

BAB II

LANDASAN TEORI

1.1 Kecerdasan Emosional

1.1.1 Pengertian Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2015: 7) emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak dan rencana seketika untuk mengatasi suatu masalah. Akar kata emosi adalah *movere* yang artinya menggerakkan, bergerak, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. (Goleman, 2015: 410) mengelompokkan emosi dalam golongan-golongan besar yaitu:

- a. Amarah: beringas, mengamuk, benci, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan dan barang kali yang paling hebat, tindak kekerasan dan kebencian patologis.
- b. Kesedihan: pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihi diri, kesepian, ditolak, putus asa, dan kalau menjadi patologis, depresi berat.
- c. Rasa takut: cemas, gugup, khawatir, waswas, perasaan takut sekali, waspada, tidak tenang, ngeri, kecut, sebagai patologi fobia dan panik.
- d. Kenikmatan: bahagia, gembira, riang, puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, rasa terpesona, rasa puas, rasa terpenuhi, kegirangan luar biasa senang sekali dan batas ujungnya, mania
- e. Cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kemesraan, kasih

- f. Terkejut: terkesiap, terkejut, takjub, terpana
- g. Jengkel: hina, jijik, muak, mual, tidak suka, mau muntah
- h. Malu: malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib dan hati hancur lebur

Kecerdasan emosi merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 2001: 512)

Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2001: 513) mendefinisikan kecerdasan emosi adalah kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain serta menggunakan perasaan-perasaan untuk memadu pikiran dan tindakan.

Kecerdasan emosional mengacu pada kemampuan dasar seseorang untuk mengenali dan menggunakan emosi. (Cherniss, 2001: 85) menyatakan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk melihat dan mengekspresikan emosi, mengasimilasi emosi dalam pikiran, memahami dan bernalar dengan emosi, dan mengatur emosi dalam diri dan orang lain.

Bar-On (dalam Cherniss, 2001: 17) mendefinisikan kecerdasan emosi dalam susunan pengetahuan, kemampuan emosional dan sosial yang mempengaruhi kemampuan untuk mengatasi tuntutan lingkungan, meliputi: 1) kemampuan untuk mengekspresikan diri, 2) kemampuan berhubungan dengan orang lain, 3) kemampuan untuk menghadapi emosi dan mengendalikan

dorongan seseorang, 4) kemampuan beradaptasi dengan perubahan untuk memecahkan masalah yang bersifat pribadi atau sosial.

Dari beberapa definisi di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan individu dalam mengelola emosi meliputi kemampuan mengendalikan dorongan diri dan keinginan, mengontrol sikap dan perilaku. Sehingga individu dapat diterima di lingkungan sosial dan dapat mengenali perasaan orang lain.

1.1.2 Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Ahli-ahli psikologi Sternberg dan Salovey telah menganut pandangan kecerdasan yang lebih luas, berusaha menemukan kembali dalam kerangka apa yang dibutuhkan manusia meraih sukses dalam kehidupannya. Aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Salovey dalam (Goleman, 2015: 56) adalah sebagai berikut:

a. Mengenali Emosi Diri

Kesadaran diri mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional, kemampuan memantau perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologi dan pemahaman diri. Para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai metamood, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Menurut John Mayer kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati.

b. Mengelola Emosi

Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.

c. Memotivasi Diri Sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk motivasi diri sendiri dan untuk berkreasi. Motivasi menurut Myres dalam (Lusiawati, 2013: 171) adalah suatu kebutuhan atau keinginan yang dapat memberi kekuatan dan mengarahkan tingkah laku.

d. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emosional, merupakan keterampilan bergaul. 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.

e. Membina Hubungan

Seni membina hubungan sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Ini merupakan suatu keterampilan yang

menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Individu mampu menangani emosi orang lain membutuhkan kematangan dua keterampilan emosional lain, yaitu manajemen diri dan empati. Dengan landasan ini merupakan kecakapan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Adanya kemampuan sosial memungkinkan seseorang membentuk hubungan, untuk menggerakkan dan mengilhami orang, membina kedekatan hubungan, meyakinkan dan mempengaruhi, membuat orang lain merasa nyaman.

