

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Interaksi Sosial**

##### **1. Pengertian Interaksi Sosial**

Interaksi Sosial adalah berbagai hubungan sosial yang berkaitan dengan hubungan antara individu dengan individu, antara individu dengan kelompok, serta antara kelompok dengan kelompok. Jika tidak ada interaksi sosial, maka di dunia ini tidak ada kehidupan bersama. Selain itu, proses sosial merupakan interaksi timbal balik atau disebut sebagai hubungan yang saling mempengaruhi antara manusia yang satu dengan lainnya dan hubungan ini berlangsung seumur hidup di masyarakat (Salamadian, 2018). Sedangkan menurut Soekanto (2012) menjelaskan interaksi sosial adalah hubungan-hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antara orang per orang, antara orang dengan kelompok atau kelompok dengan kelompok. Pengertian ini juga senada dengan pendapat dari (Young, 2018) interaksi sosial merupakan hubungan sosial yang dinamis antara individu dengan individu, individu dengan kelompok dan kelompok dengan kelompok.

Interaksi sosial adalah kunci dari semua kehidupan sosial, maka dari itu jika interaksi sosial tidak terjalin kemungkinan untuk terjadi kehidupan bersama yang selaras memiliki nilai yang kecil. Interaksi yang dimaksud adalah sebagai pengaruh timbal balik antara individu dengan individu, individu dengan kelompok dan kelompok dengan kelompok dalam memecahkan suatu masalah dan mencakup usaha untuk mencapai tujuannya (Ahmadi, 2004). Interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara individu satu dengan individu lainnya di mana individu yang satu dapat mempengaruhi individu yang lainnya sehingga terdapat hubungan yang saling timbal balik (Walgito, 2003).

Interaksi sosial adalah hubungan-hubungan sosial yang dinamis, baik yang menyangkut hubungan antar individu dan individu, antara individu dan kelompok maupun antara kelompok dan kelompok dapat diartikan sebagai pengaruh timbal balik antara berbagai segi kehidupan bersama (Gunawan, 2000). Interaksi sosial juga sebagai peristiwa yang saling mempengaruhi satu sama lain ketika dua orang

atau lebih hadir bersama, mereka menciptakan suatu hasil satu sama lain, atau berkomunikasi satu sama lain. Jadi dalam setiap kasus interaksi, tindakan setiap orang bertujuan untuk mempengaruhi individu lain (Ali & Asrori, 2014). Interaksi sosial dengan hubungan dinamis yang mempertemukan orang dengan orang, kelompok dengan kelompok, maupun orang kelompok manusia. Interaksi sosial merupakan cara-cara yang berhubungan dalam kehidupan lingkungan sekolah, masyarakat yang dapat dilihat apabila individu atau kelompok manusia saling bertemu dan menentukan sistem serta bentuk-bentuk hubungan tersebut (Mardizal & Ramatni, 2024). Dalam Interaksi sosial juga terdapat simbol, di mana simbol diartikan sesuatu yang nilai atau maknanya diberikan kepadanya oleh mereka yang menggunakannya.

Pengertian interaksi sosial adalah suatu hubungan timbal balik antar individu dengan individu, individu dengan kelompok, serta kelompok dengan kelompok yang di dalam proses terjadinya interaksi sosial itu sangat mempengaruhi bagaimana sikap seseorang dalam menghadapi hal-hal yang terjadi dalam kehidupannya. Pada penelitian ini, interaksi mengandung pengertian hubungan timbal balik antar dua orang atau lebih yang saling mempengaruhi, dan memainkan peran mereka masing-masing secara aktif. Dalam interaksi juga lebih dari sekedar terjadi hubungan antar pihak yang terlibat melainkan terjadi saling mempengaruhi. Proses belajar mengajar merupakan proses kegiatan interaksi antara dua unsur pendidikan, yakni siswa sebagai pihak yang belajar dan dididik (siswa) dan guru sebagai pihak yang mengajar dan yang mendidik oleh guru (pendidik).

## 2. Bentuk - Bentuk Interaksi Sosial

Berbagai macam bentuk dalam interaksi sosial, berikut beberapa bentuk interaksi sosial:

### a. Interaksi Sosial Asosiatif

Interaksi sosial asosiatif adalah interaksi sosial yang mengarah ke dalam bentuk persatuan, bersekutu atau saling mengikat. Pola hubungan interaksi sosial yang bersifat asosiatif dapat tercipta karena adanya kerja sama,

akomodasi, asimilasi dan akulturasi.

1) Kerjasama (*Cooperation*)

Kerja sama adalah proses saling mendekati dan bekerja sama antar individu, antar individu dengan kelompok, atau antar kelompok, dengan tujuan untuk memenuhi kepentingan dan kebutuhan bersama. Kerja sama merupakan bentuk interaksi sosial yang utama dan faktor-faktor pembatas pada masing-masing pihak yang bekerja sama seperti saling membantu, gotong royong, energi dan pengetahuan (Soekanto, 2012).

