

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang tidak mungkin dapat hidup sendiri. Di sepanjang rentang kehidupan, setiap manusia membutuhkan manusia lainnya untuk mempertahankan kelangsungan hidup. Oleh sebab itu manusia dikatakan sebagai makhluk sosial. Kebutuhan dalam diri seseorang untuk bergantung pada orang lain disekitarnya telah muncul semenjak manusia berada pada fase bayi. Saat masih bayi, seorang anak bergantung pada orang lain yang dirasakan dapat memberikan rasa aman dan nyaman baginya. Di usia yang sangat dini, kenyamanan yang dirasakan oleh seorang bayi berasal dari figur orangtua ataupun figur pengasuh. Umumnya, figur pengasuh signifikan lebih besar adalah Ibu, namun tidak menutup kemungkinan ada figur lain selain ibu. Ikatan antara bayi dengan figur tersebut ini adalah keterikatan yang bersifat primer.

Keterikatan ini menjadi fasilitator aktivitas psikologis yang baru dimulai, yaitu seperti kemampuan bicara, mengatur indera-indra, tindakan fisik, berfikir dengan simbol, meniru dan belajar dari orang lain (Santrock, 2007). Responsivitas figur pengasuh yang signifikan dalam memenuhi kebutuhan bayi tersebut menanamkan pemahaman pada bayi bahwa figur tersebut adalah figur

yang dapat dipercaya untuk memperhatikan kebutuhannya dan dapat diandalkan bantuannya. Hal tersebut juga membuat bayi merasakan bahwa betapa aman dirinya dan betapa orang-orang disekitarnya dapat diandalkan ketika ia menghadapi situasi yang menekan. Berbagai pengalaman mengenai keterikatan seseorang pada masa bayi dengan figur signifikan akan terus berlanjut sampai masa remaja, dewasa, dan bahkan sampai tua (Hazan & Shaver, 1987), serta menjadi pola yang dimiliki individu ketika menjalin ikatan *attachment* dengan orang lain selain figur *attachment*nya.

Semakin bertambahnya usia seseorang, maka ia akan memasuki lingkungan sosial yang lebih luas dari pada lingkungan keluarga. Untuk dapat bertahan berada dalam suatu lingkungan sosial, seseorang harus mampu menjalin relasi dengan orang-orang yang berada dalam lingkungan tersebut. Salah satu lingkungan yang menuntut adanya relasi sosial adalah situasi pendidikan. Setiap jenjang pendidikan memiliki tuntutan yang berbeda-beda dan tingkat kesulitannya akan terus meningkat sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dari jenjang tersebut. Tuntutan yang sangat berbeda terasa pada peralihan antara sekolah menengah atas dan perguruan tinggi. Tuntutan yang lebih tinggi dan kesulitan yang dialami berada pada relasi yang harus terbangun dengan teman, dosen, dan warga kampus lainnya.

Dalam situasi perkuliahan mahasiswa dituntut untuk menambah luas relasi yang dimiliki dan menambah jumlah teman. Relasi sosial yang dimiliki secara langsung akan membawa banyak manfaat dalam menjalani proses belajar sebagai mahasiswa. Dalam mengerjakan tugas yang bersifat kelompok, maka

akan lebih mudah diselesaikan apabila mahasiswa memiliki kemauan untuk menjalin relasi yang saling percaya dengan orang lain terutama dengan teman dalam kelompok belajarnya. Sebaliknya, jika mahasiswa kurang mampu menjalin relasi sosial maka akan menghambat proses penyelesaian tugas. Disamping harus memenuhi tugas perkembangan dalam aspek sosial, mahasiswa baru juga harus beradaptasi dengan situasi belajar yang berbeda. Situasi perkuliahan menuntut mahasiswa untuk lebih aktif dan dosen hanya berperan sebagai fasilitator dalam proses belajar mengajar.

Tuntutan yang semakin kompleks untuk diselesaikan itu menjadi permasalahan tersendiri bagi mahasiswa. Masing-masing mahasiswa memiliki penghayatan berbeda mengenai kesulitan-kesulitan tersebut dan memunculkan respon yang berbeda-beda pula. Namun, apapun kondisi yang dialaminya dalam perkuliahan, mahasiswa dituntut untuk mampu mengatur emosinya agar tetap dapat menjalani proses belajar di perkuliahan dengan baik. Oleh karena itu, untuk dapat menjalaninya setiap mahasiswa harus memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Menurut Goleman (2007) kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensia; menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan personal atau *personal competence* dan keterampilan sosial atau *social competence*. *Personal competence* terdiri dari kemampuan (1) mengenali emosi diri; kemampuan untuk mengenali perasaan dalam diri sewaktu perasaan itu terjadi; (2) mengelola emosi, yaitu upaya yang dilakukan seseorang untuk menyeimbangkan keadaan emosi yang dirasakannya;

(3) memotivasi diri sendiri; kemampuan menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan dan memiliki kemampuan dalam memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya. Pada keterampilan sosial atau *social competence* terdiri dari kemampuan (1) mengenali emosi orang lain, yaitu kemampuan untuk berempati, mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa yang dibutuhkan oleh orang lain sehingga lebih mampu menerima sudut pandang orang lain; (2) membina hubungan, yaitu meliputi keterampilan sosial yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antarpribadi.

