

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Generasi Z, yang terdiri dari individu yang lahir antara pertengahan 1995 hingga 2010, tumbuh di tengah pesatnya perkembangan teknologi dan informasi. Mereka sering disebut sebagai "*digital natives*" karena dari usia yang sangat muda sudah terbiasa dengan perangkat teknologi seperti *smartphone*, tablet, dan komputer. Kehidupan mereka sangat terintegrasi dengan media sosial dan *platform* digital lainnya, yang memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan kecerdasan emosional mereka.

Menurut Noordiono (2016), generasi Z adalah generasi yang sejak dini telah mengenal teknologi dan internet serta sangat antusias terhadap teknologi. Teknologi baru dianggap sebagai sesuatu yang harus segera dimanfaatkan untuk mendapatkan manfaatnya. Generasi Z, juga dikenal sebagai generasi digital, tumbuh dan berkembang dengan ketergantungan terhadap teknologi dan berbagai alat teknologi. Akses yang semakin mudah membuat semua mahasiswa dapat dengan mudah menjelajahi dunia maya. Mahasiswa yang termasuk generasi Z ini kurang menyukai proses, umumnya kurang sabar, dan lebih menyukai hal-hal yang instan (Rini & Sukanti, 2016). Noordiono (2016) juga menyatakan bahwa generasi ini memiliki intuisi yang kuat terhadap teknologi, mampu menggunakan teknologi tanpa panduan, dan selalu terkoneksi dengan internet.

Generasi Z memiliki kesamaan dengan generasi Y, namun mereka mampu mengaplikasikan berbagai kegiatan dalam satu waktu, seperti *nge-tweet* menggunakan ponsel, *browsing* dengan perangkat seluler, dan mendengarkan musik menggunakan *headset*.

Sebagian besar aktivitas mereka berhubungan dengan dunia maya. Sejak kecil, generasi Z sudah mengenal teknologi dan akrab dengan *gadget* canggih, yang secara tidak langsung memengaruhi kepribadiannya. Pada usia remaja, generasi Z mengalami perubahan cepat pada jasmani, emosi, sosial, akhlak, dan kecerdasan.

Mavridis dkk. (2019) menyimpulkan bahwa generasi Z memiliki tingkat kecerdasan emosional yang baik, memungkinkan mereka untuk memahami dan mengelola emosi mereka sendiri serta emosi orang lain dengan lebih baik. Goleman (2018) menyatakan bahwa anak yang bermasalah dalam kecerdasan emosional akan mengalami kesulitan dalam bergaul, mengendalikan diri, dan mengontrol emosi serta mudah terpengaruh oleh perilaku negatif. Penelitian Atoum dan Almunaizel (2011) juga menemukan bahwa individu yang mampu memahami dan mengelola emosinya dengan baik dapat memberikan dukungan pada situasi yang diperlukan.

Kecerdasan emosional menjelaskan kemampuan manusia untuk memproses dan memanfaatkan informasi emosional. Menurut Salguero dkk. (2012), pandangan ini didasarkan pada hipotesis bahwa individu dapat mengekspresikan dan memahami emosi mereka, memberikan makna pada pengalaman emosi, dan menyesuaikan perasaan mereka dengan nilai psikologis dan sosial. Goleman (2009) mengatakan bahwa kecerdasan emosional mencakup pengendalian diri, semangat diri, ketekunan, kapasitas untuk memotivasi diri, serta kemampuan mengendalikan rangsangan emosi. Purba dan Kusumiati (2019) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kondisi di mana individu mencapai tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosionalnya.

Menurut Goleman (2015), aspek-aspek kecerdasan emosional terbagi menjadi lima, yaitu: pengenalan diri (*self-awareness*), pengendalian diri (*self-regulation*), memotivasi diri

sendiri (*motivating oneself*), empati (*empathy*), dan keterampilan sosial (*social skill*). Kemampuan dalam membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antarpribadi. Orang yang berhasil dalam pergaulan mampu berkomunikasi dengan lancar dan populer dalam lingkungannya (Goleman, 2015).

Masa anak-anak dan remaja adalah periode yang signifikan untuk menetapkan kebiasaan emosional yang akan mengatur kehidupan mereka. Kecerdasan emosional tidak bersifat tetap dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan (Nauli, 2013). Anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik mampu menenangkan diri ketika marah, memotivasi diri untuk mengatasi masalah, mencari jalan keluar, dan bangkit kembali. Sebaliknya, anak yang bermasalah dalam kecerdasan emosional akan mengalami kesulitan dalam mengendalikan diri, mengontrol emosi, mudah terpengaruh oleh perbuatan negatif, serta mengalami kesulitan dalam bergaul (Damara & Aviani, 2020).