1.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosi tidak didapatkan begitu saja, tetapi diperoleh melalui proses pembelajaran. Terdapat beberapa faktor yang dapat membentuk kecerdasan emosi seseorang, yakni:

1. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi. Pembelajaran emosi dimulai saat bayi dan terus berlanjut sepanjang kehidupan. Keluarga adalah subjek pertama kali yang diamati anak, bagaimana cara berinteraksi dengan anak dan menyalurkan emosi kepada anak. Kecerdasan emosi dapat diajarkan kepada anak saat masih bayi dengan cara memberikan contoh-contoh ekspresi, karena anak sangat peka terhadap transmisi emosi yang paling halus sekalipun. Kehidupan emosi yang dipupuk sejak dini oleh keluarga sangat berdampak bagi anak di

kemudian hari, sebagai contoh: anak dapat mengenali, mengelola dan memanfaatkan perasaan-perasaan, berempati, tanggung jawab, dan lain sebagainya. Kemampuan tersebut dapat membantu anak lebih mudah menangani dan menghadapi permasalahan. Sehingga anak tidak memiliki banyak masalah tingkah laku yang negative (Goleman, 2015: 267).

2. Lingkungan Sosial

Penyesuaian dengan tuntutan orang lain membutuhkan sedikit ketenangan dalam diri seseorang. Tanda kemampuan mengelola emosi muncul kira-kira pada periode anak-anak dalam aktivitas bermain peran. Bermain peran memunculkan rasa empati, contohnya: anak dapat menghibur temannya yang menangis. Permainan peran dapat membuat anak memerankan dirinya sebagai individu lain dengan emosi yang menyertainya sehingga anak akan mulai belajar mengerti keadaan orang lain. Jadi, menangani emosi orang lain termasuk seni yang mantap untuk menjalin hubungan sehingga membutuhkan keterampilan emosi. Dengan landasan ini keterampilan berhubungan dengan orang lain menjadi lebih matang (Goleman, 2015: 135).

1.1.4 Ciri-ciri Kecerdasan Emosional

Sebuah analisis tentang kecerdasan emosi terhadap ribuan pria dan wanita menunjukkan bahwa wanita rata-rata lebih sadar tentang emosi yang dimiliki. Artinya kecerdasan emosi yang dimiliki oleh pria dan wanita

berbeda dan wanita lebih mampu mengontrol kondisi emosinya. Wanita lebih mudah bersikap empati, dan lebih terampil dalam hubungan antar pribadi, sedangkan pria lebih percaya diri dan optimis, mudah beradaptasi, dan lebih baik dalam menangani stress (Goleman, 2001: 10). Individu dengan kecerdasan emosi yang tinggi menurut (Goleman, 2015: 43) memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Mampu memotivasi diri sendiri
2. Bertahan menghadapi frustrasi
3. Mengendalikan dorongan hati
4. Tidak melebih-lebihkan kesenangan
5. Mengatur suasana hati
6. Berempati dan
7. Berdoa

1.2 *Social Problem Solving*

1.2.1 *Pengertian Problem Solving*

Secara umum masalah atau *problem* muncul apabila terdapat perbedaan atau konflik antara keadaan satu dengan keadaan yang lain dalam rangka untuk mencapai tujuan, atau juga sering dikemukakan apabila ada kesenjangan antara *das Sein* dan *das Sollen* (Walgito, 2004: 181). Individu yang mendapatkan masalah akan berpikir untuk mencari pemecahannya.

Pemecahan masalah membutuhkan proses berfikir agar masalah dapat selesai. (Hamalik, 2013: 151) mengungkapkan *Problem Solving* adalah suatu proses mental dan intelektual dalam menemukan suatu masalah dan memecahkannya berdasarkan data dan informasi yang akurat, sehingga dapat diambil kesimpulan yang tepat dan cermat. Selain itu pemecahan masalah bertujuan untuk mencari jalan keluar.

Guyen (2016: 412) menambahkan bahwa *problem solving* adalah proses ilmiah seseorang yang melalui sebuah fase dari pemahaman masalah untuk kemudian mencari informasi yang diperlukan untuk diputuskan solusi pemecahannya dan dievaluasi solusinya.

Dari beberapa teori tersebut dapat disimpulkan bahwa *Problem Solving* adalah suatu usaha yang membutuhkan proses berfikir secara kritis dan kreatif untuk mendapatkan solusi/ jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi individu.

