

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA REMAJA SISWA KELAS X DI SMAN 15 SEMARANG

Karlina Raudya Maharani¹, Diana Rusmawati²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH. Tembalang, Semarang, 50275

karlinaraudya@students.undip.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal pada remaja merupakan bagian yang tak terpisahkan dari hubungan sosial remaja, hal ini karena kebutuhan remaja agar diterima di dalam kelompok. Remaja yang cerdas secara emosional dapat mengerti dan mengelola perasaan dengan baik, dan mampu memahami dan mengatasi perasaan orang lain. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA kelas X yang terdiri dari 10 kelas (360 siswa) dengan sampel penelitian sebanyak 6 kelas (208 siswa). Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala kecerdasan emosional (32 aitem, $\alpha=0,876$) dan skala komunikasi interpersonal (35 aitem, $\alpha=0,902$). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal sebesar $r_{xy}=0,678$; dengan $p=0,000$ ($p<0,05$). Kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 46% terhadap komunikasi interpersonal.

Kata kunci: kecerdasan emosional, komunikasi interpersonal, remaja

Abstract

The purpose of this research is to recognize the relation between emotional intelligence and interpersonal communication. In adolescents, interpersonal communication is a part which can not be separated from adolescent social relations, it is because of their need to be accepted in their social life. Adolescents who has emotional intelligent can easily understand and manage their feeling, in addition, they also be able to understand and overcome someone's feeling. The subject of this research is the tenth grade high school students from 10 classes (360 students) and 6 classes (208 students) as the sample of this research. This research is using cluster random sampling as the sampling technique. The measuring instrument used is the emotional intelligence scale (32 items, $\alpha=0,876$) and interpersonal communication scale (35 items, $\alpha=0,902$). The result of this research shows the positive relations between emotional intelligent and interpersonal communication in amount of $r_{xy}=0,678$; with $p=0,000$ ($p<0,05$). The emotional intelligent gives effective contribution in amount of 46% to interpersonal communication.

Keywords: emotional intelligence, interpersonal communication, adolescents

PENDAHULUAN

Masa remaja menurut Santrock (2007) adalah periode transisi perkembangan individu yang berada diantara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, dimana pada remaja melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Masa remaja umumnya dibagi menjadi tiga kategori usia, yaitu masa remaja awal dimulai usia 12 hingga 15 tahun, masa remaja tengah dimulai usia 15 hingga 18 tahun, dan remaja akhir dimulai usia 18 hingga 22 tahun, dimana pada setiap kategori usia tersebut memiliki ciri khas tersendiri (Monks, Knoers, & Haditono, 2004). Berdasarkan hasil penelitian dari Shukla dan Dixit (2015) ditemukan bahwa masa remaja ini merupakan masa terjadinya konflik, seperti konflik interpersonal, permasalahan dengan teman sebaya, kondisi tertekan, stres, kecemasan, permasalahan kognitif terutama dalam pengambilan

keputusan, pemecahan masalah, permasalahan perilaku dan emosional.

Kegagalan remaja dalam memenuhi tuntutan sosial, yaitu memenuhi tanggung jawab orang dewasa, dapat menyebabkan timbulnya frustrasi dan konflik batin. Hal tersebut merupakan penyebab remaja lebih dekat dengan teman sebaya daripada orang dewasa (Monks, Knoers, & Haditono, 2004). Erozkan (2013) dalam penelitiannya menemukan bahwa permasalahan umum yang dihadapi remaja saat ini adalah masalah dalam hubungan interpersonal. Penelitian Sekarningtyas dan Sunarto (2019) menyebutkan bahwa lingkungan menjadi faktor utama munculnya perlakuan negatif yang memengaruhi perilaku individu, salah satu perlakuan yang dimaksud adalah *bullying* yang menyebabkan pola komunikasi individu menjadi tidak efektif.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh *Global School-Based Health Survey* pada tahun 2015, terdapat 21% anak Indonesia yang mengalami *bullying* (Ige, 2018). Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) diketahui bahwa sejak 2011 hingga 2016 terdapat 253 kasus *bullying* di Indonesia dengan rincian 122 anak menjadi korban dan 131 anak menjadi pelaku (Desideria, 2017). Bagi remaja, teman sebaya merupakan pihak yang penting dalam kehidupan. Menurut (Sarwono, 2012) pada tahap masa remaja tengah dengan usia berkisar antara 15 hingga 18 tahun, diikuti dengan inginnya remaja untuk menggunakan seluruh waktu yang dimiliki dengan teman sebaya, mencari jati dirinya, berpikir secara idealis, serta lebih cenderung narsistik.