Menurut Goleman (2007), kecerdasan emosional ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor keluarga. Kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi. Kecerdasan emosional dapat diajarkan pada saat masih bayi melalui ekspresi. Peristiwa emosional yang terjadi pada masa anak-anak akan melekat dan menetap secara permanen hingga dewasa. Kehidupan emosional yang dipupuk dalam keluarga sangat berguna bagi anak kelak dikemudian hari. Proses mempelajari emosi berawal dari figur-figur terdekat dengan anak saat awal kehidupan seorang anak misalnya ibu dan ayah sebagai orangtua, ataupun figur pengasuh yang memberikan rasa nyaman dan aman bagi anak.

Sejalan dengan faktor keluarga yang dipaparkan oleh Goleman, fokus pada penelitian ini adalah pada *attachment style* merupakan suatu relasi antara seorang bayi dengan figur pengasuh signifikan baginya. Beberapa penelitian telah menemukan bahwa seorang yang memiliki *secure attachment* lebih mampu

menanggulangi emosi negatif dalam interaksi sosial dibandingkan dengan orang dengan *insecure attachment* (Kobak, & Sceery, 1988), memiliki lebih banyak emosi positif dalam berinteraksi secara sosial (Simpson, 1990), dan memiliki kemampuan regulasi emosi yang positif (Cooper et. Al., 1998). Faktor lain yang memengaruhi kecerdasan emosional seseorang adalah faktor non-keluarga (Goleman, 1997). Faktor non-keluarga adalah lingkungan dimana individu tumbuh, umumnya adalah lingkungan bermain dan sekolah. Lingkungan ini turut memengaruhi kemampuan individu dalam berempati terhadap orang lain.

Untuk mengetahui gambaran mengenai fenomena yang terjadi pada mahasiswa baru, peneliti telah melakukan survey awal terhadap mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung. Berdasarkan hasil survey awal terhadap 30 responden, 40% (12 orang) diantaranya menghayati memiliki *secure attachment style*. Pada dasarnya mereka memiliki *model of self* yang positif. Mereka merasa nyaman pada dirinya sendiri saat ini dan merasa bahwa dirinya layak untuk diterima oleh teman-temannya kuliahnya. Selain itu, mereka memiliki *model of other* yang positif. Mereka merasa teman-teman kuliahnya ada untuk dirinya ketika dibutuhkan dan juga memberikan dukungan bagi dirinya. Ia menghayati bahwa mudah bagi dirinya untuk memiliki kedekatan secara emosional dengan orang lain. selain itu, mereka merasa nyaman bergantung pada orang lain di sekitarnya dan sebaliknya. Mereka tidak khawatir apabila harus sendiri dalam menjalani aktivitas sehari-hari dan juga tidak merasa khawatir bahwa orang lain akan menolak kehadirannya. Beberapa responden merasa cukup mampu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri,

mengenali emosi orang lain dan membina hubungan. Responden lainnya menghayati bahwa dirinya merasa kurang mampu mengenali emosi orang lain, dimana hal tersebut dirasakannya ketika belajar dalam kelompok. Ia tidak menyadari kapan teman kelompok belajarnya itu merasa sedih, senang, bosan, jenuh dan lainnya. Sebagian lainnya menghayati bahwa dirinya kurang mampu mengelola emosi. Hal tersebut dirasakannya ketika mengerjakan tugas kelompok, ia merasa kurang mampu mengolah rasa jenuh sehingga saat rasa jenuh datang, ia tidak bisa fokus pada penyelesaian tugas kelompok.

30% (9 orang) diantaranya menghayati mereka memiliki *preoccupied attachment style*. Pada dasarnya, mereka memiliki *model of self* yang negatif. Mereka merasa tidak nyaman pada dirinya sendiri saat ini dan merasa dirinya kurang layak untuk diterima oleh teman-teman kuliahnya karena merasa memiliki kemampuan yang kurang dalam hal akademik. Selain itu, mereka memiliki *model of other* yang positif. Mereka merasa khawatir bahwa teman-teman kuliahnya tidak ada untuk dirinya ketika dibutuhkan dan juga memberikan dukungan bagi dirinya. Sebagian responden merasa dirinya kurang mampu mengenali emosi diri, sehingga saat suasana hati tidak menentu, dapat menghambatnya dalam belajar. Hal tersebut juga berkaitan dengan kemampuan memotivasi diri. Responden merasa bahwa ia hanya mampu mengerjakan tugas dengan baik ketika suasana hati sedang baik. Responden lainnya merasa kurang mampu mengelola emosi diri. Ia merasakan hilangnya minat untuk mengerjakan tugas kelompok ketika ia merasa kesal terhadap salah satu teman dalam kelompok belajarnya. Ia juga merasa kurang mampu memotivasi diri untuk menyelesaikan tugas secepatnya.

