

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DAN KUALITAS PERSAHABATAN PADA REMAJA AKHIR

Elza Diantika

*Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya no. 100, Depok 16424, Jawa Barat*

Abstrak

Persahabatan dapat berlangsung secara mulus sementara yang lainnya mungkin diwarnai oleh konflik. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa pengalaman konflik dengan sahabat dalam suatu hubungan persahabatan membuat kualitas persahabatan menjadi rendah. Salah satu hal yang diperlukan untuk membantu meningkatkan kualitas persahabatan adalah kecerdasan emosional. Individu yang memiliki kecerdasan emosional akan mudah untuk berhubungan dengan orang lain karena memiliki kemampuan berempati, mengelola emosi dan memotivasi diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dan kualitas persahabatan pada remaja akhir. Subjek penelitian adalah remaja akhir berusia 18-21 tahun yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan dua alat ukur, yaitu skala kualitas persahabatan dan skala kecerdasan emosional. Metode yang digunakan merupakan metode kuantitatif dimana pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan remaja akhir sebanyak 100 orang. Berdasarkan perhitungan korelasi Product Moment Pearson, hasil yang diperoleh sebesar $r = 0,279$ dengan nilai signifikansi $0,005$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dan kualitas persahabatan pada remaja akhir.

Kata Kunci : *kecerdasan emosional, kualitas persahabatan, remaja akhir*

RELATIONSHIP BETWEEN THE EMOTIONAL INTELLIGENCE AND FRIENDSHIP QUALITY IN LATE ADOLESCENCE

Abstract

A Friendship can take place subtly while others may be colored by conflict. Previous researches have found that conflict experiences with friends in a friendship lower the quality of friendship. One of the things needed to help improve the quality of friendship is emotional intelligence. Individuals with emotional intelligence will easily connect to others because they have the ability to empathize, manage emotions and motivate themselves. The purpose of this study was to examine the relationship between emotional intelligence and the quality of friendship in late adolescence. The research subjects are male and female late adolescences aged 18-21 years. This study uses questionnaires with two measuring instruments, namely the scale of the quality of friendship and the scale of emotional intelligence. The method used is a quantitative method in which the sampling using purposive sampling. The sample used in this study involved 100 late adolescences. Based on Product Moment Pearson correlation calculation, the result obtained is $r = 0,279$ with significance value $0,005$ ($p < 0,01$). This result indicates that there is a very significant positive relationship between emotional intelligence and the quality of friendship in the late adolescents.

Keywords : emotional intelligence, friendship quality, late adolescence

PENDAHULUAN

Sebagai makhluk sosial individu pasti membutuhkan individu lain untuk berinteraksi atau saling berkolaborasi dalam pemenuhan kebutuhan fungsi-fungsi sosial satu dengan yang lainnya, senantiasa berusaha membuka serta menjalin hubungan dengan orang lain. Begitu pula seorang remaja yang dituntut untuk menjalin hubungan dengan lingkungan sosialnya (Aini, 2014).

Remaja adalah suatu periode yang panjang sebagai proses transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa meliputi perubahan besar pada aspek fisik, kognitif dan psikososial. Peralihan masa perkembangan berlangsung sejak berusia sekitar 10 atau 11 tahun sampai masa remaja akhir usia 20 tahun (Papalia, Olds and Feldman, 2009). Remaja juga mengalami perubahan psikososial, seperti misalnya remaja banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya dan memiliki sedikit waktu dengan keluarga.

Menurut Sarwono (2010) terdapat tiga tahap perkembangan remaja yaitu remaja awal, remaja madya dan remaja akhir, dalam setiap tahap perkembangan memiliki karakteristik yang berbeda. Remaja akhir adalah masa menuju periode dewasa dan ditandai dengan adanya keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain, mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain.

Remaja akhir juga memiliki karakteristik yaitu mulai memandang dirinya sebagai orang dewasa, mulai menunjukkan pemikiran, sikap, perilaku yang semakin dewasa serta memiliki emosi yang mulai stabil (Paramitasari dan Alfian, 2012). Remaja akhir memiliki pola-pola sikap, perasaan, pikiran serta tingkah laku yang membedakan dengan remaja awal dan remaja madya, seperti menurut Al-Mighwar (2006) remaja akhir memi-

liki ciri-ciri khas yaitu menunjukkan peningkatan kestabilan emosi dan kestabilan juga terjadi dalam sikap serta pandangan. Pada masa remaja akhir lebih tenang dalam menghadapi masalah karena remaja akhir telah memiliki kemampuan pikir dan kemampuan menguasai segala perasaannya dalam menghadapi berbagai kekecewaan atau hal lain yang mengakibatkan kemarahan, kemudian lebih matang dalam menghadapi masalah. Kematangan itu ditunjukkan dengan usaha pemecahan masalah-masalah yang dihadapi baik sendiri maupun diskusi dengan teman sebaya.