1.2.2 Pengertian *Social Problem Solving*

Social problem solving adalah proses berfikir individu dalam berusaha mengidentifikasi atau menemukan solusi efektif untuk masalah yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Keterampilan pemecahan masalah yang efektif membutuhkan kemampuan mendefinisikan masalah, merumuskan masalah, memahami karakteristik masalah, dan memahami hubungan sebab-akibat (Oztaskin, 2017: 221).

Social problem solving pada umumnya dianggap sebagai masalah interpersonal dan masalah sosial. Keberhasilan pemecahan masalah interpersonal terkait dengan kapasitas individu dalam mengatur keadaan stres, menghasilkan solusi, dan menyeleksi dari berbagai macam solusi dengan berfokus pada tujuan (Oztaskin, 2017: 221).

Social problem solving menurut (D'Zurilla, 2013: 26) adalah suatu proses dimana individu berusaha menangani stres dalam diri, yang juga dapat berfungsi sebagai mediator dalam menangani stres dan tekanan emosional. Adapun jenis permasalahan yang digunakan dalam *Social problem solving* adalah sebagai berikut: depresi, kecemasan, perilaku bunuh diri, penyakit mental yang berat, putus asa, pesimis, rawan kemarahan, penyalahgunaan zat, kriminal, harga diri yang rendah, stres kerja, dan pelecehan seksual.

Menurut (Erozkan, 2013: 19) juga berpendapat *social problem solving* berfungsi sebagai mediator yang digunakan untuk menangani stres dan masalah kehidupan sehari-hari.

Dari beberapa teori tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa *social problem solving* adalah suatu proses dimana individu berusaha menangani masalah dan berusaha mengatasi stres dengan cara mendefinisikan masalah, merumuskan masalah, memahami karakteristik masalah, dan memahami hubungan sebab-akibat dari masalah tersebut.

1.2.3 Aspek-aspek *Social Problem Solving*

Menurut D'zurilla (2013: 13) upaya *Social Problem Solving* ditentukan oleh dua dimensi yakni orientasi masalah dan gaya pemecahan masalah.

1. Orientasi masalah

Orientasi masalah adalah keyakinan umum seseorang terhadap sikap dan reaksi emosional tentang masalah dan kemampuan seseorang dalam meyakini keberhasilan mengatasi masalah. Selanjutnya orientasi masalah terbagi menjadi dua jenis yaitu orientasi masalah positif dan negatif.

Orientasi masalah positif melibatkan kecenderungan individu untuk:

- a. Menilai masalah sebagai tantangan
- b. Mempercayai bahwa masalah dapat dipecahkan
- c. Memiliki kesadaran diri yang kuat tentang kemampuan mengatasi masalah
- d. Memahami bahwa pemecahan masalah melibatkan waktu dan usaha
- e. Melihat bahwa emosi negatif merupakan bagian dari proses pemecahan masalah yang pada akhirnya dapat membantu dalam mengatasi masalah yang menekan.

Orientasi masalah negatif adalah orientasi yang melibatkan:

- a. Melihat masalah sebagai ancaman
- b. Membayangkan masalah tidak dapat dipecahkan
- c. Memiliki keraguan tentang kemampuan mengatasi masalah
- d. Menjadi frustrasi dan kesal ketika menghadapi masalah.

2. Gaya pemecahan masalah

Gaya pemecaha masalah ini mengacu pada serangkaian perilaku kognitif yang dilakukan individu untuk mencoba memecahkan masalah yang dihadapi. Terdapat tiga gaya dalam memecahkan masalah yakni rasional/ terencana, penghindaran, dan impulsif/ ceroboh.

a. Rasional/ terencana

Pendekatan konstruktif untuk mengatasi masalah-masalah yang melibatkan penerapan yang sistematis dan bijaksana dengan cara mendefinisikan masalah, mencari solusi, mengambil keputusan, menerapkan solusi dan verifikasi.

b. Penghindaran

Jenis pemecahan masalah ini lebih memilih untuk menghindari masalah daripada menghadapinya secara langsung dengan menunda penyelesaian masalah selama mungkin, menunggu masalah untuk dapat diselesaikan sendiri, dan berusaha mengalihkan tanggung jawab untuk menyelesaikan masalahnya kepada orang lain.

c. Impulsif/ ceroboh

Pendekatan pemecahan masalah dimana individu terlibat dalam upaya impulsif atau ceroboh dalam menyelesaikan masalah. Upaya semacam ini sempit, cepat dan tidak lengkap. Individu dengan ciri seperti ini hanya mempertimbangkan beberapa alternatif solusi. Selain itu individu mencari solusi masalah dengan cepat, sembarangan dan tidak sistematis.

