

HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH DEMOKRATIS ORANG TUA DENGAN KECERDASAN EMOSIONAL PADA SISWA KELAS X DI SMAN 4 YOGYAKARTA

Belina Vyanny Siregar¹, Prasetyo Budi Widodo¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

nanasiregar26@gmail.com

ABSTRAK

Kecerdasan emosional ialah kemampuan mengenali diri atau orang lain untuk mengetahui, mengolah, serta mengendalikan perasaan sehingga dapat merespons suatu kondisi secara positif. Pola asuh orang tua memiliki peran dalam pembentukan kecerdasan emosional pada individu. Pola asuh demokratis orang tua adalah pengasuhan atau metode mendidik anak yang paling ideal yang mendorong kemandirian anak namun tetap memberikan batasan dan pengawasan atas tindakan mereka agar memiliki jati diri, karakter, dan moral yang baik serta dapat bersikap logis. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan bukti empiris hubungan pola asuh demokratis orang tua dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas X di SMAN 4 Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang melibatkan 140 siswa dari populasi yang berjumlah 288 siswa kelas X di SMAN 4 Yogyakarta. Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling* dan teknik analisis data menggunakan analisis regresi sederhana pada aplikasi SPSS. Penelitian ini menggunakan alat ukur Skala Pola Asuh Demokratis (46 aitem, $\alpha = 0,965$) dan Skala Kecerdasan Emosional (25 aitem, $\alpha = 0,885$) dengan model Skala Likert sebagai pemilihan jawaban skala. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif dan signifikan antara pola asuh demokratis orang tua dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas X di SMAN 4 Yogyakarta ($R = 0,595$ dan $p < 0,001$). Pola asuh demokratis orang tua memberikan sumbangan efektif sebesar 35,4% ($R^2 = 0,354$) terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas X di SMAN 4 Yogyakarta. Semakin baik pola asuh demokratis orang tua maka semakin tinggi kecerdasan emosional. Sebaliknya, semakin buruk pola asuh demokratis orang tua maka semakin rendah kecerdasan emosional.

Kata kunci: pola asuh; demokratis; orang tua; kecerdasan emosional; siswa kelas X

THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL DEMOCRATIC PARENTING AND EMOTIONAL INTELLIGENCE IN CLASS X STUDENTS AT SMAN 4 YOGYAKARTA

Belina Vyanny Siregar¹, Prasetyo Budi Widodo¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

nanasiregar26@gmail.com

ABSTRACT

Emotional intelligence is the ability to recognize oneself or others in order to understand, process, and control emotions so that one can respond positively to a situation. Parental parenting styles play a role in the development of emotional intelligence in individuals. Democratic parenting is the most ideal parenting style or method of educating children, which encourages their independence while still setting boundaries and supervising their actions so that they develop a strong sense of self, good character, and moral values, as well as the ability to think logically. This study aims to obtain empirical evidence of the relationship between democratic parenting and emotional intelligence in 10th grade students at SMAN 4 Yogyakarta. This is a quantitative study involving 140 students from a population of 288 10th grade students at SMAN 4 Yogyakarta. The sample was selected using cluster random sampling and data analysis was conducted using simple regression analysis in SPSS. The study utilized the Democratic Parenting Style Scale (46 items, $\alpha = 0.965$) and the Emotional Intelligence Scale (25 items, $\alpha = 0.885$) with a Likert Scale response model. The results of the study indicate a positive and significant relationship between democratic parenting styles and emotional intelligence among tenth-grade students at SMAN 4 Yogyakarta ($R = 0.595$ and $p < 0.001$). Democratic parenting contributes effectively by 35.4% ($R^2 = 0.354$) to the emotional intelligence of 10th grade students at SMAN 4 Yogyakarta. The better the democratic parenting, the higher the emotional intelligence. Conversely, the worse the democratic parenting, the lower the emotional intelligence.