2) Akomodasi (*Accommodation*)

Akomodasi adalah proses penyesuaian sosial antara individu dan kelompok-kelompok manusia untuk meredakan pertentangan atau pertikaian. Akomodasi dilakukan dengan tujuan tercapainya kestabilan dan keharmonisan dalam kehidupan. Akomodasi memiliki tujuan, antara lain yaitu mengurangi pertentangan antar perorangan atau kelompok manusia sebagai sebab akibat perbedaan paham, Mencegah terjadinya ledakan konflik atau pertentangan dan untuk memungkinkan terjadinya kerja sama antar kelompok sosial yang terpisah akibat faktor sosial psikologis dan kebudayaan.

3) Asimilasi (*Assimilation*)

Asimilasi adalah suatu usaha yang dilakukan oleh perorangan atau kelompok untuk menguasai perbedaan antara mereka (Mardizal & Ramatni, 2024). Tujuannya adalah untuk meningkatkan semangat kesatuan dan persatuan di antara mereka dengan cara mempertinggi kesatuan tindakan, sikap dan proses mental dengan memperhatikan kepentingan dan tujuan bersama. Faktor-faktor yang dapat mempermudah terjadinya proses asimilasi yaitu Adanya toleransi, Adanya sikap saling menghargai antarbudaya dan adanya kesamaan unsur-unsur kebudayaan.

b. Interaksi Sosial Disosiatif

Interaksi sosial yang mengarah pada suatu pertentangan, pertikaian, atau bahkan sama sekali tidak menghasilkan suatu interaksi sosial. Interaksi sosial

disosiatif dapat berupa persaingan, kontraversi dan pertentangan atau konflik.

1) Persaingan (*Competition*)

Proses sosial antara individu atau kelompok manusia yang saling mencari keuntungan atau kemenangan dalam berbagai bidang kehidupan. Persaingan berlangsung sehat jika pihak-pihak yang bersaing tidak menimbulkan ancaman atau kekerasan. Contohnya persaingan ekonomi dan persaingan kebudayaan (Utama & Bagong, 2011).

2) Kontravensi (*Contravention*)

Menurut Leopold, menyatakan bahwa terdapat beberapa bentuk kontravensi, yaitu Pertama, perbuatan seperti penolakan, perlawanan, menghalang-halangi gangguan, perbuatan kekerasan, dan mengacukan rencana pihak lain. Kedua, menyangkal pernyataan orang lain, memaki-maki, melemparkan beban pembuktian pada orang lain. Ketiga, mengumumkan rahasia orang lain. Keempat, mengejutkan lawan, mengganggu atau membingungkan pihak lain.

3) Pertengkaran atau Konflik (*Conflict*)

Pertengkaran terjadi karena menyadari adanya sebuah perbedaan tertentu antara suatu individu dengan kelompok, meliputi emosi, unsur-unsur kebudayaan, pola-pola perilaku, perbedaan dalam agama.

Pada umumnya penyebab terjadinya pertentangan adalah Perbedaan antara individu yaitu perbedaan pendirian dan perasaan akan melahirkan bentrokan di antara mereka dan Perbedaan kebudayaan yaitu pola berpikir dan pola pendirian antar kelompok yang berbeda dapat menyebabkan terjadinya pertentangan antar kelompok (Utama & Bagong, 2011)

Sedangkan menurut (Gunawan, 2000) bentuk-bentuk interaksi sosial dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Dilihat dari subjeknya, ada tiga macam interaksi sosial yaitu interaksi antara perorangan, interaksi orang dengan kelompok dan sebaliknya dan interaksi antara kelompok.
- b. Di lihat dari caranya, yaitu interaksi langsung misalkan interaksi fisik,

seperti berkelahi, hubungan seks atau kelamin dan sebagainya, interaksi simbolik yaitu interaksi dengan mempergunakan bahasa lisan atau tulisan dan simbol-simbol lain seperti isyarat dan lain sebagainya (Gunawan, 2000).

Adapun menurut Goleman yang dikutip oleh Yesmil tentang bentuk-bentuk interaksi sosial menurut jumlah pelakunya, yaitu:

- a. Interaksi individu dengan individu, yaitu individu memberikan pengaruh atau stimulus kepada individu lainnya. wujud interaksi bisa dalam bentuk berjabat tangan, saling menegur, bercakap-cakap maupun bertengkar ( Yesmil Anwar, 2013).
- b. Interaksi antara individu dengan kelompok yaitu bentuk interaksi antar individu dengan kelompok bentuk interaksi antar individu dengan kelompok misalnya seperti misalnya guru berpidato di depan siswa. Kepentingan ini menunjukan bahwa kepentingan individu berhadapan dengan kepentingan kelompok.
- c. Interaksi antar kelompok dengan kelompok yaitu bentuk interaksi seperti hubungan dengan kepentingan individu dalam kelompok lain.

### 3. Ciri - Ciri Interaksi Sosial

Kemampuan untuk dapat berinteraksi sosial sangat diperlukan bagi manusia karena pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang sudah pasti saling berhubungan antara satu dengan yang lainnya. Menurut (Hudaniah,2009) interaksi sosial tidak mungkin terjadi apabila tidak memenuhi dua syarat yaitu adanya kontak sosial dan komunikasi. Maka dari itu, saat menjalin interaksi sosial pastilah terjadi suatu hubungan yang di dalam hubungan tersebut terdapat kontak sosial dan komunikasi antara individu satu dengan individu yang lain. Kontak dalam menjalin hubungan tersebut dapat berupa kontak primer maupun kontrak sekunder. Kontak primer merupakan kontak yang dilakukan secara langsung, misalnya dengan berjabat tangan atau dengan adanya tatapan mata. Sedangkan kontak sekunder adalah kontak yang dilakukan secara tidak langsung, misalnya saat berkomunikasi menggunakan



alat bantu komunikasi seperti *handphone*.