Minarni (2017) dalam hasil penelitiannya menjelaskan bahwa komunikasi merupakan bagian yang tak terpisahkan dalam seluruh interaksi remaja, remaja dituntut untuk memiliki pola komunikasi yang baik dengan lawan jenis ataupun sesama jenis. Kusumaningsih dan Mulyana (2013) dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa sebagian siswa menggunakan komunikasi interpersonal untuk mengawali hubungan pertemanan dengan siswa lain dan mengenal guru lebih dekat. DeVito (2006) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses interaksi dengan individu lain, belajar mengenal mereka, belajar mengenal diri sendiri, dan pengungkapan diri pada orang lain.

Hasil dari penelitian Utomo dan Harmiyanto (2016) menyatakan bahwa lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat merupakan tempat dimana remaja dapat melatih keterampilan komunikasi interpersonal yang dapat dipercaya, terbuka, berempati, sportif, mendukung, dan positif kepada remaja. Ketergantungan remaja terhadap teman sebayanya diakibatkan dari pemenuhan kebutuhan atas ketentraman hati, kebersamaan, dan intimasi. Menurut remaja, berkembang dan menjadi populer bersama kawan sebaya merupakan suatu bentuk motivasi yang kuat (Santrock, 2012).

SMAN 15 merupakan sebuah institusi pendidikan milik pemerintah yang menduduki peringkat ke 10 diantara 16 Sekolah Menengah Atas Negeri di Semarang. Siswa-siswi SMAN 15 Semarang tergolong dalam fase remaja, yang berada dalam kategori remaja tengah dengan usia berkisar antara 15 hingga 18 tahun. Pada siswa kelas X adaptasi dengan lingkungan baru mulai dilakukan. Penelitian Marela, Wahab, dan Marchira (2017) menyebutkan proses adaptasi yang dilakukan oleh siswa kelas X meliputi penyesuaian pada sekolah, teman, dan pelajaran.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling diketahui bahwa siswa kelas X mulai membangun hubungan dengan teman satu kelas, mayoritas siswa tergolong memiliki pergaulan yang cukup bagus. Hal ini dibuktikan siswa laki-laki maupun siswi perempuan dapat berbaur dengan baik. Selain itu, siswa juga terbuka dengan guru-guru ditunjukkan dengan mulai terjalinnya komunikasi dua arah saat pembelajaran berlangsung.

Siswa dan siswi kelas X di SMAN 15 Semarang tergolong mampu mengembangkan pola komunikasi interpersonalnya dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan rendahnya keterlibatan siswa kelas X dalam kasus tawuran antar sekolah, maupun perkelahian antar siswa. Pada siswa kelas X diterapkan undi tempat duduk yang diubah setiap dua minggu sekali yang bertujuan supaya siswa dapat berbaur dengan semua teman di kelas. Kusumaningsih dan Mulyana (2013) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa remaja yang memiliki banyak teman sebaya akan merasa diterima, dan dapat mengembangkan kepercayaan dirinya dengan baik.

Penelitian yang dilakukan Farahati (2011) menemukan bahwa pada fase remaja sangat membutuhkan komunikasi interpersonal yang efektif, hal ini dikarenakan remaja mengharapkan suatu keadaan dimana dapat bertukar pikiran satu sama lain, sehingga hal tersebut digunakan remaja sebagai tempat peluapan emosi. Xia, Gao, Wang, dan Hollon (2014) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa untuk menerima orang lain secara positif dapat dilakukandengan individu terbuka secara interpersonal dan dapat menilai karakteristik serta perilaku orang lain secara positif. Lundebj, Jacobsen, Lundebj, dan Loge(2017) dalam penelitiannya berpendapat bahwa komunikasi yang efektif dan efisien bergantung pada bagaimana individu mengorganisasikan pertemuan dan peka terhadap emosi dan perspektif orang lain.