Sedangkan sejumlah responden lainnya merasa bahwa mereka kurang mampu mengenali emosi diri. Mereka seringkali tidak memahami emosi yang mereka rasakan, sehingga berdampak pada suasana hati yang tidak menentu. Ketika dituntut untuk tetap menyelesaikan tugas, mereka merasa tidak bersemangat.

Sebanyak 20% (6 orang) memiliki *dismissing attachment style*. Pada dasarnya mereka memiliki *model of self* yang positif. Mereka memandang dirinya merasa nyaman walaupun tidak memiliki relasi yang dekat dengan orang lain. Ia juga merasa bahwa dirinya mampu mandiri. Selain itu, mereka memiliki *model of other* yang negatif. Ia merasa mampu memenuhi kebutuhannya sendiri sehingga memilih untuk tidak bergantung kepada orang lain dan tidak membiarkan orang lain bergantung padanya. Sebagian responden merasa kesulitan dalam membina hubungan karena ia merasa gugup ketika harus berkenalan terlebih dahulu dengan orang lain. Hal tersebut mempengaruhi kinerjanya dalam kelompok. Ia merasa kurang mampu menyampaikan pendapat-pendapatnya karena merasa pendapatnya tidak akan didengarkan oleh teman dalam kelompok belajar. Sejumlah responden lainnya merasa bahwa dirinya kurang mampu mengenali penyebab emosi yang dirasakannya, sehingga seringkali dikuasai oleh perasaannya, misalnya ketika suasana hatinya sedang gembira maka ia akan semangat dalam mengerjakan tugas dan beraktivitas. Sebaliknya, ketika suasana hatinya sedang tidak menentu tanpa sebab yang jelas, ia merasa malas dalam beraktivitas dan tidak bersemangat.

Sebanyak 10% (3 orang) memiliki *fearful attachment style*. Mereka memiliki *model of self* dan *model of other* yang negatif. Tidak merasa nyaman dengan dirinya apa adanya karena alasan bahwa dirinya memiliki sifat pemalu dan

sulit menjalin hubungan dengan orang lain. Sebagian responden merasa minder karena menurutnya dia tidak pintar dan tidak ada yang bisa diunggulkan. Akibatnya mereka hanya berbicara ketika ditanya dan tidak berani untuk bertanya lebih dulu. Selain itu, ia juga memandang bahwa orang lain tidak mampu memenuhi kebutuhannya akan pertemanan. Ia merasa orang lain enggan untuk mengajaknya berbicara. Responden seringkali tidak mengetahui emosi yang muncul dalam dirinya. Suasana hatinya seringkali tidak menentu tanpa penyebab yang jelas. Hal tersebut berdampak pada aktivitas kuliahnya sehari-hari, dimana mereka larut dalam suasana emosi tersebut dan tidak bersemangat dalam menjalani kuliah. Dalam kelompok belajar, ia merasa pasif dan tidak peduli dengan teman anggota kelompok yang lain. Mereka merasa bahwa sulit baginya untuk membina hubungan pertemanan yang akrab. Mereka merasa lebih cocok dengan proses belajar yang tidak menuntut kerjasama dalam tim.

*Adult attachment style* dan kecerdasan emosional masing-masing memiliki dua komponen yang mengarah pada diri individu yang bersangkutan dan mengarah pada orang lain atau lingkungan sosial. Peneliti memiliki asumsi bahwa *model of self* pada *adult attachment style* akan sejalan dengan *personal competence* pada kecerdasan emosional. Apabila individu memiliki *model of self* yang positif maka ia juga akan memiliki kemampuan yang tinggi dalam komponen *personal competence* dalam kecerdasan emosional. Apabila individu memiliki *model of others* yang positif maka ia akan memiliki kemampuan yang tinggi dalam komponen *social competence*.



Oleh karena itu, berdasarkan fenomena diatas ingin diketahui apakah terdapat hubungan antara *adult attachment style* dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa baru di fakultas psikologi universitas “X” di kota Bandung.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Penelitian ini ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara *adult attachment style* dengan derajat kecerdasan emosional pada mahasiswa baru angkatan 2014 di Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha di Kota Bandung.

## **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

1. Untuk memperoleh gambaran mengenai *attachment style* pada mahasiswa baru angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” di Kota Bandung
2. Untuk memperoleh gambaran mengenai kecerdasan emosional pada mahasiswa baru angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” di Kota Bandung

### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *adult attachment style* terhadap kecerdasan emosional pada mahasiswa baru angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” di kota Bandung.

## **1.4 Kegunaan Penelitian**

### **1.4.1 Kegunaan Praktis**

1. Memberikan informasi bagaimana keterkaitan antara variabel *adult attachment style* dan kecerdasan emosional dapat memengaruhi proses belajar yang responden jalani dalam perkuliahan
2. Menjadi bahan evaluasi untuk fakultas psikologi dalam memfasilitasi masing-masing mahasiswa agar lebih mampu mengenai dirinya sendiri dengan lebih baik

#### 1.4.2 Kegunaan Teoritis

1. Memberikan sumbangsih informasi dan ilmu pengetahuan terhadap pengembangan bidang kadian psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan.