Ciri-ciri interaksi sosial adalah adanya hubungan, adanya individu, adanya tujuan dan adanya hubungan dengan struktur dan fungsi sosial (Santosa, 2004). Di lingkungan sekolah sendiri dapat dicontohkan dengan adanya hubungan antara kepala sekolah dengan guru, antara guru dengan siswa, antara siswa dengan siswa atau antara warga sekolah satu dengan yang lainnya. Ciri-ciri hubungan yang baik antara siswa dengan siswa misalnya dengan adanya kebersamaan, saling menghargai, saling membutuhkan, saling membantu dan tidak saling membedakan (Fitriani, 2015).

Seperti yang dikemukakan oleh Rohanah (2020), ciri-ciri interaksi sosial terdiri dari:

a. Pelaku lebih dari satu

Interaksi sosial dilakukan lebih dari satu orang, minimal dua orang karena dalam interaksi sosial membutuhkan respons dari orang lain.

b. Adanya komunikasi antar individu atau kelompok

Jika tidak ada komunikasi dalam interaksi sosial yang terjadi pada individu dengan individu, individu dengan kelompok, dan kelompok dengan kelompok karena dalam interaksi dibutuhkan berkomunikasi.

c. Adanya tujuan antar individu

Setiap individu dalam berinteraksi sosial mempunyai tujuan seperti berkenalan, mencari informasi dan saling mempengaruhi.

Jadi dari beberapa ciri-ciri dari interaksi sosial yang telah di paparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa setiap interaksi sosial yang terjadi harus memenuhi salah satu unsur tersebut.

#### 4. Faktor yang Mempengaruhi Interaksi Sosial

Faktor yang mempengaruhi interaksi sosial di bawah ini saling berinteraksi dan membentuk pola perilaku sosial yang kompleks, yang pada gilirannya mempengaruhi dalam berhubungan sosial di masyarakat. Berikut beberapa faktor yang dapat mempengaruhi interaksi sosial:

a. Imitasi

Imitasi adalah tindakan seseorang untuk meniru orang lain melalui

sikap, penampilan, gaya hidup, bahkan apa saja yang dimiliki oleh orang lain tersebut. Proses imitasi bisa berlangsung secara positif jika mampu mendorong seseorang atau sekelompok individu untuk mematuhi nilai dan norma-norma yang berlaku (Adi, 2012). Namun adakalanya imitasi akan menimbulkan hal-hal yang negatif apabila seseorang atau sekelompok individu mengimitasi tindakan- tindakan yang menyimpang.

b. Sugesti

Sugesti adalah pengaruh, pandangan, atau sikap yang diberikan seorang individu terhadap individu lain kemudian diterima, dituruti, atau dilaksanakan dengan tanpa berpikir lagi secara rasional. Sugesti terjadi karena pihak yang menerima sugesti dilanda oleh emosi sehingga menghambat daya pikirnya yang rasional.

c. Identifikasi

Identifikasi adalah upaya yang dilakukan oleh seorang individu untuk menjadi sama atau identik dengan individu yang lain ditirunya. Identifikasi sifatnya lebih mendalam dari pada imitasi sebab proses identifikasi dapat membentuk kepribadian seseorang. Artinya identifikasi tidak hanya tindakan peniruan pola perilaku semata, melainkan serangkaian peniruan melalui proses kejiwaan yang sangat dalam.

d. Simpati

Simpati adalah proses kejiwaan apabila seorang individu merasa tertarik pada orang lain atau sekelompok orang. Perasaan tertarik itu timbul karena, penampilan, wibawa atau perbuatan yang ditampilkan orang lain atau sekelompok orang. Didalam proses simpati ada keinginan untuk memahami pihak lain dan untuk bekerja sama dengannya. Proses simpati dapat berkembang jika berada dalam keadaan saling pengertian.

e. Empati

Proses empati hampir sama dengan simpati. Perbedaannya, proses empati lebih dalam, sehingga seseorang akan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.

## 5. Indikator Interaksi Sosial

Indikator interaksi sosial menurut Sugiyono (2009), meliputi lima ciri antara lain yaitu:

a. Keterbukaan

Sikap membuka diri, memberikan respons kepada komunikan serta merasakan perasaan komunikan. Dengan memiliki keterbukaan diri, komunikator akan merasa aman dan saling memahami antara satu sama lain. Sehingga komunikasi akan berjalan dengan baik, menyenangkan, lebih bermakna dan efektif.

b. Empati

Empati artinya ikut merasakan menempatkan pikiran, perasaan serta keinginan orang lain yang diajak dalam berkomunikasi. Sehingga tercipta interaksi sosial yang didasari rasa peduli dan saling pengertian.

c. Dukungan

Dalam interaksi sosial memberi dukungan terhadap orang lain memberikan kesan berpartisipasi dalam komunikasi.

d. Rasa positif

Rasa positif yang dimaksud adalah sikap komunikator yang memberikan respons baik serta memberikan penilaian positif terhadap komunikan.

e. Kesamaan

Kesamaan pada konsep ini yakni tidak saling merasa paling tinggi di antara orang lain serta mempunyai kesamaan antara satu dengan yang lain.