Keywords: parenting; democratic; parental; emotional intelligence; 10th grade students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia memiliki beragam kecerdasan. Kecerdasan itu antara lain, kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan spiritual (SQ), dan kecerdasan emosional (EQ). Selama ini, IQ sering kali dijadikan sebagai acuan utama untuk mengukur kesuksesan seseorang, terutama dalam karir. Ini disebabkan oleh pandangan masyarakat yang cenderung menganggap individu dengan nilai akademik yang tinggi pasti akan mencapai kesuksesan. Hal tersebut bertolak belakang dengan pernyataan Goleman (2023) yang mengemukakan bahwa sebenarnya IQ hanya memberikan kontribusi sebesar 20% terhadap keberhasilan individu, sementara 80% nya ditentukan EQ sehingga kecerdasan emosional sangat penting dalam menentukan keberhasilan hidup termasuk dalam proses pembelajaran. Hanya segelintir orang yang menyadari betapa pentingnya kecerdasan emosional dalam menentukan kesuksesan anak.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan remaja untuk mengatur serta mengespresikan emosi dengan tepat tergantung pada situasi dan keadaan yang dialaminya. Kecerdasan emosional merupakan aspek yang penting dalam kehidupan individu sebagai fondasi dalam tumbuh kembang anak yang berperan dalam kesuksesan anak. Hal ini dikarenakan kecerdasan emosional berperan dalam proses individu berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Tanpa kecerdasan emosional, interaksi dalam lingkungan sosial akan sulit. Selain itu, kapasitas untuk

memahami dan menangani emosi sendiri dan orang lain juga rendah, kebingungan serta ketidaktegaran dalam menghadapi berbagai masalah atau tantangan, termasuk tantangan untuk mencapai kesuksesan di bidang akademis, yang pada gilirannya mengurangi peluang untuk menjalani hidup yang bahagia dan sukses. Seorang anak yang tidak dapat mengendalikan dirinya dalam menghadapi masalah cenderung menunjukkan kurangnya kecerdasan emosional (Jahja, 2011). Setiap individu memiliki variasi dalam kecerdasan emosional mereka karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi menunjukkan kapabilitas pribadi dan sosial, seperti empati, pengendalian diri, serta dorongan untuk bertindak.

Fase remaja merupakan satu di antara beberapa fase dalam diri yang memegang peran signifikan untuk setiap individu. Tahap ini adalah tahap antara fase anak-anak dan fase kedewasaan. Bukunya Hurlock (2015) menuliskan bahwa ciri perubahan remaja bersifat universal, satu di antaranya yaitu emosi mereka bisa meningkat dan berubah dengan cepat, dipengaruhi oleh perubahan fisik maupun psikologis yang mereka alami. Secara umum, emosi dapat digolongkan menjadi dua kelompok: emosi positif dan emosi negatif. Emosi yang positif seperti perasaan bahagia, humor, haru, dan gembira, memiliki efek perasaan senang. Emosi negatif, di sisi lain, bersifat tidak menyenangkan dan mengganggu, antara lain kesedihan, kekecewaan, keputusasaan, frustrasi, dan kemarahan (Safaria dkk., 2012). Seorang remaja sering kali merajuk karena merasa bingung dalam menyampaikan emosinya. Dengan fluktuasi emosional yang sering terjadi, remaja perlu belajar

keterampilan mengelola emosi. Kemampuan meregulasi emosi merupakan satu di antara aspek dari kecerdasan emosi.