Menurut Berndt, Perry, Buhrmester, Hartup, Stevens dan Laursen (dalam Papalia, Olds & Feldman, 2009) kelompok teman sebaya merupakan tempat untuk membentuk hubungan dekat, remaja mulai lebih mengandalkan teman dibandingkan orang tua untuk mendapatkan kedekatan dan dukungan serta lebih sering berbagi rahasia, bercerita tentang perasaan dengan kelompok teman sebaya. Buhrmester (dalam Papalia, Olds & Feldman, 2009) mengatakan bahwa pertemanan menyediakan tempat yang aman untuk menyatakan pendapat, mengakui kelemahan dan mencari bantuan untuk menyelesaikan masalah.

Pertemanan yang sudah terjalin biasanya akan berlanjut membentuk suatu hubungan yang disebut dengan persahabatan. Menurut Dariyo (2003) persahabatan merupakan hubungan emosional antara dua individu atau lebih, baik antara sejenis maupun berbeda jenis kelamin, yang didasari saling pengertian, menghargai, mempercayai antara satu dan yang lainnya. Baron dan Branscombe (2012) mengatakan bahwa suatu hubungan dapat dimulai pada anak usia dini kemudian dapat tumbuh menjadi persahabatan yang lebih dekat melibatkan

interaksi yang semakin baik. Brown dan Klute (dalam Adam & Berzonsky, 2003) mengatakan bahwa mayoritas setiap individu memiliki paling sedikit satu teman dekat. Setiap individu pasti pernah menjalin suatu persahabatan, merasakan menjadi seorang sahabat dan mempunyai seorang sahabat namun beberapa persahabatan ada yang sangat akrab, bertahan lama dan ada pula persahabatan yang cenderung dangkal dan tidak bertahan lama. Persahabatan dapat berlangsung secara mulus sementara yang lainnya mungkin diwarnai oleh konflik (Aini, 2014).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Furman dan Buhrmester (1992) pada 549 remaja awal hingga remaja akhir menunjukkan bahwa rendahnya konflik dengan sahabat pada remaja akhir dibandingkan dengan remaja awal. Masalah dalam hubungan persahabatan diantaranya yaitu perilaku dan kritikan yang menjengkelkan, sindiran, dan yang paling sering terjadi adanya perbedaan pendapat (Laursen, 1995). Menurut Laursen (dalam Demir & Urberg, 2004) konflik dalam suatu hubungan persahabatan memang tidak dapat dihindari dan apabila konflik tersebut terus-menerus terjadi maka akan membahayakan persahabatan, sementara persahabatan membutuhkan adanya sikap saling memahami, mendukung satu sama lain, saling mengalah dan jika ada perbedaan pendapat harus diselesaikan secara baik sehingga tidak terjadi konflik dalam persahabatan (Vera, 2014).

Menurut Santrock (dalam Aini, 2014) kualitas persahabatan bervariasi, dimana Juvonen dan Wentzel (1996) mengatakan bahwa kualitas persahabatan yaitu hubungan yang ditandai dengan kedekatan, saling membantu antara satu sama lain dan interaksi yang positif, sementara itu interaksi yang negatif akan mempengaruhi kualitas persahabatan menjadi lebih rendah disebabkan karena adanya konflik dan persaingan. Penelitian

sebelumnya menemukan bahwa pengalaman konflik dengan sahabat dalam suatu hubungan persahabatan membuat kualitas persahabatan akan menjadi rendah (Demir & Urberg, 2004).

Salah satu hal yang diperlukan untuk membantu meningkatkan kualitas persahabatan adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional menurut Salovey dan Mayer (dalam Barret & Salovey, 2002) memiliki arti yaitu kemampuan untuk memahami, menilai, mengekspresikan emosi secara tepat serta kemampuan untuk mengelola emosi diri. Individu yang memiliki kecerdasan emosional akan mampu dan mudah untuk berhubungan dengan orang lain karena memiliki kemampuan untuk berempati, mengelola emosi, dan memotivasi diri untuk mengendalikan dorongan hati (Asrori, Hidayat dan Nugroho, 2012). Sementara itu, individu yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah akan menarik diri dari pergaulan atau masalah sosial, merasa cemas dan depresi apabila menghadapi suatu masalah, tidak mampu membuat pikiran menjadi tenang dan suasana hatinya sering berubah-ubah (Goleman, 1999).

