

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 10 hingga 19 tahun dan sedang menjalani masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami berbagai perubahan secara bersamaan, mulai dari perubahan fisik akibat pubertas, perkembangan kemampuan berpikir yang semakin matang, hingga perubahan dalam hubungan sosial dan emosional. Perubahan-perubahan tersebut juga disertai dengan proses pembentukan identitas diri serta meningkatnya kepekaan remaja terhadap lingkungan di sekitarnya. Tidak jarang, proses ini membawa tantangan tersendiri bagi remaja dalam menyesuaikan diri, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun pergaulan sehari-hari (Santrock, 2019).

Berdasarkan laporan *World Population Prospects* (2025), jumlah remaja usia 10-19 tahun di seluruh dunia pada tahun 2024 mencapai sekitar 1.295.998.000 jiwa dan sedikit menurun menjadi 1.292.601.000 jiwa pada tahun 2025. Angka ini mewakili sekitar 16% dari total populasi dunia, sehingga kelompok remaja menjadi salah satu kelompok terbesar yang memiliki peran penting dalam pembangunan kesehatan, sosial, dan ekonomi secara global. Di Indonesia sendiri, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2025), jumlah remaja pada tahun 2023 tercatat sebanyak 44.692.039 jiwa dan mengalami sedikit penurunan menjadi 44.425.852 jiwa pada tahun 2024.

Berdasarkan data *BPS-Statistics & Province* (2024), jumlah remaja usia 10-19 tahun pada tahun 2024 di Sumatera Barat, tercatat sekitar 960.500 jiwa, yang terdiri dari 465.600 jiwa pada kelompok usia 10–14 tahun dan 494.900 jiwa pada kelompok usia 15-19 tahun. Jumlah tersebut sedikit menurun pada tahun 2025 menjadi sekitar 953.500 jiwa, 460.600 jiwa usia 10-14 tahun dan 492.900 jiwa usia 15-19 tahun. Di antara seluruh kabupaten dan kota di Sumatera Barat, Kota Padang sebagai ibu kota provinsi memiliki jumlah remaja terbanyak. Berdasarkan data Dinas Pemberdayaan dan Perlindungan Anak Kota Padang (2025), total penduduk Kota Padang pada tahun 2024 adalah sebanyak 946.982 jiwa, dengan jumlah remaja usia 10-19 tahun sebanyak 183.615 jiwa atau sekitar 19,39% dari keseluruhan penduduk kota. Besarnya jumlah remaja di Kota Padang ini menjadikan kondisi kesehatan psikososial mereka sangat penting untuk diperhatikan dan diteliti lebih dalam.

Salah satu ciri khas masa remaja adalah perkembangan kemampuan berpikir yang pesat. Remaja mulai bisa berpikir lebih logis dan kritis, mulai memikirkan masa depan, serta mulai mengenal diri sendiri melalui berbagai pengalaman dan refleksi. Namun, perkembangan ini sering kali tidak sejalan dengan kemampuan remaja dalam mengelola perasaan dan emosi. Akibatnya, remaja mudah merasa tidak stabil secara emosional saat menghadapi berbagai tuntutan dan tekanan yang semakin kompleks dalam kehidupan sehari-hari (Uktamovna, 2023).

Selain perkembangan kognitif, masa remaja juga ditandai dengan perubahan sosial dan emosional yang cukup besar. Remaja mulai mencari jati

diri dan menginginkan kemandirian dari orang tua. Pada saat yang sama, hubungan dengan teman sebaya menjadi semakin penting karena remaja sangat membutuhkan rasa diterima dalam pergaulan. Kondisi ini membuat remaja rentan mengalami kecemasan, frustrasi, atau tekanan ketika menghadapi konflik dalam hubungan pertemanan maupun dengan orang tua (Uvhagen, 2025).

Salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja adalah kecerdasan emosional, yaitu kemampuan seseorang dalam memahami, mengungkapkan, dan mengelola emosinya secara baik. Survei berbasis sekolah yang dikutip dalam Uvhagen (2025), yang meneliti kondisi kesehatan emosional remaja di berbagai negara, menemukan bahwa proporsi remaja yang mengalami gangguan emosional bervariasi cukup besar antarnegara. Di beberapa negara, angkanya mencapai lebih dari 40%, sementara di negara lain tercatat hanya sekitar 10–15%. Laporan UNICEF (2024) juga menunjukkan bahwa hanya sekitar 10–15% remaja di seluruh dunia yang termasuk dalam kategori kecerdasan emosional tinggi, yaitu mereka yang sudah mampu memahami, mengungkapkan, dan mengelola emosi secara sehat. Ini berarti bahwa sebagian besar remaja di dunia masih rentan mengalami gangguan emosional akibat lemahnya kemampuan pengelolaan emosi, sehingga penguatan kecerdasan emosional menjadi kebutuhan yang mendesak dalam program kesehatan mental remaja.

