

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KECEMASAN SOSIAL  
DALAM BERINTERAKSI DENGAN TEMAN SEBAYA DI SMK  
MUHAMMADIYAH 2 MALANG**

**SKRIPSI**



**DISUSUN OLEH :**

**FRANSISKA VERLIANA BILI**

**2019610061**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI  
MALANG**

**2023**

Bili. F. V. 2023. Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Sosial Dalam Berinteraksi Dengan Teman Sebaya Di SMK Muhammadiyah 2 Malang. Tugas Akhir Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. Pembimbing I: Yanti Rosdiana, S.Kep., Ns., M.Kep Pembimbing II: Wahidyanti Rahayu Hastutiningtyas, S.Kep., Ns.,M. Kep

### ABSTRAK

Remaja mempunyai tugas perkembangan psikososial dimana remaja perlu membangun identitas dengan kondisi perubahan fisik, psikologis, maupun sosial. Tujuan penelitian mengetahui Hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan sosial dalam berinteraksi dengan teman sebaya di SMK Muhammadiyah 2 Malang. Desain penelitian menggunakan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMK Muhammadiyah 2 Malang sebanyak 121 Orang (Data Bulan November 2022) dengan teknik *simple random sampling* diperoleh sampel penelitian sebanyak 93 orang. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner. Metode analisa data yang digunakan yaitu *dengan uji Fisher's Exact Test* (P value < 0,05). Hasil penelitian membuktikan bahwa sebagian besar responden (68,8%) memiliki kecerdasan emosional kategori cukup dan sebagian besar responden (57,0%) memiliki kecemasan sosial kategori kurang. Hasil *uji Fisher's Exact Test* didapatkan P value (< 0,05) bahwa terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan sosial dalam berinteraksi dengan teman sebaya di SMK Muhammadiyah 2 Malang. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali faktor lain yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional dan kecemasan sosial seperti faktor lingkungan, pola asuh dan sosial ekonomi.

**Kata Kunci:** *Kecerdasan Emosional, Kecemasan Sosial, Interaksi Teman Sebaya*

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja membawa perubahan fisiologis, fisik, psikologis, dan sosial yang terutama menonjol pada munculnya ciri-ciri seks sekunder. Remaja biasanya memiliki rasa kegembiraan dan tantangan yang kuat, serta kecenderungan untuk mengambil risiko tanpa terlalu memikirkannya. Ketika remaja mencapai usia remaja, sistem hormonal tubuh mereka mengalami perubahan yang berpengaruh pada penampilan luar mereka. (terutama organ seksual). Karena sifat perilaku mereka yang berbahaya dan kebutuhan akan layanan kesehatan perawatan remaja yang dapat memenuhi kebutuhan mereka, termasuk layanan kesehatan reproduksi, (Kementerian Kesehatan, 2017).

Menurut World Health Organization (2021), 1 dari 4 anak dan remaja usia ini mengalami masalah kesehatan jiwa, salah satunya penyakit jiwa. Ada banyak alasan berbeda, termasuk pertumbuhan otak yang berkelanjutan, reproduksi hormon yang aktif, dan pembentukan identitas diri mereka. Tentu saja, ini juga dapat diikuti oleh ketidakstabilan mental atau keputusan yang sering terburu-buru. Sebanyak 96,4% responden dengan rentang usia 16 hingga 24 tahun melaporkan tidak mengetahui cara mengelola ketegangan karena masalah yang sering terjadi.

Menurut statistik dari Februari 2022, terdapat 22.176.543 orang di Indonesia yang berusia 15 hingga 19 tahun dan 22.520.014 orang berusia 20 hingga 24 tahun (Badan Pusat Statistik, 2022). Sedangkan di Jawa Timur akan terdapat 2.945.089 remaja laki-laki dan perempuan (usia 10 hingga 14 tahun), 2.993.787 berusia antara 15 hingga 19 tahun, dan 3.083.015 berusia antara 20 hingga 24 tahun (BPS Provinsi Jawa Timur 2021). Menurut perkiraan, Malang akan memiliki 874.890 penduduk pada tahun 2020, sehingga menjadi

7.949,2 orang per kilometer persegi. Kecamatan Klojen memiliki kepadatan penduduk terbesar yaitu 11.484,7 jiwa per kilometer persegi. (WHO, 2021).

Remaja mengalami perubahan fisik dan hormonal yang menyebabkan timbulnya stress akibat proses penyesuaian diri dengan keadaan baru. Identitas diri remaja muncul dengan cepat dari perjumpaan dengan lingkungan sosialnya. Identitas diri remaja merupakan produk dari interaksi tersebut. Remaja dapat menyadari keterampilan mereka dan memiliki kapasitas untuk tumbuh dalam berpikir, bertindak dan berperilaku sebagai hasil dari pengembangan identitas diri mereka. Remaja sering rentan terhadap dampak sosial, baik dan buruk. (Khasanah, 2018).