Kecerdasan emosional dapat terlihat dalam beberapa hal seperti bagaimana remaja mampu memberikan kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, dapat mengendalikan perasaan serta mampu mengungkapkan reaksi emosi sesuai kondisi yang ada sehingga interaksi dengan orang lain mampu terjalin dengan baik (Asrori, Hidayat & Nugroho, 2012). Hipotesis dalam penelitian ini adalah: ada hubungan antara kecerdasan emosional dan kualitas persahabatan pada remaja akhir.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja akhir berusia 18-21 tahun yang

berjumlah 100 orang dan terdiri dari laki-laki ($n = 16$; 16%), dan perempuan ($n = 84$; 84%).

Alat Ukur

Skala kualitas persahabatan dalam penelitian ini menggunakan skala dari Bukowski, Boivin dan Hoza (dalam Ponti, Guarnieri, Smorti and Tani, 2010) berdasarkan dimensi kualitas persahabatan yang di kemukakan oleh Bukowski, Boivin dan Hoza (dalam Bukowski, Newcomb & Hurtup, 1996), yaitu persahabatan (*companionship*), konflik (*conflict*), bantuan (*help*), keamanan (*security*), dan kedekatan (*closeness*). Skala kualitas persahabatan ini berbentuk skala Likert yang berjumlah 22 aitem.

Skala kecerdasan emosional dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh Aprillia, 2007 berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman (1999), yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan. Skala kecerdasan emosional ini berbentuk skala Likert yang berjumlah 69 aitem.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dan kualitas persahabatan. Berdasarkan hasil yang didapatkan dalam penelitian ini, diketahui bahwa hipotesis diterima dengan signifikansi yang diperoleh sebesar 0,005 ($p \leq 0,01$). Hal tersebut dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima, yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dan kualitas persahabatan pada remaja akhir.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dariyo (2015) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan persahabatan. Persahabatan

ialah ikatan emosi antara individu satu dengan individu lain dalam ikatan sosial, seseorang yang memiliki kecerdasan emosional maka akan mudah bersahabat dengan orang lain. Seseorang yang mampu memahami emosi diri sendiri, mengelola emosi dan terampil dalam memahami emosi orang lain dapat menciptakan suatu persahabatan yang bisa diterima oleh kedua belah pihak.

Menurut Goleman (1999) kecerdasan emosi (*Emotional Intelligence*) merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri serta kemampuan mengelola emosi diri. Individu yang memiliki kecerdasan emosional akan mampu dan mudah untuk berhubungan dengan orang lain karena memiliki kemampuan untuk berempati, mengelola emosi, dan memotivasi diri untuk mengendalikan dorongan hati (Asrori, Hidayat & Nugroho, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian, remaja akhir memiliki kecerdasan emosional yang termasuk ke dalam kategori sedang dengan *mean empirik* sebesar 166,27. Hal tersebut berarti subjek dalam penelitian ini memiliki kemampuan mengenali emosi diri sendiri maupun emosi orang lain, mampu memotivasi diri, mengelola emosi sehingga dapat membina hubungan yang baik dengan orang lain. Sementara itu, kualitas persahabatan subjek mendapatkan hasil *mean empirik* sebesar 48,08 yang termasuk ke dalam kategori tinggi, hal ini berarti interaksi dalam hubungan persahabatannya baik sehingga kualitas persahabatan akan menjadi baik. Juvonen dan Wantzel (1996) menyatakan bahwa interaksi yang positif maupun negatif dalam hubungan persahabatan akan mempengaruhi kualitas persahabatan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari 100 remaja akhir, diketahui bahwa hasil perhitungan analisa deskripsi jenis kelamin subjek memperlihatkan bahwa kecerdasan emosional pada laki-laki

(16%) dan perempuan (84%) sama-sama memiliki tingkat kecerdasan emosional kategori sedang dengan *mean* laki-laki sebesar 162,88 dan *mean* perempuan sebesar 166,92. Pada remaja laki-laki memiliki kemampuan kesadaran intra-personal yang berarti dapat memahami emosi diri sendiri dan perempuan memiliki kemampuan mengelola emosi dalam hubungan interpersonal. Sementara itu, kualitas persahabatan laki-laki dan perempuan berada pada kategori tinggi dengan *mean* laki-laki sebesar 45,94 dan *mean* perempuan sebesar 48,49.