### 1.5 Kerangka Pikir

Individu yang menjadi seorang mahasiswa baru akan megalami banyak perubahan dan pengalaman baru. Pada masa ini, individu tersebut mengalami perubahan dalam aktivitas yang mereka alami saat kegiatan belajar di kampus dan juga dari relasi sosial yang dijalin. Tuntutan yang diberikan kepada mereka lebih berat jika dibandingkan dengan ketika mereka berada di sekolah menengah atas. Mereka harus beradaptasi kembali dengan teman-teman baru dan model pembelajaran yang baru. Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) yang diterapkan kepada mahasiswa di fakultas psikologi universitas “X” di kota Bandung menjadi tuntutan tersendiri. Dalam kurikulum KBK, mereka harus menjalankan sejumlah model pembelajaran yang dihayati cukup berat oleh mereka karena mahasiswa memiliki peran yang lebih aktif dibandingkan dengan dosen. Proses belajar seperti

itu merupakan *Student Centered Learning (SCL)*, dimana iklim pembelajaran yang dikembangkan adalah kolaboratif, suportif dan kooperatif.

Tidak semua mahasiswa merasa mampu belajar secara efektif bila berada dalam kelompok belajar. Dalam kelompok belajar akan melibatkan interaksi setiap anggota kelompok untuk menyelesaikan permasalahan dan kesulitan yang dialami dalam proses belajar. Dalam proses belajar, mahasiswa mengalami perbedaan pendapat antara anggota-anggota dalam kelompoknya sehingga memicu adanya konflik. Dalam menghadapi situasi menekan tersebut dibutuhkan adanya kecerdasan emosional agar emosi yang dirasakan oleh masing-masing anggota kelompok tidak mengganggu relasi yang terjalin dalam anggota kelompok dan iklim bekerja sama dalam kelompok tetap terbentuk. Kecerdasan emosional adalah derajat kemampuan seseorang dalam mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain (Goleman, 2007). Goleman (1995) mengelompokkan kelima aspek tersebut menjadi dua komponen besar yaitu komponen *personal competence* yang terdiri dari kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi dan memotivasi diri dan komponen *social competence* yang terdiri dari kemampuan empati dan kemampuan membina hubungan.

Aspek pertama dari kecerdasan emosional adalah mengenali emosi diri. Pengenalan emosi diri merupakan kesadaran diri (*self-awareness*) untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu muncul (Goleman, 1999). Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional. Kesadaran diri adalah

kewaspadaan terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, karena bila kurang waspada individu akan mudah larut dalam arus emosinya dan dikuasai emosinya sendiri. *self-awareness* merupakan prasyarat untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi. Kemampuan menilai diri sendiri secara teliti menunjukkan seberapa luas pengetahuan individu tentang kekuatan dan batas-batas diri sendiri (Goleman, 2004 dalam Baskara). Mahasiswa dalam aspek ini mampu mengenali emosi yang dirasakannya dan tidak larut dalam emosi tersebut. Selain itu, ia memiliki penilaian yang akurat terhadap dirinya sendiri dan merasa percaya diri (Goleman, Boyatzis, 2000, dalam Hamarta et. al 2009). Sebaliknya, mahasiswa yang rendah dalam aspek ini tidak memahami emosi dan penyebab munculnya emosi dalam dirinya sendiri. Ia mudah larut dalam emosi yang dirasakannya.

Aspek kedua dari kecerdasan emosional adalah mengelola emosi. Mengelola emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi yang sedang dirasakannya dan mampu mengungkapkan emosi secara tepat untuk menimbang dan menyelesaikan masalah serta meraih tujuan yang ingin dicapai (Goleman, 1999). Selain itu, mengelola emosi artinya mampu menangani emosi sedemikian rupa sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas (Goleman, 1999). Mahasiswa yang tinggi dalam aspek ini mampu mengendalikan emosi yang dirasakannya saat bekerja dalam kelompok belajar. Ia mampu menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu tujuan. Ia juga mengungkapkan emosinya melalui cara yang tepat dan dapat diterima oleh orang lain, sehingga relasi yang terjalin dan proses belajar dalam kelompok tidak terganggu. Sebaliknya,

mahasiswa yang yang rendah dalam aspek ini kurang mampu mengendalikan emosinya, sehingga emosi yang dirasakan tidak terungkap dengan seharusnya. Hal tersebut akan berdampak pada relasi yang terjalin dengan teman-teman dalam kelompok serta menghambat pencapaian tujuan kelompok belajar.