1.2.4 Langkah-langkah Kemampuan *Problem Solving*

Menurut Polya (dalam Sri Wardhani, 2010: 33) terdapat empat aspek kemampuan *Problem Solving* sebagai berikut:

1. Memahami masalah

Pemahaman masalah sangat menentukan kesuksesan dalam menemukan solusi masalah. Pada aspek ini melibatkan pendalaman situasi masalah, melakukan pemilahan fakta-fakta, menentukan hubungan diantara fakta-fakta dan membuat formulasi pertanyaan masalah. Setiap permasalahan harus difahami berulang kali dan dipelajari dengan seksama.

2. Membuat rencana pemecahan masalah

Rencana solusi masalah dibangun dengan mempertimbangkan struktur masalah dan pertanyaan yang harus dijawab. Pada proses pemecahan masalah siswa dikondisikan memiliki pengalaman dalam menentukan strategi pemecahan masalah.

3. Melaksanakan rencana pemecahan masalah

Pada saat mencari solusi yang tepat, rencana yang sudah dibuat harus dilaksanakan dengan hati-hati. Diagram, tabel atau urutan dibangun secara seksama sehingga si pemecah masalah tidak akan bingung. Jika muncul ketidak konsistenan ketika melaksanakan rencana, proses harus ditelaah ulang untuk mencari sumber kesulitan masalah.

4. Melihat (mengecek) kembali

Selama melakukan pengecekan, solusi masalah tetap di pertimbangkan.

Solusi harus tetap cocok terhadap akar masalah meskipun kelihatan tidak beralasan.

Terdapat 7 langkah *Problem Solving* secara umum yang dikemukakan oleh (Hamalik, 2013: 152) sebagai berikut:

1. Menghadapi masalah: artinya individu menyadari ada suatu masalah yang dihadapi
2. Merumuskan masalah: menjabarkan masalah dengan jelas dan spesifik/rinci
3. Mermuskan hipotesis: merumuskan kemungkinan-kemungkinan jawaban atas masalah tersebut yang masih perlu diuji kebenarannya
4. Mengumpulkan dan mengolah data/informasi dengan teknik dan prosedur tertentu
5. Menguji hipotesis berdasarkan data/informasi yang telah dikumpulkan dan diolah
6. Menarik kesimpulan berdasarkan pengujian hipotesis
7. Menerapkan hasil pemecahan masalah situasi baru.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan langkah-langkah *Problem Solving* meliputi memahami masalah, menghadapi masalah, merencanakan pemecahan masalah, menerapkan hasil pemecahan masalah, dan mengecek kembali.

1.2.5 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Problem Solving*

Menurut Rakhmat (2009: 73) *problem solving* dipengaruhi oleh faktor-faktor situasional dan personal. Faktor situasi terjadi pada stimulus yang menimbulkan masalah, seperti sulit-mudah, penting-kurang pentingnya suatu masalah. Sedangkan faktor personal meliputi motivasi, kepercayaan dan sikap yang salah, kebiasaan, dan emosi.

1. Motivasi

Individu dengan motivasi rendah perhatiannya mudah teralihakan dalam memecahkan masalah namun individu dengan motivasi yang tinggi terus berusaha mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi.

2. Kepercayaan dan sikap yang salah

Individu dengan sifat cenderung menutup diri dan menolak informasi dari orang lain akan lebih sulit dalam memecahkan masalah dibandingkan dengan individu yang memiliki sifat terbuka dan bisa menerima informasi dari orang lain.

3. Kebiasaan

Kecenderungan melihat masalah hanya dari satu sisi saja atau kepercayaan yang berlebihan dan tanpa kritis pada pendapat otoritas, dapat menghambat pemecahan masalah yang efisien.

4. Emosi

Seringkali emosi mewarnai cara berfikir individu dalam memecahkan masalah, sehingga dalam memecahkan masalah tidak dapat betul-betul

berfikir objektif. Emosi bukan hambatan utama dalam pemecahan masalah tetapi bila emosi mencapai intensitas tinggi dapat menimbulkan stress, sehingga mengakibatkan kesulitan berpikir efisien.