Lusiawati (2013) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa memahami apa yang dirasakan dan mengenali emosi diri berpengaruh pada perilaku dan sikap remaja terhadap setiap kejadian yang dialami. Goleman (2016) berpendapat bahwa individu yang cakap secara emosional, dapat mengetahui dan mengatasi perasaan dengan baik, serta mampu memahami dan menghadapi perasaan orang lain secara efektif. Penelitian oleh Nikkooyeh, Zarani, dan Fathabadi (2017) mengungkapkan siswa dengan emosional yang cerdas lebih dapat memahami dan mengelola emosi secara lebih baik, sehingga hubungan dengan senior maupun teman sekelas lebih baik dan dapat menghindari dari kejahatan dan perilaku yang menyimpang. Mardiyati (2015) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional juga mempengaruhi kegiatan belajar, dengan kecerdasan emosional siswa dapat mengembangkan perilaku belajarnya dengan baik.

Gardner (dalam Goleman, 2016) mengungkapkan pendapatnya mengenai kecerdasan emosional sebagai kemampuan individu dalam membedakan dan menanggapi suasana hati, temperamen, motivasi, dan hasrat orang lain. Goleman (2016) menjelaskan mengenai ciri-ciri individu dengan kecerdasan emosional yang rendah, yaitu tidak mengetahui apa yang semestinya dirasakan, kesulitan menggambarkan perasaan diri sendiri maupun perasaan orang lain, dan mereka cenderung kesulitan untuk membedakan berbagai emosi yang muncul. Elias, Zins, Weissberg, dan Frey (dalam Matthews, Zeidner, & Roberts, 2002) juga mengemukakan pandangan tentang kecerdasan emosional, bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan yang positif terhadap pencapaian akademik, pekerjaan yang sukses dan memuaskan, kesehatan emosional dan penyesuaian diri.

Menurut Matthews, Zeidner, dan Roberts (2002) kecerdasan emosional merupakan media dalam mencapai suatu pembaruan dalam sistem pendidikan baik pada tingkat sekolah dasar, menengah, maupun tinggi. Kecerdasan emosional memiliki lima aspek sesuai dengan yang diungkapkan Salovey (dalam Goleman, 2016), yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Menurut Cherniss dan Goleman (2001) pada saat yang sama, kecerdasan emosional memengaruhi suatu kualitas hubungan pada individu. Goleman (2016) juga menjelaskan bahwa keselarasan suasana hati individu adalah inti dari hubungan sosial yang baik.

Dalam menangani emosi orang lain menurut Goleman (2016) membutuhkan kematangan dalam

diri individu, yaitu manajemen diri dan empati. Empati merupakan kemampuan dalam menyadari apa yang dirasakan orang lain, empati itu sendiri dibangun melalui kesadaran diri, semakin terbuka individu terhadap emosi diri, maka semakin terampil dalam membaca perasaan. Individu yang mampu mengendalikan sinyal yang dikirimkan oleh lawan bicara akan bersikap lebih hati-hati dalam mengendalikan luapan emosi yang mungkin muncul dan mengganggu hubungan sosial. Dengan ini, individu akan semakin terampil secara sosial. Rakhmat (2011) menyatakan bahwa bila komunikator dan komunikan sampai di suatu titik pengertian yang sama dan berlangsung dalam suasana yang menyenangkan maka tercapailah komunikasi interpersonal yang efektif.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dengan komunikasi interpersonal. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan komunikasi interpersonal. Hal ini berarti, semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin baik komunikasi interpersonal yang dimiliki remaja, dan semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin buruk komunikasi interpersonal yang dimiliki remaja.