Di Indonesia, data resmi mengenai kecerdasan emosional remaja belum tercatat dalam Riskesdas nasional. Namun, penelitian *cross-sectional* yang

dilakukan oleh Sundari et al. (2025) di Jawa Tengah, yang bertujuan mengidentifikasi masalah emosional dan perilaku pada remaja awal, menemukan bahwa 30,1% remaja usia 10-14 tahun mengalami masalah emosional yang tergolong abnormal. Angka ini merupakan yang tertinggi dibandingkan masalah perilaku lainnya seperti *conduct problems* sebesar 10,5%. Temuan ini sejalan dengan penelitian Basaria (2019) yang dilakukan pada remaja di Jawa dan Bali, yang menemukan bahwa 26,9% remaja memiliki kecerdasan emosional yang rendah, dengan kemampuan regulasi emosi yang sebagian besar berada pada level sedang (46%), kondisi yang turut berkontribusi pada meningkatnya kasus kekerasan di kalangan remaja.

Gambaran kondisi kesehatan mental di Sumatera Barat juga perlu mendapat perhatian. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi gangguan kesehatan jiwa pada penduduk usia 15 tahun ke atas di Sumatera Barat mencapai 2,1%, lebih tinggi dari rata-rata nasional yang sebesar 1,4%. Selain itu, sekitar 5,6 dari setiap 1.000 rumah tangga di provinsi ini memiliki anggota keluarga dengan gejala gangguan jiwa berat, dan prevalensi depresi aktif dalam dua minggu terakhir tercatat sebesar 0,8% dari 12.973 responden. Penelitian Kulkarni dan Velhal (2023), yang secara khusus meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dan kesehatan mental pada remaja, menemukan bahwa remaja dengan kecerdasan emosional yang rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami gejala depresi dan kecemasan. Hal ini menegaskan bahwa kecerdasan emosional berperan sebagai faktor pelindung terhadap gangguan kesehatan mental.

Kondisi Sumatera Barat tersebut menempatkan provinsi ini sebagai salah satu wilayah dengan tingkat kerentanan psikologis tertinggi di Indonesia, yang turut berkontribusi terhadap munculnya perilaku menyimpang pada remaja (Abas et al., 2023). Di tingkat kota, berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang (2025), prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia 15 tahun ke atas di Kota Padang tercatat sebesar 14,20%, lebih tinggi dari rata-rata Provinsi Sumatera Barat yang sebesar 13,01%. Angka ini menggambarkan tingginya kerentanan psikologis di Kota Padang, yang salah satu faktor risikonya adalah rendahnya kecerdasan emosional, terutama pada kelompok remaja yang sedang berada dalam fase perkembangan yang rentan.

Remaja yang memiliki kecerdasan emosional rendah cenderung mengalami kesulitan dalam berkomunikasi, menarik diri dari pergaulan, serta mudah bersikap agresif karena tidak mampu mengelola emosi dengan baik. Penelitian Lee et al (2024) menunjukkan bahwa rendahnya kecerdasan emosional berkaitan dengan meningkatnya perilaku agresif dan sulitnya menyelesaikan konflik dalam hubungan sosial. Selain itu, kecerdasan emosional yang rendah juga berdampak pada menurunnya kemampuan remaja dalam bergaul dan memperburuk kualitas hubungan mereka dengan teman sebaya.

Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik antara individu dengan individu lain atau dengan kelompok, di mana masing-masing pihak saling mempengaruhi satu sama lain. Menurut Merlin (2024), interaksi sosial yang baik dapat membantu remaja dalam memahami perasaan orang lain dan

membangun hubungan yang positif dengan lingkungannya. Sebaliknya, remaja yang memiliki interaksi sosial yang rendah cenderung menunjukkan perilaku agresif, kurang diterima oleh teman sebaya, sulit menyesuaikan diri, dan kurang berkembang dalam keterampilan sosialnya. Favre (2024) menambahkan bahwa remaja dengan interaksi sosial yang tinggi menunjukkan perilaku yang lebih positif, lebih mudah beradaptasi, dan lebih diterima di lingkungan pergaulan.