1.3 Remaja

1.3.1 Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Tahap perkembangan remaja menurut Erikson menyatakan bahwa remaja berada pada tahap identitas rawan keaburan peran, yakni remaja ingin menonjolkan identitas dirinya akan tetapi masih terperangkap oleh kaburnya peran remaja dalam lingkungan asalnya (Sarwono, 2011: 42).

Menurut Jauhar (2014: 76) remaja adalah suatu periode transisi dari masa awal anak-anak hingga masa awa dewaasa, yang dimasuki pada usia kira-kira 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun. Masa remaja bermula pada perubahan fisik yang cepat, penambahan berat dan tinggi badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh dan perkembangan karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang dan kumis, dan dalamnya suara. Pada perkembangan ini, pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol (pemikiran semakin logis, abstrak dan idealis) dan semakin banyak menghabiskan waktu di luar keluarga.

(Hurlock, 2002: 206) menjelaskan masa remaja atau masa *adolesence* yang berasal dari bahasa latin yaitu *Adolescere* yang artinya tumbuh menjadi

dewasa, berkisar antara 13 dan 18 tahun. Masa remaja terdiri dari dua fase, yaitu fase yang disebut sebagai masa remaja awal atau *pra-adolesence* yang berkisar antara 13-15 tahun dan fase remaja akhir atau *late adolescence* yang berkisar antara 15-18 tahun.

Menurut Monks (2006: 262) remaja adalah individu yang berusia 12-21 tahun yang sudah mengalami masa peralihan antara masa remaja ke masa dewasa, dengan pembagian 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun adalah masa remaja akhir.

Dari berbagai definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Dengan ditandai perubahan fisik yang cepat, penambahan berat dan tinggi badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh dan perkembangan karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang dan kumis, dan dalamnya suara.

1.3.2 Tugas Perkembangan Remaja

Adapun tugas perkembangan remaja meliputi kenyataan yang dihadapi remaja dengan dirinya sendiri maupun dengan lingkungannya. Menurut Havighurst dalam (Hurlock, 2002: 10) menyatakan bahwa masa remaja memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi yakni:

- a. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebayanya baik pria maupun wanita
- b. Mencapai peran sosial yang baik pada pria dan wanita
- c. Menerima keadaan fisiknya dan mampu menggunakan tubuhnya secara efektif
- d. Mengharapkan akan tercapainya perilaku sosial yang bertanggung jawab
- e. Mencapai kemandirian sosial dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- f. Mempersiapkan karir dan ekonomi
- g. Mempersiapkan perkawinan keluarga
- h. Memperoleh peringkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan dalam berperilaku serta mengembangkan ideology

1.3.3 Ciri-ciri Remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelumnya dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut akan diterangkan secara singkat dibawah ini (Hurlock, 2002: 207).

- a. Masa remaja sebagai periode penting

Semua periode dalam rentang kehidupan adalah penting, namun kadar kepentingannya berbeda-beda. Ada beberapa periode

yang lebih penting dari periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Peralihan tidak berarti terputus atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya apa yang terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan apa yang akan datang. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalah sendiri-sendiri namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Karena ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara

yang mereka yakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal seperti sebelumnya.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja normal.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistic

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu, ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik ini tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa belum cukup. Oleh karena itu remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa.

1.3.4 Karakteristik Umum Perkembangan Remaja

Bischof (dalam Ali, 2014: 16) Menjelaskan bahwa masa remaja seringkali dikenal dengan masa mencari jati diri, oleh Erickson disebut dengan identitas ego (*ego identity*). Ini terjadi karena masa remaja merupakan peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa. Ditinjau dari segi fisiknya, mereka sudah bukan anak-anak lagi melainkan sudah seperti orang dewasa, tetapi jika diperlakukan sebagai orang dewasa, ternyata mereka masih belum dapat menunjukkan sikap dewasa. Oleh karena itu ada sejumlah sikap yang ditunjukkan oleh remaja, sebagai berikut:

1. Kegelisahan

Sesuai dengan perkembangannya remaja mempunyai banyak idealisme, angan-angan, atau keinginan yang hendak diwujudkan dimasa depan. Namun, sesungguhnya remaja belum memiliki banyak kemampuan yang memadai untuk mewujudkan semua itu, seringkali

angan-angan dan keinginannya jauh lebih besar dibandingkan dengan kemampuannya. Tarik menarik antara angan-angan yang tinggi dengan kemampuannya yang masih belum memadai mengakibatkan mereka diliputi oleh perasaan gelisah.