METODE

Populasi dalam penelitian ini merupakan siswa kelas X di SMAN 15 Semarang. Subjek dalam penelitian ini memiliki karakteristik remaja berusia 15-16 tahun dan merupakan siswa kelas X SMAN 15 Semarang. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *cluster random sampling*. Populasi dalam penelitian ini yaitu 10 kelas (360 siswa), dengan jumlah sampel sebanyak 6 kelas (208 siswa).

Metode pengumpulan data yang digunakan dengan menggunakan skala psikologi dengan model *Skala Likert* dan menggunakan modifikasi yang terdiri atas empat kategori jawaban. Skala psikologi tersebut dibagi menjadi dua, yaitu skala kecerdasan emosional (32 aitem, $\alpha = 0,876$) dan skala komunikasi interpersonal (35 aitem, $\alpha = 0,902$). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini pengujian hipotesis menggunakan SPSS versi 21.0, sehingga diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,678 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil dari koefisien korelasi dan signifikansi menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan komunikasi interpersonal. Nilai positif pada koefisien korelasi dapat diartikan sebagai semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi komunikasi interpersonal, begitu pula sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin rendah komunikasi interpersonal. Hasil dari penelitian ini dapat diartikan dengan hipotesis yang diajukan, yaitu terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan komunikasi interpersonal dapat diterima.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang memengaruhi komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMAN 15 Semarang. Pada penelitian diperoleh koefisien determinasi dengan nilai *R square* pada komunikasi interpersonal sebesar 0,460. Sehingga, hal ini dapat diartikan bahwa variabel kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 46% terhadap variabel komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMAN 15 Semarang.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa sebagian besar siswa kelas X SMAN 15 Semarang berada pada kategori kecerdasan emosional (79,8%) dan komunikasi interpersonal (67,3%) yang tinggi. Hal tersebut berarti bahwa siswa kelas X SMAN 15 Semarang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi, diikuti dengan komunikasi interpersonal yang baik. Menurut Salovey (dalam Matthews, Zeidner, & Roberts, 2002) menerangkan bahwa semakin cerdas emosional pada individu, maka semakin mampu mengatasi masalah dengan memahami dan menilai keadaan emosionalnya secara tepat, memahami waktu dan bagaimana cara mengungkapkannya, serta mengatur suasana hati secara tepat.

Tingginya kecerdasan emosional diartikan bahwa siswa kelas X SMAN 15 Semarang memiliki kemampuan dalam mengetahui dan mengatasi perasaan mereka dengan baik, dan mampu menghadapi perasaan orang lain secara efektif. Perbedaan tingkat kecerdasan emosional pada siswa disebabkan beberapa faktor yang menurut penelitian Wulandari (2012) terdiri dari faktor internal (faktor bawaan yang sifatnya genetik) dan faktor eksternal (faktor yang memengaruhi perkembangan kecerdasan individu seperti tingkat pendidikan dan pengalaman yang dimiliki individu). Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional berkorelasi positif dengan komunikasi interpersonal pada $p=0,000$ ($p<0,01$).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMAN 15 Semarang. Hal ini dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin baik komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMAN 15 Semarang. Selain itu, kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 46% terhadap komunikasi interpersonal.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran bagi pihak terkait sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian. Bagi subjek penelitian diharapkan dapat mempertahankan kecerdasan emosional yang sudah tinggi, dan meningkatkan kecerdasan emosional bagi yang masih rendah dengan cara memonitor emosi melalui diskusi dengan guru BK, memperbanyak interaksi dengan teman sebaya serta mengikuti kegiatan yang diadakan secara rutin oleh pihak sekolah sebagai media mempertahankan kecerdasan emosional serta komunikasi interpersonal yang efektif.
2. Bagi Sekolah. Bagi sekolah diharapkan memfasilitasi siswa dengan mengadakan pelatihan yang berpusat pada siswa secara rutin disetiap awal tahun pembelajaran. Pelatihan tersebut diselingi dengan permainan yang mampu menunjang kemampuan siswa dalam mengelola emosi dan mempersiapkan untuk proses pembelajaran selanjutnya. Sekolah juga diharapkan dapat memberikan pelatihan konseling teman sebaya bagi siswa yang memiliki komunikasi interpersonal yang kurang baik maupun yang sudah baik. Hal ini bisa dilakukan dengan mendatangkan pembicara maupun pemateri yang sudah ahli di bidang tersebut.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik serupa disarankan agar juga meneliti komunikasi interpersonal pada individu dengan karakteristik yang berbeda dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain selain yang difokuskan pada penelitian ini, serta keterlibatan orangtua sebagai pendidik utama.