Remaja tidak akan mampu menaklukkan dan mengatur perasaannya akibat perubahan emosi yang tidak stabil. Remaja yang mengidap penyakit ini terus-menerus mengalami ketegangan dan badai. (turbulensi dan stres). Perubahan emosional remaja disebabkan oleh perubahan endokrin, yang berhenti seiring bertambahnya usia. Remaja dianggap dewasa secara emosional jika mereka dapat mengatur emosinya, menunda berbagi, melakukannya dengan cara yang lebih tepat, memikirkan semuanya sebelum bertindak, dan memiliki emosi yang lebih stabil. Tingkat stres remaja dipengaruhi oleh variabel internal dan eksternal. Sementara faktor eksternal meliputi kelas yang lebih intens, tekanan untuk tampil, dan dukungan masyarakat, faktor internal meliputi pola pikir, kepribadian, dan kepercayaan. (Barseli, 2017). Wang (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan kesehatan mental sehingga kecerdasan emosional dapat digunakan untuk menginterpretasikan kesehatan mental seseorang.

Kecerdasan emosional adalah seperangkat keterampilan yang dimiliki individu dalam mengelola suasana hati agar mampu merasa optimis dan bahagia, melalui kemampuan memahami diri sendiri dan orang lain, berinteraksi dengan orang lain, mengatur dan mengendalikan emosi, serta menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan dan perubahan dalam hidup \*(Putri,2016). Remaja yang cerdas secara emosional akan mampu menyesuaikan diri

dengan baik dalam keadaan apa pun yang mereka hadapi, memberi mereka kepercayaan diri yang lebih besar untuk menghadapi setiap tantangan atau stresor dalam hidup mereka. Anitha, 2020). Ketika remaja cerdas secara emosional, mampu mengendalikan diri, dan mahir mengelola perasaan baik positif maupun buruknya, (Retno Yuli Astuti, 2016).

Remaja mengalami kecemasan sosial ketika mereka percaya bahwa jika mereka bertindak dengan cara yang berbeda dari yang dilakukan orang lain, orang lain akan menilai mereka tidak baik dan mereka akan merasa malu di depan mereka. Rapee dan Spense mengklaim bahwa perkembangan fisik, hubungan sosial dengan teman sebaya, pematangan sosio-kognitif, dan perubahan lingkungan semuanya menambah perkembangan kecemasan sosial pada remaja. Ketakutan akan keadaan sosial saat berhadapan dengan orang lain dapat menyebabkan rendahnya harga diri, ketakutan, dan perasaan menghakimi. Setiap orang memiliki kecenderungan untuk mengalami masalah kecemasan, meskipun setiap orang mengalami kecemasan dengan derajat yang berbeda-beda, sehingga terjadinya kecemasan sosial dapat dengan mudah terjadi. Seorang individu dengan gangguan kecemasan sosial biasanya akan merasa tidak nyaman dan gugup di sekitar orang lain, serta rasa malu dan takut bahwa sesuatu yang negatif akan terjadi. (Ahmad, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti mewawancarai 15 siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Malang dengan menggunakan pertanyaan yang sama dengan yang mereka gunakan pada pembelajaran awal yang dilakukan pada tanggal 18 November 2022. Kemampuan mengatur perasaan, mengkomunikasikan emosi dengan jelas, menguasai emosi negatif, dan mempresentasikan citra diri yang positif semuanya diperlukan untuk interaksi yang sukses dan mapan dengan orang lain. Sementara tiga siswa mengatakan bahwa kecemasan sosial mereka telah berkurang, mereka masih merasa sedih karena ayah mereka telah meninggalkan mereka, kurang percaya diri dan takut untuk terlibat dengan teman sebayanya, serta gelisah dan tidak dapat memperhatikan di kelas. Berdasarkan latar belakang di atas maka

peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kecemasan Sosial dalam Berinteraksi dengan Teman Sebaya di SMK Muhammadiyah 2 Malang”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara kecemasan sosial dalam interaksi SMK Muhammadiyah 2 Malang dengan teman sekelas dengan kecerdasan emosional?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **a. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan kecemasan sosial dan kecerdasan emosional saat berinteraksi dengan teman sekelas di SMK Muhammadiyah 2 Malang.

### **a. Tujuan khusus**

1. Mengetahui keterkaitan kecerdasan emosional dengan kecemasan sosial pada siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang yang bergaul dengan teman sebaya.
2. Identifikasi kecemasan sosial pada siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang terlibat dengan teman sekelas.
3. Meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan sosial dalam berinteraksi dengan teman sekelas di SMK Muhammadiyah 2 Malang.

## **1.4 Manfaat**

### **a. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang hubungan antara kecerdasan emosional dan kecemasan sosial dalam interaksi teman sebaya di SMK Muhammadiyah 2 Malang.