2. Pertentangan

Sebagai individu yang sedang mencari jati diri, remaja berada pada situasi psikologis antara ingin melepaskan diri dari orang tua dan perasaan masih belum mampu untuk mandiri. Oleh karena itu pada umumnya remaja sering mengalami kebingungan karena sering terjadi pertentangan pendapat antara mereka dengan orang tua. Remaja sesungguhnya belum begitu berani mengambil resiko dari tindakan meninggalkan lingkungan keluarganya yang jelas aman bagi dirinya.

3. Mengkhayal

Keinginan untuk menjelajah dan bertualang tidak semuanya tersalurkan. Biasanya hambatannya dari segi keuangan atau biaya. Sebab, menjelajah lingkungan sekitar yang luas akan membutuhkan biaya yang banyak., padahal kebanyakan remaja hanya memperoleh uang dari pemberian orang tuanya. Akibatnya mereka lalu mengkhayal, mencari kepuasan, bahkan menyalurkan khayalannya melalui dunia fantasi. Sebab khayalan kadang-kadang menghasilkan sesuatu yang bersifat konstruktif, misalnya timbul ide-ide tertentu.

4. Aktivitas berkelompok

Berbagai macam keinginan para remaja seringkali tidak dapat terpenuhi karena bermacam-macam kendala, dan yang sering terjadi adalah tidak tersedianya biaya. Ada macam-macam larangan dari orang tua seringkali melemahkan atau bahkan mematahkan semangat para remaja. Kebanyakan remaja menemukan jalan keluar dari kesulitannya setelah mereka berkumpul dengan rekan sebaya untuk melakukan kegiatan bersama. Mereka melakukan suatu kegiatan secara kelompok sehingga berbagai kendala dapat diatasi bersama-sama

5. Keinginan mencoba segala sesuatu

Pada umumnya remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (*high curiosity*). Karena didorong oleh rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin bertualang, menjelajah segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Seolah-olah dalam hati kecilnya berkata bahwa remaja ingin membuktikan kalau sebenarnya dirinya mampu membuat seperti yang dilakukan oleh orang dewasa.

5.1 Hubungan Antar Variabel

Remaja merupakan periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada periode peralihan ini remaja perlu mempersiapkan diri untuk memasuki kehidupan dewasa yang lebih matang baik dari hal emosi,

intelegensi maupun sosial. Perubahan diri menuju dewasa tersebut dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari remaja.

Pada kehidupan sehari-hari pasti ditemukan suatu permasalahan yang menuntut untuk dicarikan jalan keluar. Menurut Sugiono dalam (Puspitadewi, 2014: 2) masalah adalah penyimpangan antara yang seharusnya dengan apa yang benar-benar terjadi antara teori dengan praktek, antara aturan dengan pelaksanaan, dan antara rencana dengan pelaksanaan. Masalah muncul dalam setiap kehidupan remaja baik dengan lingkungan sosial, orang tua, maupun teman sebaya. Seperti tawuran, bunuh diri, pembunuhan, judi, minuman keras, dan lain sebagainya.

Kondisi remaja masih tergolong labil, karena emosi dan tingkah lakunya cenderung berubah-ubah, kadang remaja dapat berperilaku positif kadang pula negatif. Oleh karena itu kecerdasan emosi sangat berpengaruh dalam kehidupan remaja. Kecerdasan emosi menurut Salovey adalah individu mampu mengenali diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengelola emosi orang lain, dan membina hubungan (Goleman, 2015: 512).