Selain itu menurut (Soekanto, 2012) menyimpulkan bahwa terdapat tiga komponen pokok dalam interaksi sosial yang dapat dijadikan sebagai indikator interaksi sosial, yaitu:

a. Percakapan

Percakapan merupakan manajemen interaksi yang diperlukan agar komunikasi berjalan dengan lancar dan penuh informasi tanpa henti di tengah jalan yang membuat setiap orang tidak nyaman

b. Melakukan kontak mata atau kontak fisik

Kontak mata mengacu pada pendapat. Bagaimana kita melihat atau menatap seseorang dapat menyampaikan berbagai emosi, seperti marah, takut, atau sayang. Secara umum, kita dapat bertahan lebih baik dalam melakukan kontak mata apabila berbicara tentang hal-hal yang membuat kita nyaman dan apabila kita benar-benar merasa nyaman

c. Saling pengertian dan menerima

Saling pengertian atau penerimaan adalah cara seseorang melihat orang lain. Menghargai orang lain dengan tulus dan tidak membedakan adalah cara lain untuk menunjukkan sikap ini. Hubungan antara pribadi dapat berjalan dengan baik jika kita menerima apa adanya. Menghargai orang lain, memberi kesempatan kepada lawan bicara, dan saling memahami perasaan satu sama lain.

d. Kerja sama

Ketika orang-orang memiliki kepentingan yang sama dan memiliki cukup pengetahuan dan kekuatan untuk memenuhi kepentingan tersebut, Kerja sama dapat terjadi. Adanya organisasi juga merupakan bagian penting dari Kerja sama yang efektif



Alasan lebih memilih indikator interaksi sosial yang dikemukakan oleh Sugiyono adalah indikator yang dikemukakan oleh Sugiyono lebih mudah dipahami dan dapat membantu dalam membuat instrumen dan poin yang disampaikan juga mempengaruhi bagaimana individu berinteraksi dan mempengaruhi satu sama lain dalam konteks sosial.

## **B. Kecerdasan Emosional**

### **1. Pengertian Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikologi Peter Salovey dan Jhon Mayer untuk menjelaskan kualitas- kualitas yang penting bagi keberhasilan, diantaranya adalah empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan menyelesaikan masalah antar pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, keramahan dan sikap hormat (Shapiro, 1998).

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ adalah sebagai berikut:

“Himpunan dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.” (Shapiro, 1998).

Kecerdasan emosional kemudian dipopulerkan oleh Daniel Goleman melalui bukunya yang berjudul *Emotional Intelligence, Why It can Matter More Than IQ?* yang terbit pada tahun 1995 (Martin, 2008). Menurut (Goleman, 2009) kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, bertahan dalam menghadapi tekanan, mengendalikan keinginan, mengatur suasana hati, menjaga beban stres agar tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, serta kemampuan dalam berempati. Kecerdasan emosional di sini lebih kepada bagaimana individu dapat mengatur dan menggunakan emosinya secara efektif untuk dapat meraih kesuksesan dalam hidup. Emosi itu sendiri pada dasarnya merupakan dorongan untuk bertindak

terhadap suatu stimulus. Oleh karena itu, individu dengan kecerdasan emosional yang berkembang baik akan mampu untuk berpikir dengan jernih tanpa dikuasai oleh emosi sehingga dapat mendorong produktivitas menjadi lebih tinggi.

Sedangkan menurut Coper, mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah sebagai kemampuan untuk merasakan dan memahami secara efektif menerapkan serta daya kepekaan emosi sebagai energi informasi koneksi dan pengaruh manusiawi (Diana, 2007). Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memahami dan bertindak bijaksana dalam menghadapi atau berhubungan dengan orang lain (Hariwijayana, 2006). Sedangkan kecerdasan emosional menurut Ginanjar (2004) adalah sebuah kemampuan untuk dapat mendengarkan bisikan emosi dan menjadikannya sebagai sumber informasi yang penting dalam memahami diri sendiri dan orang lain dalam mencapai sebuah tujuan.

Menurut (Nurdin, 2009) kecerdasan emosional sebagai suatu dimensi kemampuan yang berupa keterampilan emosional dan sosial yang kemudian membentuk watak dan karakteristik yang di dalamnya terkandung kemampuan-kemampuan seperti kemampuan mengendalikan diri, empati, motivasi, semangat kesabaran, ketekunan dan keterampilan sosial. Pengertian kecerdasan emosional lainnya diungkap oleh (Wahyuni, 2012) Kecerdasan emosional merupakan penggunaan emosi secara efektif guna mencapai tujuan, membangun hubungan produktif, serta mencapai keberhasilan di tempat kerja.