**b. Manfaat Praktis**

Dari hasil penelitian ini diharapkan :

1. Bagi Siswa, dapat memberikan wawasan tentang hubungan antara kecerdasan emosional dan kecemasan sosial dalam interaksi teman sebaya.
2. Bagi Guru, dapat menyumbangkan pemikiran dalam rangka penggunaan teknik pedagogik yang cocok dengan siswa selama proses pembelajaran.
3. Bagi peneliti lain, dapat dijadikan sebagai bahan masukan atau pedoman peneliti selanjutnya, khususnya terkait dengan Hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan sosial dalam berinteraksi dengan teman sebaya di SMK Muhammadiyah 2 Malang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah. (2019). *Hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan sosial dengan kecemasan sosial dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Jurnal ilmiah kesehatan kesehatan Vol 8 no 2 halaman (83-93)*
- Ahmad, L (2013). *kecemasan sosial pada remaja. Jurnal psikologi Universitas Indonesia Timur volume 7 no 2 hal (1718-1724)*
- Anitha, P. (2020). *Hubungan kecerdasan emosional remaja dalam beradaptasi dengan teman sebaya. Jurnal keperawatan jiwa Volume 8 no 4 hal 477-484.*
- Anitha, P. (2020). *Hubungan kecerdasan emosional remaja dalam beradaptasi dengan teman sebaya. Jurnal keperawatan jiwa Volume 8 no 4 hal 477-484.*
- Aulia, Zachra, et al. "Peran Orangtua Dalam Perkembangan Psikososial Pada Masa Remaja." *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK) 4.6 (2022): 11063-11068.*
- Astuti, Y., dan Anganthi, N. R. N. (2016). *Subjective Well-Being Pada Remaja Dari Keluarga Broken Home. Jurnal Penelitian Humaniora, Vol. 17, No. 2., 161- 175.*
- Barseli. (2017). *dampak perubahan emosi yang labil pada remaja serta kemampuan untuk menguasai dan mengontrol emosi pada remaja. Jurnal kesehatan Volume VIII, Nomor 2. (84-93)*
- Diananda. (2018). *Mengemukakan fase remaja Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyebutkan bahwa remaja berada pada rentang usia 10-24 tahun dengan status yang belum menika.*
- Darmawan, Ardhan Indra, and Shanti Wardhaningsih. "Peran Spiritual Berhubungan dengan Perilaku Sosial dan Seksual Remaja." *Jurnal Keperawatan Jiwa 8.1 (2020): 75.*
- Darmawan, Rahmad. (2014). *hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan sebelum menghadapi pertandingan pada atlet futsal. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.*
- Fikry, T. R. (2017). *Kecerdasan emosional dan kecemasan mahasiswa bimbingan skripsi di Universitas Syiah Kuala. Jurnal Konseling Andi Matappa, 1(2), 108-115.*
- Fang, Et. all (2014) *Understanding Customers Satisfaction and Repurchase Intentions. Journal of Internet Research, 21 (4), pp. 479-503.*
- Goleman, Daniel. (2000). *Emotional Intelligence (terjemahan). Jakata: PT Gramedia Pustaka Utama.*

- Goleman, D. (2016). *Emotional Intelligence-Kecerdasan Emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hastuti, Retno Yuli, and Erlina Nur Baiti. "Hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stress pada remaja." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 8.2 (2019): 84-93.
- Hanim, W., Surbakti, A., & Hardjo, S. (2022). Hubungan Efikasi Diri dan Kecerdasan Emosional dengan Kecemasan dalam Praktek Kerja Industri pada Siswa SMK Negeri 1 Gunung Meriah. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(1), 537-544.
- Joshi, Suresh CR. (2013). *Positive thinking : a powerful to reduce social anxiety of under graduate students*. *Indian Journal Research*, 2, (8), 62-64.
- Kashdan, Todd B., Roberts, John E. (2004). *Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self- efficacy during a high self-focussocial threat situation*. *Cognitive Therapy and Research*, 28, (1), 119–141.
- Nuzulia Rahmawati, Septi and Achmad Dwityanto, (2017). *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Smk Muhammadiyah Karanganyar*. thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis : Jakarta : SalembaMedika*
- Perdana Perdana, F. S. (2017). Pengaruh kecerdasan emosi terhadap kecemasan menghadapi ulangan akhir semester pada siswa kelas X SMK Negeri 3 Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(9), 503-514.
- Putri, C. S. (2016). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Keputusan Pembelian*. *Jurnal Manajemen Dan Start-Up Bisnis*, 1
- Rahmaningtyas (2014). *Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Dalam Peningkatan Prestasi Belajar*. *Edukasi*. Volume: 02. Nomor: 01.
- Sarwono. (2013). *Defenisi Remaja tentang biologis,psikologis,sosial, dan spiritual Individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV
- Tahir. (2013). *Definisi kecemasan sosial pada remaja* *Jurnal pendidikan* hal. 5 no1(305-310)
- WHO. (2021). *Angka kejadian gangguan kesehatan mental pada remaja*. <https://theconvertation.com/riset-usia-16-24-tahun-adalah-periode-kritis-untuk-kesehatan-mental-remaja-dan-anak-muda-indonesia-169658>
- Wang Z,Wang J, He J. (2020). *No Title active and effective measures for the care of patients with cancer during the Covid-19 spread in China*.

*Yunalia, Endang Mei, and Arif Nurma Etika. "Analisa kecerdasan emosional remaja tahap akhir berdasarkan jenis kelamin." Jurnal Keperawatan Jiwa 8.4 (2020): 477-484.*