

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecerdasan emosional (*Emotional Quotient/EQ*) merupakan kemampuan mengenali, mengelola, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membangun hubungan kolaboratif dengan orang lain (Sudiartini, 2024). Pada masa remaja, khususnya jenjang SMP, kemampuan ini menjadi pilar krusial untuk membangun identitas diri, menjalin hubungan yang sehat dengan teman sebaya, beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikis, serta mengatasi tekanan akademik dan sosial (Hartini, 2024; Nuryatna, 2024). Namun, pada kenyataannya banyak remaja yang mengalami permasalahan emosional, seperti kesulitan mengendalikan emosi, rendahnya empati, berperilaku agresif, hingga kurangnya kemampuan menjalin hubungan sosial yang positif (Fitria, 2022). Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara teori yang menyatakan bahwa remaja seharusnya berkembang optimal secara emosional, dengan kenyataan di lapangan yang masih banyak menunjukkan perilaku maladaptif.

Kecerdasan emosional (EQ) berperan penting dalam membentuk kemampuan individu untuk beradaptasi dan berfungsi optimal, baik dalam konteks akademik maupun dunia kerja di masa depan. Goleman (1995) dalam (Sudiartini, 2024) menegaskan bahwa kesuksesan seseorang hanya 20% ditentukan oleh IQ, sementara 80% lainnya dipengaruhi oleh kecerdasan emosional. Seorang remaja yang cerdas secara emosional ditandai dengan

kemampuannya dalam mengenali dan mengelola emosinya sendiri, memiliki motivasi dan ketekunan dalam menghadapi kesulitan, memahami perasaan orang lain (empati), serta mampu membina dan mempertahankan hubungan interpersonal yang harmonis (Sánchez, 2023).

Keterampilan emosional tersebut menjadi fondasi penting bagi pembentukan karakter dan etos kerja di masa mendatang, karena individu dengan EQ tinggi cenderung memiliki motivasi intrinsik yang kuat, mampu bekerja secara produktif, serta tangguh dalam menghadapi tekanan kerja (Lating, 2022). Temuan ini menggarisbawahi paradigma bahwa keunggulan akademik tanpa diimbangi kematangan emosional berpotensi menimbulkan kesulitan dalam menavigasi kehidupan sosial dan personal. Lebih lanjut, ketidakmampuan dalam mengelola dinamika emosional pada fase remaja berimplikasi terhadap gangguan perkembangan jangka panjang yang dapat memengaruhi kesehatan fisik dan psikologis, serta membatasi pencapaian kesejahteraan hidup (*well-being*) di masa dewasa (WHO, 2025).

Individu dengan kecerdasan emosional rendah menunjukkan kecenderungan untuk menampilkan perilaku maladaptif seperti pembangkangan dan penggunaan bahasa yang kasar, yang berdampak negatif bagi diri sendiri dan lingkungan sekitarnya (Fitria, 2022). Sebaliknya, individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi menunjukkan kompetensi dalam regulasi emosi yang ditandai dengan kemampuan menenangkan diri secara cepat, mempertahankan fokus perhatian, dan membangun relasi interpersonal yang positif (Bariyyah, 2019). Kemampuan ini tidak hanya mendukung kesejahteraan psikologis melalui perspektif positif dalam menghadapi situasi, tetapi juga

berkontribusi terhadap pencapaian akademik yang optimal di lingkungan sekolah. Penelitian terbaru mengonfirmasi bahwa kecerdasan emosional yang berkembang baik berfungsi sebagai faktor protektif dalam mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari (Hartini, 2024).

Studi pada populasi remaja di Vietnam mengungkapkan bahwa pencapaian kecerdasan emosional global berada pada skor rata-rata 4,3 (skala 1-7). Dari empat aspek yang diukur diantaranya, kesejahteraan emosional (*well-being*) mencatat skor tertinggi (4,8), diikuti oleh kemampuan bersosialisasi (4,4), pengendalian diri (4,2), dan aspek emosionalitas (4,0) (Nguyen, 2020). Pola serupa terobservasi di India, dimana studi terhadap 422 mahasiswa mengungkapkan bahwa 76% responden berada pada level kecerdasan emosional sedang/tinggi, sementara 24% sisanya berada pada kategori rendah (Mishra, 2022).