Aspek ketiga dari kecerdasan emosional adalah memotivasi diri. Kemampuan memotivasi diri adalah kemampuan untuk meregulasi emosi secara sadar untuk dapat melibatkan diri dalam upaya mencapai tujuan serta memiliki rasa optimis bahwa dirinya mampu mencapai tujuan. Kemampuan ini juga mengarahkan seseorang untuk bertindak inisiatif dan efektif serta bertahan ketika menghadapi kegagalan dan frustrasi (Goleman, 1999). Mahasiswa yang tinggi dalam aspek ini mampu membuat emosi yang dirasakannya mengarah kepada tujuan. Ia mengetahui cara yang paling efektif untuk menyelesaikan masalah dan kesulitan yang dialami dalam proses belajar. Ia memiliki dorongan untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya dalam hal prestasi belajar dan berusaha memenuhi standar keberhasilan yang telah ditetapkan. Ketika berada dalam kelompok, ia mampu menyesuaikan diri dengan tujuan kelompok. Sikap inisiatif yang dimilikinya terlihat dari kesiapannya dalam memanfaatkan kesempatan yang ada. Disamping itu, rasa optimis yang akan terlihat dari perilaku memperjuangkan tujuan walaupun ada halangan dan kegagalan. Sebaliknya, mahasiswa yang rendah dalam aspek ini tidak memiliki inisiatif sehingga ketika bertemu dengan hambatan, ia akan cenderung diam dan bertahan, serta tidak berupaya melakukan perlawanan. Ketika berada dalam kelompok, ia akan cenderung pasif. Ia hanya akan menjadi pengikut dari teman-teman anggota kelompoknya. Ia Merasa

pesimis tidak memiliki daya juang untuk menghadapi masalah yang dihadapi sehingga sulit untuk meraih tujuan. Selain itu, ia tidak memiliki keinginan untuk meningkatkan prestasi dalam belajar dan merasa cepat puas.

Aspek keempat dari kecerdasan emosional adalah mengenali emosi orang lain atau empati. Empati adalah kemampuan untuk peka terhadap perasaan orang lain disekitar kita (Goleman, 1999). Mahasiswa yang tinggi dalam aspek ini memiliki kemampuan untuk memahami orang lain, memahami perspektif orang lain dan menghormati adanya perbedaan pendapat. Ia akan berusaha untuk menunjukkan kepada teman-teman di kelompoknya bahwa ia memiliki minat untuk aktif dalam mencapai kepentingan bersama. Selain itu, ia juga akan berusaha memahami cara berpikir orang lain yang berguna dalam proses menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh kelompok. Sebaliknya, apabila mahasiswa yang rendah dalam aspek ini, ia tidak peduli dengan perasaan teman-teman dalam kelompok belajarnya. Ia juga tidak berusaha untuk memahami orang lain dan pendapat-pendapat orang lain. Selalu ingin didengarkan namun sulit untuk menjadi pendengar yang baik. Akhirnya merasa kecewa ketika pendapatnya tidak dapat dilaksanakan oleh kelompok. Dampaknya, ia akan merasa tidak tertarik untuk berelasi dalam kelompok belajar.

Aspek kelima dari kecerdasan emosional adalah membina hubungan. Kemampuan membina hubungan adalah kemampuan untuk menangani emosi dalam diri ketika membina dan mempertahankan hubungan dengan orang lain di lingkungan sekitar. Kemampuan ini akan menunjang kualitas dari relasi yang terjalin dan kemampuan komunikasi yang baik (Goleman, 1999). Mahasiswa yang

tinggi dalam aspek ini akan mampu menjadi pengaruh bagi orang lain. Artinya, ia mampu mempersuasi orang lain khususnya teman dalam kelompoknya karena ditunjang oleh kemampuan berkomunikasi secara efektif. Ia mampu menyampaikan saran, pendapat serta keluhannya dengan tepat dan dapat dimengerti. Mampu berkolaborasi dan kooperatif ketika bekerjasama dalam kelompok belajar. Hal tersebut membawa dampak pada sinergi antar anggota dalam mencapai tujuan kelompok. Sebaliknya, mahasiswa yang rendah dalam aspek ini, kurang mampu berkomunikasi dengan baik. emosi yang dirasakannya tidak mampu dikelola sehingga menghambat kemampuan komunikasi dan pesan tidak dapat tersampaikan dengan baik. Tidak mampu berkolaborasi dan kooperatif saat proses belajar dalam kelompok berlangsung serta tidak bersinergi dengan kelompok untuk mencapai tujuan kelompok.