Beberapa penelitian telah menemukan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan interaksi sosial remaja. Penelitian Setiawan (2024) yang dilakukan di SMPN 36 Surabaya pada 243 siswa menemukan hubungan positif yang bermakna antara kecerdasan emosional dan keterampilan sosial, di mana sebagian besar siswa berada pada kategori sedang untuk kedua variabel tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian Sani (2025) di SMPN 236 Jakarta yang menyimpulkan bahwa siswa dengan kecerdasan emosional lebih tinggi cenderung menunjukkan perilaku lebih kooperatif, lebih bertanggung jawab, dan lebih aktif dalam berinteraksi dengan orang lain.

Namun, tidak semua penelitian menghasilkan hasil yang sama. Khanra (2024) dalam penelitiannya mengenai hubungan kecerdasan emosional dan relasi sosial pada remaja menemukan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut ($r = -0,074$, $p > 0,05$). Hal ini didukung oleh penelitian Samas dan Ahmad (2025) yang dilakukan di MTSN Palopo, yang meneliti hubungan kecerdasan emosional dengan kualitas pertemanan pada siswa, dengan hasil nilai korelasi $r = 0,189$ dan nilai

signifikansi $p = 0,189$ ($p > 0,05$), sehingga disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara keduanya.

Meskipun sudah banyak penelitian yang mengkaji hubungan antara kecerdasan emosional dan interaksi sosial pada remaja, sebagian besar penelitian tersebut dilakukan pada populasi dan konteks yang berbeda dari penelitian ini. Penelitian Purwoarrum dan Muryono (2024) yang meneliti topik serupa dilakukan pada siswa tingkat SMK, sehingga hasilnya tidak bisa langsung digeneralisasikan pada siswa SMP yang berada pada fase perkembangan lebih awal dengan karakteristik yang berbeda. Demikian pula penelitian Khalillah (2025) yang mengkaji variabel yang sama, namun dilakukan di luar Provinsi Sumatera Barat, sehingga kondisi sosial, budaya, dan lingkungan sekolah yang menjadi latar penelitian tersebut tidak sepenuhnya mencerminkan kondisi remaja di Kota Padang.

Berdasarkan laporan resmi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (2024), terdapat 102 SMP di Kota Padang yang terdiri dari 46 sekolah negeri dan 56 sekolah swasta. Di antara sekolah-sekolah tersebut, SMP Negeri 10 Padang yang berlokasi di Kecamatan Kuranji merupakan SMP dengan jumlah siswa terbanyak di Kota Padang. Data Dapodik Kemendikbudristek tahun 2024 mencatat bahwa sekolah ini memiliki 879 siswa yang terdiri dari 440 siswa laki-laki dan 439 siswa perempuan. Khusus untuk kelas VII, terdapat 9 rombongan belajar dengan total 288 siswa dan rata-rata 32 siswa per kelas. Komposisi yang proporsional ini menjadikan SMP Negeri 10 Padang sebagai lokasi penelitian yang representatif.

Pemilihan kelas VII sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa siswa kelas VII sedang menjalani masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama. Ermis Suryana (2022) dalam penelitiannya menegaskan bahwa masa remaja awal merupakan fase yang sangat rentan karena remaja harus melakukan penyesuaian fisik, emosional, dan sosial secara bersamaan. Apabila penyesuaian ini tidak berjalan dengan baik, maka akan muncul perilaku menyimpang dan konflik dalam hubungan sosial. Hal ini diperkuat oleh penelitian Nanga (2025) yang menemukan bahwa siswa kelas VII yang baru memasuki jenjang SMP menunjukkan gejala seperti sulit beradaptasi dengan lingkungan baru, mudah marah, merasa terisolasi dari teman sebaya, serta memiliki kecerdasan emosional yang belum berkembang secara optimal.

Berdasarkan survei awal dilakukan pada tanggal 3 Februari 2026 di SMP Negeri 10 Padang melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner kepada 10 siswa kelas VII yang dipilih secara acak, serta kepada guru Bimbingan dan Konseling (BK) dan wali kelas. Dari 10 siswa yang diwawancarai, hanya 3 siswa yang mengaku mampu mengenali perasaan sendiri, tidak mudah terpancing emosi, dan nyaman bergaul dengan teman baru. Selebihnya, 7 siswa mengungkapkan masalah yang cukup mencolok. Diantaranya ada siswa yang menyampaikan kalau dirinya sering bertengkar dengan teman karena tidak bisa menahan emosi, ada yang mengaku hanya mau berteman dengan teman lama dari SD dan merasa canggung berbicara dengan orang yang belum dikenal, ada yang lebih memilih sendiri ketika ada masalah dan menolak kerja kelompok,

bahkan ada yang terang-terangan bilang tidak peduli dengan perasaan teman dan tidak merasa butuh banyak teman di sekolah.