Pada deskripsi usia subjek 18-19 tahun (13%) dan 20-21 (87%) tahun memiliki nilai *mean* kecerdasan emosional kategori sedang yaitu sebesar 168,00 dan 166,01. Hal tersebut terjadi adanya perbedaan ciri setiap fase dalam kehidupan remaja seperti yang dikemukakan oleh Stenberg (dalam Aprillia, 2007), pada fase remaja akhir individu sudah dapat mengolah emosi diri sendiri secara mandiri, mampu memahami emosi diri sendiri maupun orang lain dan mulai membutuhkan kemampuan untuk beradaptasi terhadap lingkungan sosial. Pada kualitas persahabatan subjek yang berusia 18-19 tahun dan 20-21 tahun memiliki nilai *mean* dalam kategori tinggi yaitu sebesar 47,38 dan 48,18. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Levesque (2011) yang menyatakan bahwa kualitas persahabatan meningkat seiring dengan bertambahnya usia, dikarenakan peningkatan pengungkapan diri dan diperlukan untuk membentuk keintiman yang muncul pada masa remaja.

Deskripsi subjek pada jenis kelamin sahabat laki-laki (28%) dan perempuan (72%) memiliki nilai *mean* kecerdasan emosional berada pada kategori sedang yaitu sebesar 160,57 dan 168,49. Laki-laki dan perempuan mempunyai kemampuan yang sama dalam hal meningkatkan kecerdasan emosional tetapi rata-rata perempuan mungkin dapat

lebih tinggi dibandingkan laki-laki dalam beberapa keterampilan emosi. Kualitas persahabatan pada subjek yang bersahabat dengan laki-laki dan perempuan memiliki nilai *mean* dalam kategori tinggi. Nilai *mean* pada subjek yang memiliki sahabat laki-laki sebesar 47,50 dan nilai *mean* perempuan sebesar 48,92.

Persahabatan pada jenis kelamin yang sama merupakan hal yang penting karena adanya kelekatan dan dukungan, dengan memiliki teman yang saling mendukung akan membuat penyesuaian secara psikologis menjadi lebih baik.

Deskripsi subjek yang memiliki usia sahabat berusia 17-20 tahun menunjukkan nilai *mean* kecerdasan emosional sebesar 169,32 dan usia sahabat 21-24 memiliki nilai *mean* sebesar 164,90 dan keduanya berada pada kategori sedang. Kualitas persahabatan subjek yang memiliki sahabat berusia 17-20 tahun dan 21-24 tahun menunjukkan nilai *mean* sebesar 48,39 dan 47,94 dan keduanya berada pada kategori tinggi.

Deskripsi subjek yang memiliki lama persahabatan 1-5 tahun (53%) menunjukkan nilai *mean* kecerdasan emosional sebesar 165,98, lama persahabatan 6-10 tahun (41%) memiliki nilai *mean* sebesar 167,24 dan pada rentang 10-15 tahun (6%) memiliki nilai *mean* sebesar 162,17 dan semua berada pada kategori sedang, sedangkan nilai *mean* kualitas persahabatan pada rentang lama persahabatan 1-5 tahun yaitu 48,32, rentang 6-10 tahun memiliki nilai *mean* sebesar 47,78, rentang lama persahabatan 11-15 tahun memiliki nilai *mean* sebesar 48,00 dan semua berada pada kategori tinggi. Menurut Mandelson (dalam Bukowski, Newcomb & Hurtup, 1996) mengatakan bahwa kualitas persahabatan dipengaruhi oleh durasi dan interaksi dalam persahabatan yang dapat meningkatkan atau menurunkan kualitas dari suatu hubungan persahabatan.

Lama seseorang bersahabat juga memberikan kesempatan untuk menggali

informasi mengenai sahabat lebih dalam, semakin lama seorang remaja menjalin persahabatan maka semakin dalam akan mengenal sahabatnya. Selain itu, menurut Bukowski, Newcomb dan Hurtup (1996) kualitas persahabatan juga dipengaruhi oleh frekuensi dalam berinteraksi, frekuensi yang tinggi dalam berinteraksi juga memberikan kesempatan kepada remaja untuk saling berbagi dengan sahabatnya. Elemen-elemen yang berperan dalam pembentukan dan mempertahankan sahabat yaitu komunikasi, pertukaran informasi, saling terbuka mengenai perasaan masing-masing, menghabiskan aktivitas bersama dan penyelesaian konflik. Semakin sering seseorang berinteraksi dengan sahabatnya, semakin banyak yang diketahui mengenai sahabatnya.