Kecerdasan emosional pada individu dipengaruhi oleh dua faktor yaitu, faktor keluarga dan faktor non-keluarga (Goleman, 2007). Faktor keluarga, yang menjadi fokus pada penelitian ini, didasari hubungan antara orangtua dengan bayi yang berperan sebagai agen pembelajaran emosi yang pertama pada masa bayi (Goleman, 2007). Pengalaman masa bayi memiliki efek yang kuat terhadap kecerdasan emosional. Disamping itu, kecerdasan emosional adalah sesuatu yang bisa dikembangkan dan tidak bisa ditolak (Bar-on, 2006; Titrck, 2007; Yesilyaprak, 2001). Artinya, ikatan antara peran figur pengasuh dengan bayi dalam proses perkembangan kecerdasan emosional sangat penting. Dengan mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam pengasuhan akan berdampak positif bagi anak baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan

dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi, sehingga anak lebih sehat secara emosional, dengan kata lain memiliki kecerdasan emosional yang lebih baik (Gottman, 1997 dalam Marina 2007)

Ikatan antara bayi dan ibu sebagai figur pengasuh signifikan bagi bayi pertama kali diungkapkan oleh Bowlby (1973). Bowlby menyebut ikatan antara bayi dengan figur yang memberikan rasa aman adalah *attachment*. Menurut Bowlby (1982), pengalaman pengasuhan saat masa bayi diinternalisasi sebagai *working model* yang tidak hanya menghasilkan kecenderungan saat menjalin relasi dengan orang lain di masa yang akan datang, tetapi juga membentuk bagaimana seseorang merasakan, berekspresi dan menanggulangi emosi yang tidak menyenangkan. Bowlby (1982) menambahkan bahwa *attachment* adalah suatu ikatan emosional.

Berdasarkan kualitas hubungan anak dengan pengasuh, maka anak akan mengembangkan konstruksi mental atau *internal working model* mengenai diri (*model of self*) dan orang lain (*model of other*) yang akan akan menjadi mekanisme penilaian terhadap penerimaan lingkungan (Bowlby dalam Pramana 1996). Peneliti mengasumsikan bahwa *model of self* pada *adult attachment style* akan sejalan dengan *personal competence* pada kecerdasan emosional. Apabila individu memiliki *model of self* yang positif maka ia juga akan memiliki kemampuan yang tinggi dalam komponen *personal competence* dalam kecerdasan emosional. Apabila individu memiliki *model of others* yang positif maka ia akan memiliki kemampuan yang tinggi dalam komponen *social competence*.



Penelitian ini difokuskan pada empat dimensi *adult attachment* dari Bartholomew (1990). Empat tipe tersebut didasarkan pada kualitas positif dan negatif dari dimensi *self* dan *other*. Tipe pertama dari *adult attachment style* adalah *secure attachment style*. Individu yang menghayati memiliki *secure attachment style* memiliki kemampuan untuk menyadari, memikirkan, dan memahami keadaan mentalnya sendiri (Bartholomew, 1990). Interaksi yang terjalin dengan figur *attachment* yang suportif memungkinkan seseorang mampu memahami dan mengartikan pengalaman emosional yang dimilikinya dan mengintegrasikannya terhadap *self concept*. Ia membangun kemampuan meregulasi emosi sebagai hasil dari interaksi yang terbentuk secara berulang dengan figur *attachment* yang sensitif dan responsif dalam memberikan proteksi dan dukungan (Bartholomew, 1990). Individu dengan *secure attachment style* diharapkan memiliki kemampuan yang tinggi dalam seluruh aspek kecerdasan emosional yaitu kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, empati dan kemampuan membina hubungan.

Individu diharapkan mampu terbuka, mengekspresikan dan mengomunikasikan perasaannya secara bebas dan akurat terhadap orang lain, dan mampu merasakan emosi itu sepenuhnya tanpa distorsi. Misalnya ketika merasa marah terhadap teman kelompok belajar, Ia mampu merasakan dan memahami rasa marah sebagai tanda bahwa tingkah laku temannya itu seharusnya dipertimbangkan kembali dan diubah. Rasa marah tersebut mampu diekspresikan dalam cara yang sesuai, dengan cara orang tersebut fokus pada upaya untuk

memperbaiki kesalahan daripada mencoba menghukum atau menyakiti temannya yang telah melakukan kesalahan.

Tipe kedua adalah *preoccupied attachment style*. Pada mahasiswa baru yang memiliki tipe ini memiliki *model of self* yang negatif. Mahasiswa merasa kurang nyaman dengan dirinya apa adanya. Ia menilai bahwa dirinya kurang layak sehingga sulit untuk diterima dalam lingkungan pergaulannya. Walaupun begitu, ia tetap membutuhkan *intimacy* yang ekstrem dengan orang lain disekitarnya. Sebaliknya, mahasiswa baru yang memiliki tipe ini memiliki *model of others* yang positif. Individu dengan tipe ini diharapkan memiliki kemampuan yang tinggi dalam aspek empati dan kemampuan membina hubungan dan memiliki kemampuan yang rendah dalam mengenali emosi diri, mengelola emosi dan memotivasi diri.

Individu dengan tipe ini memiliki harapan bahwa teman-teman kuliahnya akan bertindak secara responsif terhadap dirinya dan kebutuhannya dalam proses belajar, serta membuatnya merasa nyaman ketika belajar di kelas. Ia memandang bahwa orang lain disekitarnya adalah orang-orang yang dapat dipercaya dan diandalkan untuk memenuhi kebutuhannya akan rasa aman dan kasih sayang. Secara umum, mahasiswa baru dengan *preoccupied* akan cenderung takut akan penolakan dan ditinggalkan, serta akan menghabiskan waktunya dengan mencemaskan hubungan yang dimilikinya dengan teman dalam kelompok belajar.