Faktanya, saat ini terungkap bahwa sejumlah anak menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang minim atau cenderung terfokus pada emosi negatif, khususnya di kalangan pelajar tingkat SMA/K. Hal ini sejalan dengan temuan awal Sholihatin (2019), bahwa berdasarkan data di lapangan dari 30 responden secara acak didapatkan hasil kecerdasan emosional siswa di SMA N 1 Belik tergolong rendah, dengan persentase mencapai 55%. Selain itu, wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah juga mengungkapkan bahwa adanya beberapa kasus yang terjadi karena ketidakmampuan siswa mengontrol emosi mereka. Beberapa masalah yang muncul, antara lain perkelahian antar siswa, kurangnya kepercayaan diri yang membuat siswa kesulitan menjalin pergaulan, dan kemudahan siswa dalam merasakan amarah terhadap teman-temannya. Salah satu fenomena lain yang mencolok terjadi di Pontianak, Kalimantan Barat, pada tanggal 7 Maret 2018, melibatkan seorang siswa Madrasah Darussalam berinisial NF. Ia diduga melakukan penganiayaan terhadap gurunya, Nuzul Kurniawati, setelah merasa tidak terima ditegur saat menggunakan telepon genggamnya ketika pelajaran berlangsung. Pertikaian verbal antara NF dan gurunya pun tidak terhindarkan, yang berujung pada tindakan NF yang memukul Nuzul dengan kursi plastik yang didudukinya (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2024).

Hal serupa terjadi di SMA Santo Thomas 2 Medan. Siswi berinisial AM kerap berkelahi dengan guru di dalam kelas dan sering kali tidak mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan. AM sering menerima teguran dari guru yang mengajar di

kelasnya karena AM sering membuat keributan di kelas, apalagi AM sering berkelahi dengan gurunya. Begitu juga pada saat ujian, AM sering mencontek teman yang duduk di sebelahnya. AM juga sering membolos sekolah, sama seperti teman-temannya, yang membuat ia sering menerima surat panggilan orang tua siswa. Dari contoh kasus ini, terlihat sebagian besar remaja tidak melekatkan kecerdasan emosional yang optimal. Hanya sedikit peserta didik berprestasi tinggi yang mampu mengendalikan emosinya. Le Dove dalam bukunya “*Emotional Intelligence*” yang dirujuk oleh Goleman (2023) mengatakan terdapat faktor yang memengaruhi kecerdasan emosi, yakni aspek fisik dan psikis. Dari segi fisik, bagian yang paling berpengaruh terdapat di otak, yakni konteks serta sistem limbik. Sementara itu, secara mental, kecerdasan emosi tidak hanya dipengaruhi oleh karakter pribadi seseorang, tetapi bisa pula dikembangkan dan diperkuat melalui lingkungan keluarga maupun lingkungan di luar keluarga.

Kesimpulannya dapat diambil dari pernyataan di atas bahwa lingkungan ikut berperan dalam pembentukan kecerdasan emosional. Lingkungan yang paling berpengaruh dalam proses ini adalah peran orang tua selama masa kanak-kanak (Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, 2018). Peran orang tua tersebut adalah mengasuh serta menuntun anaknya agar mampu menghadapi kehidupan sosial. Setiap orang tua tentu menerapkan pendekatan yang beragam dalam membesarkan anak mereka. Baumrind (1967) mengemukakan empat gaya pengasuhan yang dapat diidentifikasi, yakni *authoritative*, *authoritarian*, *permissive*, serta *neglectful* atau *uninvolved*. Gaya pengasuhan demokratis (*authoritative*) mendorong kemandirian anak namun tetap menegakkan pedoman

dan mengendalikan perilaku mereka. Interaksi dengan kata-kata tetap diperbolehkan serta adanya kehangatan dan pengasuhan orang tua. Gaya pengasuhan otoriter (*authoritarian*) adalah pola asuh yang mengekang serta memberi sanksi kepada anak. Para orang tua yang menggunakan gaya pengasuhan *authoritarian* menunjukkan kendali yang besar terhadap anak, tetapi responsivitas relatif rendah. Komunikasi dalam gaya pengasuhan ini dominan bersifat satu arah, melalui berbagai larangan dan instruksi yang diterapkan secara ketat. Gaya pengasuhan permisif (*permissive*) hanya menyertakan sedikit aturan. Orang tua seperti ini memberi anak-anak kebebasan untuk menjalani kegiatan sesuai dengan keinginan mereka. Gaya pengasuhan acuh (*neglectful*), yaitu gaya pengasuhan yang tidak mau ikut campur. Anak yang dibesarkan dalam lingkungan seperti ini sering merasa bahwa mereka tidak memiliki nilai yang lebih tinggi daripada kepentingan orang tua karena kurangnya keterlibatan dalam kehidupan mereka.