DAFTAR PUSTAKA

- Cherniss, C., & Goleman, D. (2001). *The emotionally intelligent workplace: How to select for measure, and improve emotional intelligence in individuals, group, and organization*. New York, NY: Jossey-Bass.
- Desideria, B. (2017, 3 November). *Pelaku bullying juga bisa jadi korban, kok bisa?* Diunduh dari <https://www.liputan6.com/health/read/3149911/pelaku-bullying-juga-bisa-jadi-korban-kok-bisa?source=search>.
- DeVito, J.A. (2006). *Human Communication: The basic course*. New York, NY: Pearson Education, Inc.
- Erozkan, A. (2013). The effect of communication skills and interpersonal problem solving skills on social self-efficacy. *Journal of Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(2), 739-745.
- Farahati, M. (2011). Relationship between family communication patterns with locus of control, self-esteem, shyness and communication skills in adolescents. *European Psychiatry*, 26(1), 282-290.
- Goleman, D. (2016). *Emotional intelligence: Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Ige, E.P. (2018, 21 Maret). *Penanganan perundungan anak fokus di Semarang dan Makassar*. Diunduh dari <https://www.liputan6.com/regional/read/3392044/penanganan-perundungan-anak-fokus-di-semarang-dan-makassar?source=search>.
- Mardiyati (2015). Hubungan kecerdasan emosional dan kemandirian belajar pada siswa kelas XIII SMA Negeri 1 Prambanan Sleman. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(3), 1-10.
- Matthews, G., Zeidner, M., & Roberts, R.D. (2002). *Emotional intelligence: Science dan myth*. Cambridge, MA: Massachusetts Institute of Technology.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, (2004). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nikooyeh, E., Zarani, F., & Fathabadi, J. (2017). The mediating role of social skills and sensation seeking in the relationship between trait emotional intelligence and school adjustment in adolescents. *Journal of Adolescent*, 59, 45-50.
- Kusumaningsih, M.R., & Mulyana, O.P. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa remaja. *Jurnal Character*, 2(1).
- Lundeby, T., Jacobsen, H.B., Lundeby, P.A., & Loge, J.H. (2017). Emotions in communication skills training-experiences from general practice to Porsche maintenance. *Patient Education and Counseling*, 100(1), 2141-2143.
- Lusiawati. (2013). Kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada remaja awal yang tinggal di panti asuhan Uswatun Hasanah Samarinda. *Ejournal*, 1(2), 167-176.
- Rakhmat, J. (2011). *Psikologi komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja: Edisi kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-span Development* (Edisi ketigabelas). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S.W. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Shukla, A. & Dixit, T. (2015). Interpersonal communication among adolescents. *Journal of Psychosocial Research*, 10(2), 327-336.
- Sekarningtyas, P., & Sunarto. (2019). Pengaruh intensitas bullying terhadap pola komunikasi interpersonal pada mahasiswa Fisip Undip program studi Ilmu Komunikasi angkatan 2017. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 26(2), 17-20.
- Utomo, D.P., & Harmiyanto. (2016). Hubungan keterampilan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 55-59.
- Wulandari D. (2012). Gambaran kecerdasan emosional pada siswa SMKN 1 Jakarta. *Jurnal*

Penelitian dan Pengukuran Psikologi, 1(1), 183-190.

Xia, L.X., Gao, X., Wang, Q., & Hollon, S.D. (2014). The relations between interpersonal self-support traits and emotion regulation strategies: A longitudinal study. *Journal of Adolescence, 37(6), 779-786.*