Sebaliknya, semakin jarang seorang remaja berinteraksi dengan sahabatnya maka semakin sedikit waktu berbagi antar sahabat. Sehingga apabila seseorang sudah lama menjalin persahabatan namun interaksi dalam hubungan persahabatannya tidak baik dan terjadi konflik yang tidak terselesaikan maka akan berpengaruh pada kualitas persahabatannya, seperti yang dikatakan oleh Juvonen dan Wentzel (1996) interaksi yang positif maupun negatif dalam hubungan persahabatan akan mempengaruhi kualitas persahabatan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah diuraikan, diperoleh nilai $r = 0,279$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,005 ($p < 0,01$). Hal tersebut dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yang berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dan kualitas persahabatan pada remaja akhir.

Pada setiap variabel dalam penelitian ini diketahui bahwa kecerdasan

emosional remaja akhir berada pada kategori sedang dan kualitas persahabatan berada kategori tinggi. Hasil menunjukkan bahwa kecerdasan emosional remaja akhir sebagai subjek dalam penelitian ini memiliki hubungan positif yang sangat signifikan dengan kualitas persahabatan.

Untuk penelitian selanjutnya agar bisa melihat variabel-variabel lain yang mempengaruhi kecerdasan emosional seperti tipe kepribadian, regulasi emosi, kematangan emosi dan bisa menggunakan subjek penelitian seperti remaja akhir yang mengikuti kegiatan organisasi kemudian juga dapat membedakan hubungan kualitas persahabatan antara remaja akhir perempuan dan remaja akhir laki-laki yang mengikuti kegiatan organisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, G & Berzonsky, G. (2003). *Friendships, cliques and crowds in blackwell handbook of adolescence*. Oxford: Blackwell.
- Aini, R. (2014). Peran komunikasi antar pribadi sebagai pencegahan terjadinya konflik pada hubungan persahabatan remaja. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 290-304.
- Al-Mighwar, M. (2006). *Psikologi remaja untuk petunjuk bagi guru dan orang tua*. Bandung: Pustaka Ceria.
- Asrori, A., Hidayat, T., & Nugroho, A. (2012). Hubungan kecerdasan emosional dan interaksi teman sebaya dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas VIII program akselerasi di SMP negeri 9 Surakarta. *Jurnal Psikologi*, 2(4), 89-111.
- Barrett, L. F., & Salovey, P. (2002). *The wisdom in feeling*. New York: The Guilford Press.
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2012). *Social psychology*. America: Pearson Education Inc.
- Bukowski, W. M., Newcomb A.F., & Hartup, W.W. (1996). *The company*

- they keep: Friendship in childhood and adolescence.* New York: Cambridge University Press.
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi perkembangan dewasa muda.* Jakarta : Grasindo.
- Dariyo, A. (2015). Ketrampilan organisasi, kecerdasan emosi dan persahabatan. *Jurnal Psikologi*, 8(3), 10-20.
- Demir, M., & Urberg, K. (2004). Friendship and adjustment among adolescents. *Journal of Psychology*, 88(2), 68-82.
- Furman, W & Buhrmester, D. (1992). Age and sex difference in perceptions of networks of personal relationships. *Journal of Psychology*, 63, 103-115.
- Goleman, D. (1999). *Emotional intelligence: Kecerdasan emosional, mengapa EI lebih penting daripada IQ.* (T. Hermaya) Jakarta: P.T Gramedia Pustaka Utama.
- Juvonen, J., & Wentzel, K. (1996). *Social motivation: Understanding children's school adjustment.* Australia: Cambridge University Press.
- Laursen, B. (1995). Conflict and social interaction in adolescent relationships. *Journal of Psychology*, 5(1), 55-70.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development.* (Brian Marwensdy). Jakarta : Salemba Humanika.
- Paramitasari, R., & Alfian, I. (2012). Hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir. *Jurnal psikologi pendidikan dan perkembangan*, 2(1), 21-30.
- Ponti, L., Guarnier, S., Smorti, A., & Tani, F. (2010). A measure for the study of friendship and romantic relationship quality from adolescence to early adulthood. *Journal of Psychology*, 3(10), 76-78.
- Sarwono, S. (2010). *Psikologi remaja.* Jakarta: Rajawali Press
- Vera. (2014). Sekali sahabat tetap sahabat. <http://lifestyle.kompasiana.com/catatan/2012/07/15/sekali-sahabat-tetap-sahabat-477088.html>. Diakses tanggal 26 Juni 2014.