Pola asuh demokratis disebut sebagai yang paling ideal dalam pengasuhan anak. Tipe pengasuhan ini mendorong anak-anak untuk mengembangkan kemandirian sambil tetap membatasi dan mengendalikan tindakan mereka. Dari penjelasan ini, peneliti memilih pola asuh demokratis karena telah terbukti mampu meningkatkan kecerdasan emosional.

Gaya pengasuhan yang digunakan oleh orang tua dapat berdampak pada karakter anaknya. Satiadarma dan Waruwu (dalam Mahatfi, 2015) berpendapat bahwa apabila orang tua dan lingkungan sosial menerapkan gaya pengasuhan yang tepat secara konsisten, anak-anak dapat mengendalikan dirinya dalam menghadapi tantangan hidup sehingga mereka dapat menangani problematika yang muncul.

Begitu pula sebaliknya, jika lingkungan sosial kurang memberikan kasih sayang dan perhatian dengan tepat maka besar kemungkinan anak akan mengalami kesulitan saat berinteraksi sosial karena biasanya akan mengalami berbagai tantangan dalam mengendalikan emosinya. Orang tua memiliki peran krusial sebagai panutan serta dalam menciptakan suasana yang mendukung pertumbuhan emosional anak.

Berdasarkan informasi-informasi yang telah disampaikan sebelumnya, peneliti merasa penting untuk mengkaji dan mengetahui “Hubungan antara Pola Asuh Demokratis Orang Tua dengan Kecerdasan Emosional pada Siswa Kelas X di SMAN 4 Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada konteks sebelumnya, pertanyaan dari studi ini ialah “Adakah hubungan antara pola asuh demokratis orang tua dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas X di SMAN 4 Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh dan menguji bukti empiris tentang hubungan antara pola asuh demokratis orang tua dengan kecerdasan emosional siswa kelas X di SMAN 4 Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Studi mampu meningkatkan pengetahuan, wawasan, serta pembahasan terkait variabel yang dapat memengaruhi kecerdasan emosional pada siswa SMA serta dapat menjadi sarana pengetahuan dan pengembangan yang secara teoretis telah dipelajari dalam perkuliahan. Diharapkan juga bahwa studi ini akan menjadi rujukan bagi temuan penelitian di masa depan yang serupa dan dapat membantu dalam ekspansi ilmu psikologi sebagai satu di antara acuan referensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Harapannya bisa dijadikan pencerdasan serta saran terkait hasil dari penelitian tentang keterkaitan antara gaya pengasuhan demokratis dari orang tua dan kecerdasan emosional. Dengan adanya studi ini, para guru dapat lebih memahami keadaan emosional siswa untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan berkesinambungan.

b. Bagi Orang Tua

Orang tua sebaiknya merujuk pada studi ini dalam menerapkan gaya pengasuhan yang demokratis dalam proses mendidik anak guna mengembangkan kecerdasan emosional dengan maksimal.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil dari studi ini memberikan wawasan tentang keterkaitan antara gaya pengasuhan orang tua yang demokratis dan tingkat

kecerdasan emosional sang anak. Selanjutnya, studi ini bisa digunakan sebagai pijakan untuk studi di masa mendatang dan diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini pada kasus yang sama dengan menjadikan penelitian penulis sebagai bahan referensi sehingga diharapkan dapat memperoleh temuan baru dan menyempurnakan penelitian terdahulu dengan variabel yang lebih relevan.