. R. (2018). Soal kekerasan remaja, psikolog: Mereka kurang bisa kendalikan emosi. *Sindonews.com*. Diunduh dari <https://metro.sindonews.com>
- Reynolds, W. M., & Miller, G. E. (2003). *Handbook of psychology: Educational psychology volume 7*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Wibowo. (14 Januari 2018). 9 fakta mengejutkan aksi begal ABG yang beraksi ditiga wilayah Bali, polisi: mereka sadis. *Tribun Bali*. Diunduh dari www.bali.tribunnews.com
- Wicaksono, B. S. (2018). Inilah 5 fase perubahan psikologis saat remaja berubah jadi dewasa. *Kompas.com*. Diunduh dari <https://sains.kompas.com/>
- Wisker, Z. L., & Poulis, A. (2015). Emotional intelligence and sales performance: A myth or reality?. *International Journal of Business and Society*, 16 (2), 185-200.
- Zeidner, M., Roberts, R. D., & Matthews, G. (2008). The Science of Emotional Intelligence: Current Consensus and Controversies. *European Psychologist*, 13(1), 64-78.