Konfigurasi perkembangan kecerdasan emosional yang belum optimal juga teridentifikasi dalam konteks Indonesia. Temuan di Malang dan Bogor menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori sedang, yaitu 61,3% di Malang dan 82,9% di Bogor (Bariyyah, 2019; Nabilah, 2020). Temuan di SMP Negeri 12 Bandung mengungkap hanya 2% siswa yang mencapai kecerdasan emosional kategori "sangat tinggi", sementara sebagian besar (51%) hanya berada pada tingkat "sedang". Analisis deskriptif terhadap komponen-komponen kecerdasan emosional memetakan variasi pencapaian yang signifikan. Aspek mengenali emosi orang lain (empati) mencatat persentase tertinggi sebesar 74%, yang mengindikasikan pencapaian dalam kategori tinggi. Namun, ketiga aspek

intrapersonal lainnya justru berada pada level perkembangan yang belum optimal, yaitu dalam kategori sedang. Aspek-aspek tersebut meliputi pengenalan emosi diri (66%), pengelolaan emosi (65%), dan motivasi diri (64%) (Lestari, 2025).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 1 Mangaran pada tanggal 13 Oktober 2025, teridentifikasi beberapa fenomena yang mengindikasikan adanya permasalahan kecerdasan emosional pada siswa. Hasil data yang diperoleh dari guru BK, tercatat sebanyak 21 peserta didik mengalami permasalahan perilaku dalam kurun waktu tiga bulan terakhir. Hasil wawancara dengan kepala sekolah, guru BK dan observasi lapangan menunjukkan beberapa kasus yang memperkuat temuan tersebut. Dalam aspek pengenalan dan pengelolaan emosi, ditemukan kasus dimana peserta didik menunjukkan ketidakmampuan dalam meregulasi emosi secara adaptif, seperti reaksi marah berlebihan terhadap stimulus ringan hingga memilih tidak masuk sekolah. Pada aspek empati, teramati minimnya kemampuan memahami perasaan orang lain yang tercermin dari penyelesaian konflik melalui cara kekerasan fisik. Sementara dalam aspek keterampilan membina hubungan, tampak lemahnya kemampuan membina relasi sosial yang konstruktif di antara peserta didik. Kondisi ini diperparah dengan adanya kasus trauma emosional terhadap objek tertentu yang tidak dapat ditenangkan, serta ketidakmampuan dalam menangani kecemburuan sosial dalam hubungan pertemanan.

Kecerdasan emosional remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan, sekolah, teman sebaya dan pola asuh orang tua (Hapsari, 2022; Nuryatna, 2024). Keterlibatan ayah dan ibu dalam menerapkan pola asuh

tidak hanya membentuk karakter, tetapi juga menentukan bagaimana anak belajar mengelola emosi serta menjalin interaksi sosial (Shaharban, 2023; Fu, 2025). Namun, realitanya banyak orang tua yang belum menyadari pentingnya menciptakan keseimbangan dalam pengasuhan (Ilham, 2022). Padahal, pola asuh ayah dan ibu memiliki peran berbeda namun saling melengkapi. Ayah mendorong eksplorasi lingkungan, sementara ibu lebih berperan dalam memberikan rasa aman (Khusnia, 2023).