Menurut (Goleman, 2009), kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola emosi dalam dirinya sendiri serta emosi orang lain dan memanfaatkannya untuk mencapai keberhasilan. Gardner juga menyebutkan bahwa kecerdasan emosional dapat mempengaruhi keberhasilan seseorang selain kecerdasan intelektual. Menurut (Goleman, 2006) menyebutkan kecerdasan emosional adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa sehingga orang tersebut dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat

dan mengatur suasana hati. Kecerdasan emosional menurut Wahyuni (2012) adalah suatu kemampuan untuk merasakan, memahami, menerapkan emosi sebagai energi, informasi, koreksi dan pengaruh yang manusiawi.

Orang yang memiliki kecerdasan emosi mempunyai ciri pokok yaitu kendali diri, empati, pengaturan diri, motivasi dan keterampilan sosial. Dengan kecerdasan tersebut, seseorang mampu melepaskan dari suasana hati yang tidak mengenakkan. Orang tersebut juga akan mempunyai harapan yang lebih tinggi sehingga akan menghadapi kehidupan dengan lebih baik terutama dalam kehidupan bermasyarakat. Orang yang memiliki kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence*) dapat mempelajari situasi-situasi sosial yang ada di sekitarnya. Kecerdasan emosional dapat memberikan dampak luar biasa untuk berhubungan dengan orang lain.

Kecerdasan ini dapat dimanfaatkan untuk membaca pikiran dan perasaan orang lain serta dapat memotivasi diri guna menghadapi masalah kehidupan. Kemampuan berhubungan dengan orang lain merupakan kecakapan sosial yang dapat membantu keberhasilan dalam menjalin pergaulan dengan orang lain. Hal tersebut juga berlaku di sekolah. Penerapan teori tersebut di dalam lingkungan sekolah adalah perkembangan kecerdasan emosi yang baik, tidak dapat dilihat dari kemampuannya dalam menjawab soal saja, akan tetapi juga dapat dilihat dari kemampuannya dalam menahan emosinya sehingga dia tidak akan berbuat atau berperilaku yang tidak baik. Apabila seseorang dapat menghadapi gangguan emosi yang ada dalam dirinya, senantiasa dapat memotivasi diri sendiri tanpa ada paksaan dari orang lain.

Berdasarkan uraian tentang kecerdasan emosional di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seorang individu untuk mengendalikan emosi dirinya serta orang lain, serta menggunakannya secara produktif untuk mencapai keberhasilan. Dalam penelitian ini yang dimaksud kecerdasan emosional adalah kemampuan siswa dalam mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain atau empati dan kemampuan untuk membina atau hubungan kerja sama dengan orang lain, antara satu emosi dan emosi yang lain,

antara emosi dan gejala tubuh, serta antara emosi dan lingkungan sekitarnya.

## 2. Indikator Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman, tanda- tanda orang yang memiliki kecerdasan emosional adalah sebagai berikut:

### a. Mengenali emosi diri

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence*). Para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai *metamood*, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Menurut (Goleman, 2002), kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati. Apabila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu syarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi (Goleman, 2002).

Ada tiga kemampuan yang merupakan ciri seseorang memiliki kesadaran diri, yaitu Pertama, kesadaran emosi, yaitu mengenali emosi diri sendiri dan mengetahui bagaimana pengaruh emosi tersebut terhadap kinerjanya. Kedua, penilaian diri secara teliti, yaitu mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri, memiliki visi yang jelas tentang mana yang perlu diperbaiki dan kemampuan untuk belajar dari pengalaman. Ketiga, percaya diri, yaitu keberanian yang datang dari keyakinan terhadap harga diri dan kemampuan diri.

### b. Mengelola emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan menangani perasaan agar dapat terungkap dengan cocok dan dan kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan akibat-akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan yang menekan.

Tujuannya adalah keseimbangan emosi, bukan menekan atau

menyembunyikan gejolak perasaan dan bukan pula langsung mengungkapkannya. Dengan adanya keseimbangan di dalam diri seseorang akan menjadikannya mampu mengontrol sikap dan perilaku dalam bersosialisasi dengan orang lain.

Terdapat lima indikator utama yang dimiliki seseorang yang mampu mengelola emosinya, antara lain:

- 1) Kendali diri, yaitu menjaga agar emosi dan impuls yang merusak tetap terkendali.
- 2) Dapat dipercaya, yaitu menunjukkan kejujuran dan integritas.
- 3) Kewaspadaan, yaitu dapat diandalkan dan bertanggung jawab dalam memenuhi kewajiban.
- 4) Adaptabilitas, yaitu kemampuan dalam menghadapi perubahan dan tantangan.
- 5) Inovasi, yaitu bersikap terbuka terhadap gagasan, pendekatan dan informasi baru

c. Memotivasi diri sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, memotivasi diri sendiri dan berkreasi. Menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.