Tipe *attachment* yang ketiga adalah *dismissing*. Pada mahasiswa baru fakultas psikologi Universitas “X” di kota Bandung yang memiliki tipe ini memiliki *model of self* yang positif. Ia merasa nyaman dengan dirinya dan

memiliki penilaian yang tinggi akan diri sendiri. Ia mampu mengenali emosi yang muncul pada dirinya, mampu mengolah emosi yang muncul dan mampu memotivasi diri dalam belajar bersama dengan kelompoknya. Selain itu, mahasiswa baru fakultas psikologi Universitas “X” di kota Bandung yang memiliki tipe ini memiliki *model of others* yang negatif. Individu dengan tipe ini akan memiliki kemampuan yang tinggi dalam mengenali emosi diri, mengelola emosi dan memotivasi diri dan akan memiliki kemampuan yang rendah dalam empati dan kemampuan membina hubungan.

Ia merasa bahwa teman-teman kuliahnya tidak responsif terhadap dirinya dan kebutuhannya dalam proses belajar, serta membuatnya merasa tidak nyaman ketika belajar bersama-sama dalam kelompok. Hal tersebut berdampak pada keengganan dalam menjalin hubungan mendalam dengan teman dalam kelompok belajar untuk mencapai tujuan kelompok. Mahasiswa dengan tipe ini cenderung memiliki prasangka terhadap motivasi teman yang ingin dekat dengannya. Mereka akan cenderung untuk mempertahankan jarak sosial yang dimilikinya dan mencegah orang lain untuk memiliki kedekatan dengan dirinya dalam upaya mempertahankan *self-worth*.

Tipe *attachment* yang keempat ini adalah *fearful*. Para mahasiswa baru yang memiliki tipe ini memiliki *model of self* yang negatif. Mahasiswa ini merasa kurang nyaman dengan dirinya apa adanya. Ia menilai bahwa dirinya kurang layak sehingga sulit untuk diterima dalam lingkungan pergaulannya. Mahasiswa ini merasa kurang nyaman dengan dirinya apa adanya, sehingga mengarahkan pada keengganannya untuk menjalin relasi sosial dengan teman dalam kelompok

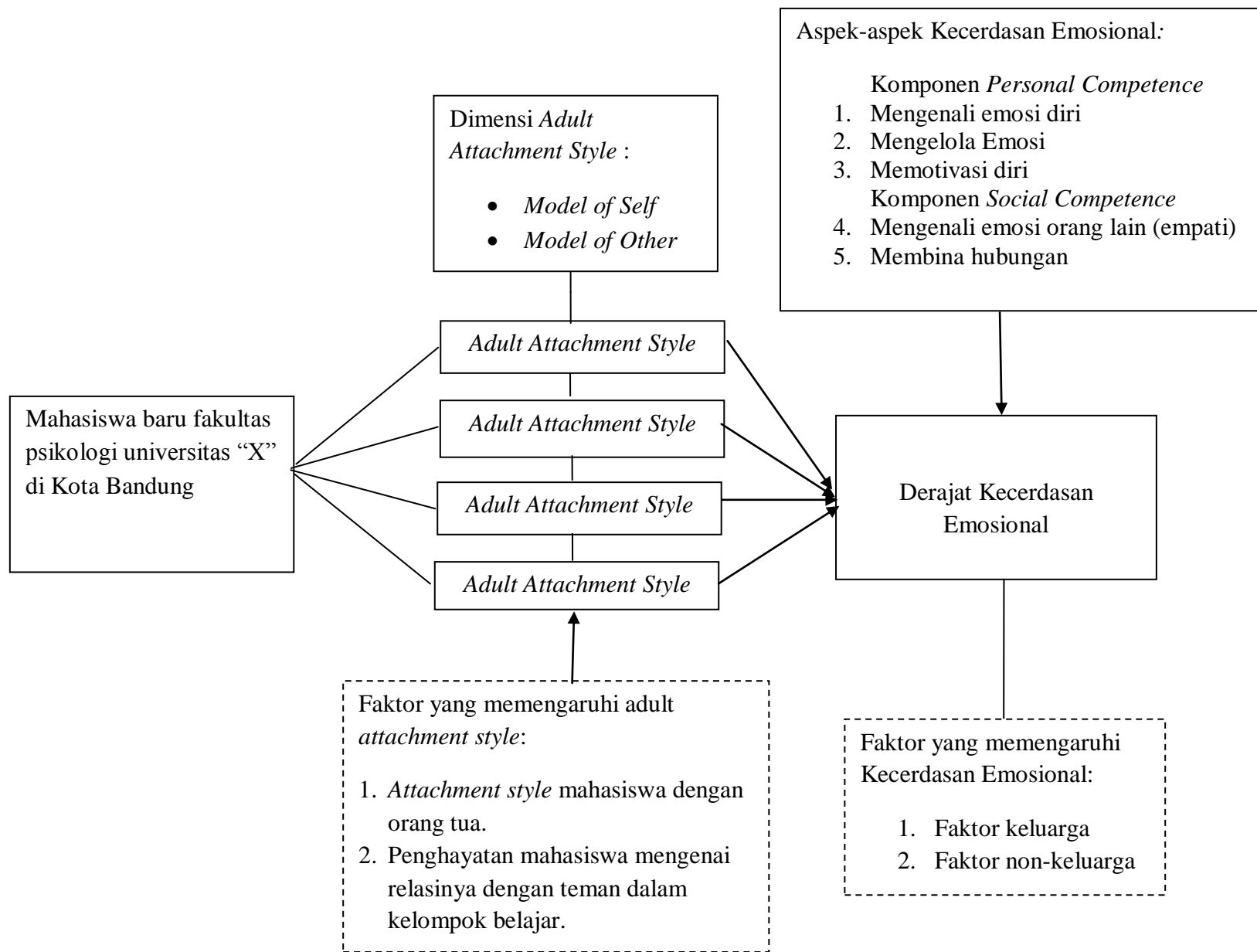
belajar karena merasa takut akan ditolak. Selain itu, mereka juga memiliki *model of others* yang negatif. Ia merasa bahwa teman-teman kuliahnya tidak responsif terhadap dirinya dan kebutuhannya dalam proses belajar, serta membuatnya merasa tidak nyaman ketika belajar bersama-sama dalam kelompok. Sama halnya seperti tipe *dismissing*, mahasiswa dengan tipe ini memiliki prasangka terhadap motivasi teman kelompok belajar untuk mendekatinya. Oleh karena itu, perilaku menghindar menjadi cara yang dilakukannya agar ia tidak merasakan penolakan dari lingkungan. Individu dengan tipe ini akan memiliki kemampuan yang rendah dalam seluruh aspek kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, kemampuan empati dan kemampuan membina hubungan.