Ketimpangan ini seringkali diperparah oleh budaya patriarki yang mengakar, seperti dalam masyarakat Jawa, yang menciptakan pembagian peran yang kaku. Figur paternal (ayah) cenderung dialihkan dari tanggung jawab domestik dan lebih difokuskan sebagai pencari nafkah serta pemberi disiplin yang otoriter, sementara figur maternal (ibu) dibebani tanggung jawab tunggal atas seluruh aspek emosional anak (Nisa, 2022). Dikotomi ini berimplikasi serius, dimana ayah cenderung minim dalam ekspresi emosi sehingga remaja, khususnya laki-laki, tumbuh dengan kosakata emosi yang terbatas, sementara ibu berisiko mengalami kelelahan emosional yang berujung pada pola asuh yang tidak konsisten. Akibatnya, remaja kehilangan pelajaran tentang ketegasan dari ayah dan model pengelolaan stres yang sehat dari ibu. Ketidakharmisan ini dapat memicu masalah emosional, seperti kesulitan mengendalikan amarah, rendahnya empati, dan perilaku maladaptif (Lin, 2023).

Kesenjangan ini menandakan bahwa meskipun peran orang tua sangat vital, belum semua pola asuh baik ayah maupun ibu diterapkan secara tepat sehingga mampu mendukung perkembangan kecerdasan emosional anak. Hal ini menjadi masalah penting untuk diteliti, terutama pada siswa SMP yang sedang

berada pada masa peralihan dari anak-anak menuju remaja, di mana pengendalian emosi masih labil dan sangat dipengaruhi oleh pola asuh orang tua.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Kecerdasan emosional remaja, sebagai fondasi penting dalam menghadapi masa transisi, dipengaruhi oleh pola asuh yang diterima dari kedua orang tua. Namun, realitas menunjukkan bahwa banyak remaja, termasuk di Indonesia, masih memiliki kecerdasan emosional pada kategori sedang, dengan kelemahan khusus pada aspek pengelolaan emosi dan motivasi diri. Kondisi ini tidak terlepas dari ketidakseimbangan pola asuh antara ayah dan ibu, di mana peran ayah cenderung terbatas pada pemberi disiplin yang minim ekspresi emosi, sementara peran ibu terbebani tanggung jawab tunggal dalam aspek emosional anak. Dikotomi ini menciptakan lingkungan pengasuhan yang tidak optimal bagi perkembangan kecerdasan emosional remaja.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana pola asuh ayah di SMPN 1 Mangaran?
- b. Bagaimana pola asuh ibu di SMPN 1 Mangaran?
- c. Bagaimana kecerdasan emosional remaja di SMPN 1 Mangaran?
- d. Bagaimana hubungan pola asuh ayah dengan kecerdasan emosional remaja di SMPN 1 Mangaran?
- e. Bagaimana hubungan pola asuh ibu dengan kecerdasan emosional remaja di SMPN 1 Mangaran?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola asuh ayah dan ibu dengan kecerdasan emosional remaja di SMPN 1 Mangaran.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pola asuh ayah di SMPN 1 Mangaran.
- b. Mengidentifikasi pola asuh ibu di SMPN 1 Mangaran.
- c. Mengidentifikasi kecerdasan emosional remaja di SMPN 1 Mangaran.
- d. Menganalisis hubungan pola asuh ayah dengan kecerdasan emosional remaja di SMPN 1 Mangaran.
- e. Menganalisis hubungan pola asuh ibu dengan kecerdasan emosional remaja di SMPN 1 Mangaran.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi pendidikan

Hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai pola asuh ayah dan ibu serta kaitannya dengan kecerdasan emosional remaja. Informasi tersebut dapat dimanfaatkan oleh institusi pendidikan untuk merancang pembinaan, memperkuat komunikasi dan kerja sama dengan orang tua, serta mengembangkan program yang mendukung perkembangan emosional siswa secara lebih luas.

2. Tenaga kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi pola asuh yang sehat serta mendukung program promosi kesehatan jiwa remaja di komunitas.

3. Responden penelitian

Bagi responden penelitian, siswa dapat lebih memahami pentingnya kecerdasan emosional, sementara orang tua mendapat wawasan tentang dampak pola asuh mereka terhadap anak.

4. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi empiris terkait perbedaan peran ayah dan ibu, sekaligus pijakan untuk penelitian lanjutan dengan variabel lain.