Ada empat kecakapan utama untuk memotivasi diri, yaitu Pertama, dorongan berprestasi, yaitu dorongan diri untuk menjadi lebih baik atau memenuhi standar keberhasilan. Kedua, komitmen, yaitu menyelaraskan diri dengan sasaran kelompok atau lembaga. Ketiga, inisiatif, yaitu kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan. Keempat, optimis, yaitu kegigihan dalam memperjuangkan sasaran kendali terhadap halangan dan kegagalan (Goleman, 2002).

d. Mengenali emosi orang lain (empati)

Kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli,



menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain, sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

Menurut Goleman & Hermaya (2002) kemampuan berempati dapat dicirikan sebagai berikut:

- 1) Memahami orang lain, artinya dapat mengindra perasaan dan perspektif orang lain dan menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan mereka.
- 2) Orientasi pelayanan, yaitu mampu mengantisipasi, mengenali dan berusaha memenuhi kebutuhan orang lain.
- 3) Mengembangkan orang lain, artinya mampu merasakan kebutuhan orang lain untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan mereka.
- 4) Mengatasi keragaman, yaitu dapat menumbuhkan kesempatan melalui pergaulan dengan banyak orang.
- 5) Kesadaran politis, yaitu mampu membaca arus emosi sebuah kelompok dan hubungannya dengan kekuasaan (Goleman & Hermaya, 2002).

e. Membina hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain (Sunar, 2010).

Berdasarkan uraian indikator kecerdasan emosional di atas, maka dalam penelitian ini, teori yang dijadikan dasar pembuatan instrumen soal adalah teori dalam bukunya Daniel Goleman yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan membina hubungan.

### 3. Ciri - Ciri Kecerdasan Emosional

Tiap-tiap orang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang berbeda. Menurut (Nurdin,2009) ciri-ciri individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi meliputi berani dan mampu mengekspresikan emosi dengan jelas, tidak didominasi oleh perasaan-perasaan negatif, dapat memahami komunikasi non verbal, berperilaku sesuai dengan keinginan, bukan karena keharusan, dorongan dan tanggung jawab, mampu menyeimbangkan antara perasaan dengan logika dan kenyataan, termotivasi secara intrinsik, tidak termotivasi karena kekuasaan, kenyataan, status, kebaikan dan persetujuan, memiliki emosi yang fleksibel, optimis dan pantang menyerah, peduli dengan perasaan orang lain, tidak digerakkan oleh ketakutan atau kekhawatiran, serta dapat mengidentifikasi berbagai perasaan secara bersamaan.

Ciri-ciri individu dengan kecerdasan emosi yang rendah meliputi menyalahkan orang lain terhadap emosi yang sedang dirasakan, tidak mampu mengetahui emosinya sendiri, sering menyalahkan, suka memerintah, suka mengkritik, sering mengganggu, sering menggurui, sering memberi nasehat, sering curang, senang menilai orang lain, tidak bisa menyatakan emosi dengan jujur, memberikan reaksi yang berlebihan terhadap kejadian yang kecil atau sederhana, tidak memiliki perasaan dan integritas, tidak sensitif terhadap perasaan orang lain, tidak mempunyai rasa empati dan rasa kasihan, kaku, membutuhkan aturan dan struktural untuk merasa bersalah, sulit menerima kesalahan atau sering merasa bersalah, tidak bertanggung jawab, pesimistik dan sering menganggap dunia tidak adil, serta sering merasa tidak kuat, kecewa, dan pemarah.

### 4. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosi dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya faktor otak, faktor keluarga, faktor lingkungan sekolah dan faktor lingkungan sosial. Dengan demikian, faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kecerdasan emosional adalah sebagai berikut:

a. Faktor otak

La Dour mengungkapkkan bagaimana arsitektur otak memberi tempat yang istimewa bagi amigdala sebagai penjaga emosi, penjaga yang mampu membajak otak.

b. Faktor keluarga

Orang tua memegang peranan penting terhadap perkembangan kecerdasan emosional anak. Goleman berpendapat bahwa lingkungan keluarga merupakan pendidikan pertama bagi anak untuk mempelajari emosi. Dari keluargalah, seorang anak mengenal emosi dan yang paling utama adalah orang tua. Jika orang tua salah dalam mengenalkan bentuk emosi, maka dampaknya akan sangat fatal terhadap anak.

c. Faktor lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah merupakan faktor penting kedua setelah keluarga, karena di lingkungan sekolah ini anak mendapatkan pendidikan lebih lama. Guru memegang peranan penting dalam mengembangkan potensi anak melalui beberapa cara, di antaranya melalui teknik, gaya kepemimpinan, dan metode mengajar, sehingga kecerdasan emosional berkembang secara maksimal. Setelah lingkungan keluarga, kemudian lingkungan sekolah mengajarkan anak sebagai individu untuk mengembangkan intelektualitasnya dan bersosialisasi dengan sebayanya, sehingga anak dapat berekspresi secara bebas tanpa terlalu banyak diatur dan diawasi secara ketat.

d. Faktor lingkungan sosial

Dukungan dapat berupa perhatian, penghargaan, pujian, nasehat, atau penerimaan masyarakat. Semuanya memberikan dukungan psikis atau psikologis bagi anak. Dukungan sosial diartikan sebagai suatu hubungan interpersonal yang di dalamnya terdapat satu atau lebih bantuan dalam bentuk fisik atau instrumental, informasi dan pujian. Dukungan sosial yang cukup mengembangkan aspek-aspek kecerdasan emosional anak, sehingga memunculkan perasaan berharga dalam mengembangkan kepribadian dan kontak sosialnya.