Guru BK menyampaikan bahwa dalam satu bulan terakhir terdapat 15 siswa kelas VII dari total 288 siswa yang datang untuk konseling individu, dikarenakan adanya konflik dengan teman atau tidak bisa mengontrol emosi. Hal ini juga dikonfirmasi oleh wali kelas yang menyampaikan bahwa terdapat 10 siswa yang mendapat sanksi dalam satu bulan terakhir karena terlambat, tidak lengkap atributnya, dan bertengkar. Data ini diperkuat dengan hasil wawancara langsung yang menunjukkan bahwa 7 dari 10 siswa yang ditemui mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan menjalin interaksi sosial yang baik, sehingga penelitian ini perlu dilakukan untuk mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kecerdasan emosional dengan interaksi sosial pada remaja kelas VII di SMP Negeri 10 Padang tahun 2026, guna memperoleh gambaran nyata yang dapat dijadikan dasar dalam merancang program promotif dan preventif untuk meningkatkan kesehatan psikososial remaja di lingkungan sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini Adalah Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan interaksi social pada remaja kelas VII di SMPN 10 Padang tahun 2026?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan interaksi sosial pada remaja kelas VII di SMPN 10 Padang tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kecerdasan emosional pada remaja kelas VII di SMPN 10 Padang.
- b. Diketahui distribusi frekuensi interaksi sosial pada remaja kelas VII di SMPN 10 Padang.
- c. Diketahui hubungan antara kecerdasan emosional dan interaksi sosial pada remaja kelas VII di SMPN 10 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Dapat memperluas pemahaman mengenai konsep kecerdasan emosional dan interaksi sosial pada remaja awal serta menguatkan kemampuan dalam menerapkan pendekatan penelitian kuantitatif korelasional di bidang keperawatan jiwa komunitas.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan sebagai sumber informasi, referensi, dan sarana bagi penelitian selanjutnya di bidang bimbingan dan konseling, khususnya tentang hubungan kecerdasan emosional dengan interaksi sosial pada remaja di lingkungan sekolah menengah pertama.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Siswa

Dapat meningkatkan kesadaran diri mengenai pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan sosial sehari-hari, sehingga siswa dapat mengembangkan kemampuan mengelola emosi dan membangun interaksi sosial yang sehat dengan teman sebaya di lingkungan sekolah.

b. Bagi Guru dan Tenaga Pendidik

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam memahami kondisi emosional dan sosial siswa kelas VII, sehingga guru dapat menerapkan pendekatan pembelajaran yang mendukung perkembangan kecerdasan emosional dan kemampuan interaksi sosial siswa secara optimal.

c. Bagi SMP Negeri 10 Padang

Dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan masukan bagi guru, khususnya guru Bimbingan dan Konseling (BK), dalam merancang program layanan bimbingan yang bertujuan meningkatkan kecerdasan emosional siswa sehingga dapat mendukung terbentuknya interaksi sosial yang positif di lingkungan sekolah.

d. Bagi Institusi Universitas Alifah Padang

Dapat dijadikan sebagai referensi dan bahan perbandingan oleh peneliti selanjutnya serta mempermudah dalam penelitian yang berkaitan dengan hubungan kecerdasan emosional dengan interaksi sosial pada remaja.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini mengkaji tentang hubungan kecerdasan emosional dengan interaksi sosial pada remaja kelas VII di SMP N 10 Padang. Pada penelitian ini variabel independen kecerdasan emosional, sedangkan variabel dependen interaksi sosial. Jenis *deskriptif korelatif* dengan desain *Cross Sectional*. Penelitian telah dilakukan di SMP N 10 Padang pada bulan Maret - Agustus 2026. Pengumpulan data dilakukan dari tanggal 2 Juni sampai 5 Juni 2026. Populasi semua siswa kelas VII berjumlah 288 siswa dengan teknik pengambilan sampel *Proporsional Random Sampling* berjumlah 74 siswa. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, kemudian data diolah dengan analisis univariat dan bivariat dengan uji statistik *Chi-Square*. Hasil penelitian didapatkan adanya hubungan kecerdasan emosional dengan interaksi sosial pada siswa kelas VII SMP N 10 Padang dengan nilai $p\text{ value} = 0.007$