Beberapa penelitian telah menemukan bahwa individu dengan tipe *secure attachment* mampu menanggulangi emosi negatif dengan lebih baik dalam interaksi sosialnya jika dibandingkan dengan orang dengan tipe *insecure attachment* (Kobak, & Sceery, 1988 dalam Hamarta et. al 2009), memiliki emosi yang lebih positif dalam berinteraksi (Simpson, 1990 dalam Hamarta et. al 2009), dan memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih positif (Cooper et al., 1998 dalam Hamarta et. al 2009).

Goleman (1995) mengatakan selain faktor keluarga, terdapat juga faktor non-keluarga yang dapat memengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Faktor non keluarga berkaitan dengan lingkungan masyarakat dan lingkungan pendidikan dimana individu tinggal. Kecerdasan emosional ini berkembang sejalan dengan perkembangan mental dan fisik individu. Pembelajaran ini biasanya diajarkan dalam suatu aktivitas bermain peran sebagai seseorang diluar dirinya dengan

emosi yang menyertai keadaan orang lain (Goleman, 2001). Kemampuan berempati merupakan salah satu cara pembelajaran kecerdasan emosional yang diajarkan oleh lingkungan non-keluarga.

*Attachment style* pada mahasiswa baru fakultas psikologi universitas “X” di Kota Bandung bervariasi yang dapat digolongkan kedalam 4 tipe yaitu *Secure*, *preoccupational*, *dismissing* dan *fearful*. Begitu pula dengan derajat kecerdasan emosional, yang dapat dikategorikan dengan derajat tinggi dan rendah, berdasarkan dari 5 aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (1999). Uraian tersebut dapat digambarkan dalam bagan kerangka pikir seperti berikut ini:



Bagan 1.5 Kerangka Pikir



## 1.6 Asumsi Penelitian

- Masing-masing mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha di Kota Bandung memiliki *adult attachment style* dan derajat kecerdasan emosional yang berbeda.
- Derajat kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha di Kota Bandung dipengaruhi oleh faktor keluarga dan faktor non-keluarga.
- *Adult attachment style* pada mahasiswa baru angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha dipengaruhi oleh *attachment style* yang dimilikinya oleh dengan orangtua dan penghayatan mahasiswa mengenai kepuasan relasinya dengan teman dalam kelompok belajar.
- Derajat kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha di Kota Bandung dapat dilihat dari kemampuan mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, empati dan kemampuan membina hubungan sosial.
- *Adult attachment style* pada mahasiswa baru angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha di Kota Bandung dapat dilihat dari kombinasi dimensi *model of self* dan dimensi *model of other*.

## 1.7 Hipotesis Penelitian

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara *Secure attachment style* dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha kota Bandung.



2. Terdapat hubungan yang signifikan antara *dismissing attachment style* dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha kota Bandung.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *Preoccupied attachment style* dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha kota Bandung.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara *fearful attachment style* dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha kota Bandung.