Kecerdasan emosional akan dipengaruhi oleh beberapa faktor penting. Menurut Goleman & Hermaya (2002) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang timbul dari dalam diri individu yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional. Terdapat dua faktor internal yaitu jasmani dan psikologis. Segi jasmani mencakup faktor fisik dan kesehatan, bahwa setiap manusia terdapat otak yang memiliki sistem saraf pengatur emosi seperti *amigdala*, *neokorteks*, *sistem limbik* dan *lobus prefrontal*. Sehingga bila faktor fisik dan kesehatan individu terganggu atau tidak berfungsi dengan baik maka sistem saraf pengatur emosi tersebut akan memengaruhi emosi. Apabila dilihat dari segi psikologis, hal yang dapat memengaruhi emosi individu yaitu pengalaman, perasaan, kemampuan berpikir dan motivasi.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu dan dapat mempengaruhi sikap. Faktor eksternal dapat berupa lingkungan, teman (individu atau kelompok) dan pasangan hidup. Apabila faktor lingkungan di sekitar tidak memiliki peran dalam meningkatkan kecerdasan emosi individu, maka dapat diindikasikan individu tersebut memiliki kecerdasan emosional yang rendah.

Menurut (Sinta,2009) menjelaskan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional. Terdapat empat faktor tersebut, antara lain yaitu:

a. Pengalaman

Kecerdasan emosional dapat meningkat sepanjang perjalanan hidup individu. Ketika individu belajar untuk menangani suasana hati, menangani emosi, maka semakin cerdas emosional individu dan individu mampu membina hubungan baik dengan individu lain.

b. Usia

Semakin tua usia individu maka kecerdasan emosi yang dimiliki akan semakin tinggi. Namun apabila usia individu semakin muda maka semakin rendah kecerdasan emosional yang dimiliki. Pengaruh usia ini disebabkan oleh proses belajar yang dialami individu seiring bertambahnya usia.

c. Jenis Kelamin

Tidak terdapat perbedaan kemampuan antara laki-laki dan perempuan dalam meningkatkan kecerdasan emosional. Tapi rata-rata perempuan memiliki keterampilan emosional yang lebih baik daripada laki-laki.

d. Jabatan

Semakin tinggi jabatan individu maka semakin tinggi pula kecerdasan emosional yang dimiliki. Dengan demikian, individu semakin penting untuk menjalin hubungan dengan individu lain dan memahami perasaan individu lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor- faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah faktor fisik seperti korteks, neokorteks dan sistem limbik. Faktor yang kedua, yaitu faktor psikis seperti kepribadian dan mental individu. Selain itu, pengalaman, usia, jenis kelamin dan jabatan turut mempengaruhi kecerdasan emosional individu.

### **C. Kajian Penelitian yang Relevan**

Beberapa penelitian yang berhubungan dengan pengaruh kecerdasan emosional terhadap interaksi sosial siswa adalah sebagai berikut:

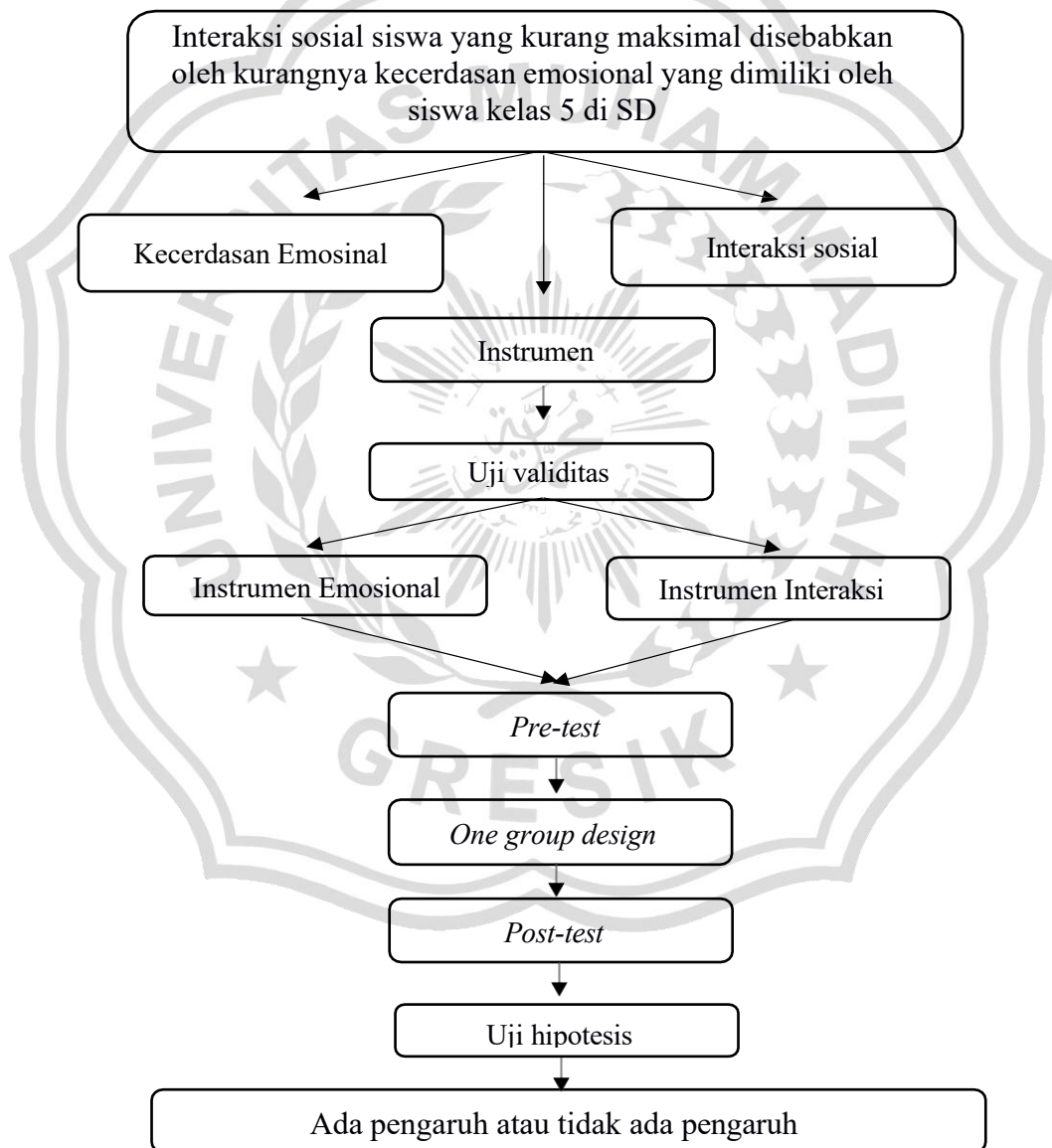


**Tabel 2. 1 Penelitian yang Relevan**

<b>PENULIS</b>	<b>TAHUN</b>	<b>JUDUL</b>	<b>PERSAMAAN</b>	<b>PERBEDAAN</b>
Gultom	2020	Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Interaksi Sosial Siswa	Sama-sama meneliti tentang kecerdasan emosional dan interaksi sosial siswa	Gultom melakukan penelitian pada Tingkat siswa SMP, sedangkan peneliti berfokus pada siswa kelas V SD
Sri Wahyuni	2022	Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Interaksi Sosial Siswa Kelas V UPT SD Inpres 12/79 Lonrae kecamatan Tanete Riattang Timur Kabupaten Boen	Sama-sama meneliti tentang Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Interaksi Sosial Siswa	Subjke penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni mengambil sampel seluruh siswa kelas V, sedangkan peneliti berfokus pada sampel 48 Siswa kelas V
Putu Agus Indrawan	2024	Pengaruh Metode Permainan Edukatif terhadap Interaksi Sosial Siswa Taman Kanak-Kanak	Sama-sama meneliti tentang interaksi sosial siswa	Penelitian yang dilakukan oleh Putu Agus Indrawan menggunakan metode edukatif apakah berpengaruh terhadap interaksi sosial siswa, sedangkan peneliti menggunakan sampel siswa Sekolah Dasar kelas V berjumlah 48
Phony Dhiana Sinwih	2018	Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Interaksi Sosial Siswa Kelas V SD Dharma Karya UT Pondok Cabe	Sama-sama meneliti tentang Kecerdasan Emosional dan Interaksi Sosial Siswa dan di Sekolah Dasar	Subjek penelitian yang dilakukan Phony Dhiana Sinwih berfokus pada MI keseluruhan, sedanagkan peneliti berfokus pada siswa SD kelas V UPT SD Negeri 12 Gresik
Ni Ketut Agustini	2019	Korelasi Antara Kecerdasan Emoisional dengan Interaksi Sosial Siswa Kelas V SD Gugus VI Pangeran Diponegoro Denpasar Barat	Sama-sama meneilit tentang Kecerdasan Emosional dan interaksi sosial siswa Sekolah Dasar	Peneilitan yang dilakukan Ni Ketut mengambil populasi yang besar yaitu seluruh siswa SD kelas V di Guguas VI Denpasar Barat, sedangkan peneliti berfokus pada satu sekolah saja dengan mengambil sampel 48 siswa.

#### D. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan alur atau jalan pemikiran secara logis untuk menjawab atau menyelesaikan suatu permasalahan berdasarkan pada landasan teori dan hasil penelitian relevan (Sugiyono, 2009). Kerangka berpikir dalam penelitian ini dibuat untuk menguji Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Interaksi Sosial Siswa Kelas V di UPT SDN 12 Gresik. Kecerdasan emosional siswa dapat dilihat dari hasil belajar siswa dalam menyelesaikan tugas. Berikut kerangka berpikir dalam penelitian ini:



**Gambar 2. 1** Kerangka Berpikir

### **E. Hipotesis**

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari setiap pertanyaan yang belum dibuktikan kebenarannya (Lubis, 2017). Hipotesis dalam penelitian ini adalah Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Interaksi Sosial Siswa Kelas V di UT SDN 12 Gresik atau  $H_1$  diterima. Hipotesis statistik, sebagai berikut:

$H_0$  = Kecerdasan emosional tidak berpengaruh terhadap interaksi sosial siswa kelas V di UPT SDN 12 Gresik.

$H_1$  = Terdapat pengaruh antara Kecerdasan emosional berpengaruh terhadap interaksi sosial siswa kelas V di UPT SDN 12 Gresik.