Emosi termasuk salah satu faktor dalam pemecahan masalah, tanpa disadari emosi sering terlibat dalam segala situasi yang dapat menyebabkan individu berfikir tidak efektif. Emosi bukan hambatan utama dalam pemecahan masalah tetapi bila emosi mencapai intensitas tinggi dapat menimbulkan stress, sehingga mengakibatkan individu kesulitan berpikir efisien dan menghambat pemecahan masalah (Puspitadewi, 2014: 7). Takut

mungkin lebih-lebihkan kesulitan persoalan dan menimbulkan sikap resah yang melumpuhkan tindakan, marah mendorong tindakan impulsif dan kurang dipikirkan, kecemasan sangat membatasi kemampuan individu dalam melihat masalah dengan jelas atau merumuskan kemungkinan pemecahan (Rakhmat, 2009: 74).

Kemampuan *social problem solving* proses dimana individu berusaha menangani stres dalam diri, yang juga dapat berfungsi sebagai mediator dalam menangani stres dan tekanan emosional. Individu yang memiliki kemampuan memecahkan masalah dengan baik dapat menemukan cara tepat sebagai solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya (Trisnawati, 2017: 270).

Hasil penelitian yang dilakukan Kristiana (2017: 67) menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *problem focused coping* pada perawat ICU di Rumah Sakit tipe C wilayah Semarang dan Pati. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi *problem focused coping*, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional maka *problem focused coping* juga semakin rendah.

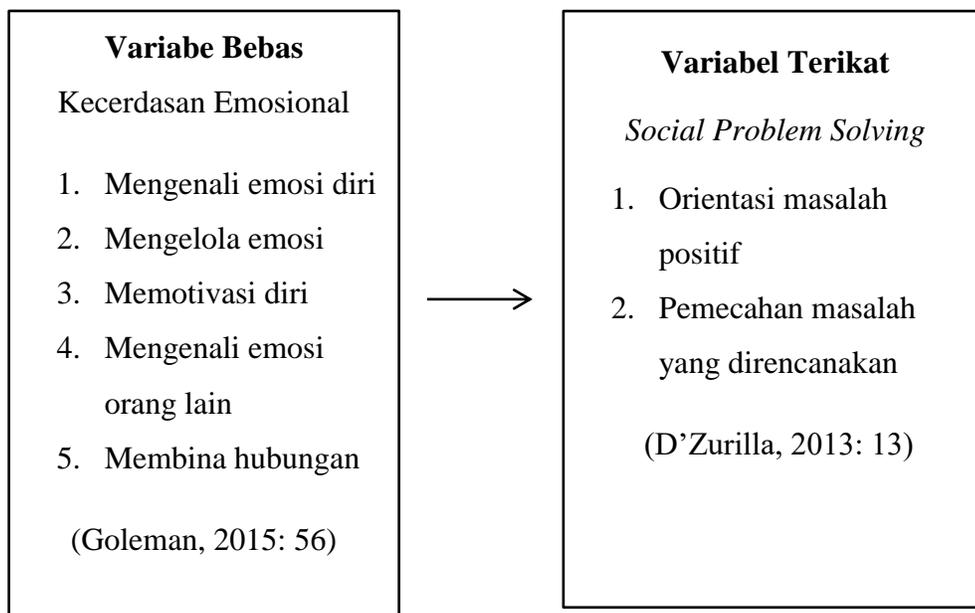
Penelitian yang dilakukan oleh Supriyadi (2013: 28) menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosi dan *self efficacy* dalam pemecahan masalah penyesuaian diri remaja awal. Nilai korelasi yang positif tersebut menunjukkan arah hubungan kedua variabel yang positif yaitu semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi pula penyesuaian diri remaja awal,

dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah pula penyesuaian diri remaja.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2017: 77) hubungan antara kecerdasan emosioal dengan kemampuan menyelesaikan masalah pada siswa SMA Aisyiyah 1 Palembang menunjukkan hubungan yang sangat signifikan. hasil koefisien korelasi menunjukkan angka 0,736 dengan nilai sig 0,000 diman a $p < 0,01$.

Kemampuan *social problem solving* yang baik adalah mampu mengenali masalah yang dihadapi dengan didukung kecerdasan emosi yang tinggi, sehingga individu mampu berfikir dengan benar dan menemukan pemecahan masalah yang ideal dalam menghadapi masalahnya.

5.2 Kerangka Konseptual



Gambar 2.1: Kerangka Konseptual Kecerdasan Emosional dengan kemampuan *Social Problem Solving*

5.3 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H0: Tidak Ada Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan kemampuan

Social Problem Solving pada Remaja.

Ha: Ada Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan kemampuan *Social*

Problem Solving pada Remaja.