Windiarti dan Wuri (2022) menyatakan bahwa kecerdasan emosional berarti individu dapat mengelola perasaannya sehingga dapat diungkapkan secara tepat dan efektif. Setiap individu memiliki kelemahan dan kelebihan dalam kecerdasan emosional. Misalnya, ada individu yang memiliki rasa empati tinggi terhadap orang lain tetapi kesulitan menangani permasalahannya sendiri, sementara individu lain memahami perasaannya sendiri tetapi tidak kompeten bersosialisasi. Hubungan dengan orang tua memainkan peran penting dalam perkembangan kecerdasan emosional anak. Menurut penelitian Amin dkk. (2020), terdapat pengaruh positif dan signifikan antara kelekatan aman pada pengasuhan orang tua dan anak. Groos dkk. (2017) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan multifaset antara kelekatan dengan perilaku prososial dari bayi hingga remaja.

Kelekatan merupakan kecenderungan manusia untuk membuat ikatan kasih sayang yang kuat kepada orang lain (Bowlby, 2016). Kelekatan adalah ikatan emosional yang terbentuk melalui interaksi dengan orang yang berperan penting dalam kehidupan, seperti orang tua. Menurut McCartney & Dearing (dalam Eliasa, 2011), kelekatan merupakan ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksi dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya. Kelekatan antara orang tua dan anak sangat penting karena dapat memberikan hasil positif terhadap kecerdasan emosional. Anak dengan kelekatan yang baik berada pada jalur positif untuk menginternalisasi tujuan sosialisasi orang tua dan nilai keluarga (Santrock, 2016).

Kelekatan memiliki peran penting dalam perkembangan moral anak serta dalam perkembangan emosi, sosial, dan kognisi anak (Yolanda dkk., 2018). Untuk membentuk kelekatan, rasa kepercayaan harus diberikan kepada anak sejak mereka bayi. Pengalaman kelekatan aman antara orang tua dan anak berperan penting dalam membentuk konstruksi mental positif, yang berguna dalam menghadapi peristiwa negatif (Natalia & Lestari, 2015). Kelekatan yang tepat antara orang tua dan anak memberikan kesempatan kepada anak untuk mengalami perkembangan emosi yang optimal, sehingga anak dapat menyesuaikan diri dalam berbagai situasi yang kompleks. Bee (2000) menyatakan bahwa kelekatan adalah bentuk dari ikatan kasih sayang yang berhubungan dengan timbulnya rasa aman. Lestari (1997) mengemukakan bahwa orang tua sebagai figur sentral bertanggung jawab atas perkembangan pribadi anak, baik fisik, psikis, maupun sosial.

Menurut Bowlby (dalam Yessy, 2003), terdapat tiga pola kelekatan yaitu: pola *secure attachment*, pola *anxious resistant attachment*, dan pola *anxious avoidant attachment*. Kelekatan dibentuk berdasarkan tiga aspek yang diutarakan oleh Armsden dan Greenberg

(2009), berlandaskan teori dari John Bowlby. Tiga aspek tersebut adalah komunikasi (*communication*), kepercayaan (*trust*), dan keterasingan (*alienation*). Komunikasi bagi anak adalah saat mereka dapat terlibat dalam komunikasi verbal dan mendengarkan emosi mereka. Kepercayaan adalah hubungan di mana individu saling bergantung, memahami, dan menghormati kebutuhan serta keinginan anak. Keterasingan adalah keadaan di mana anak melepaskan diri dari hubungan kelekatan dengan orang tua.

Generasi Z saat ini dihadapkan pada gaya hidup yang serba instan dengan perkembangan globalisasi dan modernisasi. Segala sesuatu menjadi serba cepat seiring waktu. Masa ini dapat dianggap sebagai masa digitalisasi, di mana generasi masa kini terampil mengakses jejaring media sosial sehingga mempermudah mendapatkan dan menyebarkan informasi (Lintang & Prinisia, 2020). Generasi Z memiliki ciri khas seperti tidak bisa lepas dari gadget dan internet, menggunakan akses tersebut sebagai sarana komunikasi dan informasi. Generasi Z merupakan generasi yang berada dimasa pencarian identitas dalam era digital (Didache & Hale, 2022) Di Indonesia generasi Z merupakan pengguna internet tertinggi hal ini didukung oleh data kominfo bahwa pengguna internet di Indonesia di 2022 dilaporkan mencapai angka 210 juta orang atau sebesar 77,02% dari penduduk Indonesia. Angka tersebut naik dibandingkan periode sebelumnya sekitar 73,7%. Pendapat lain juga terdapat pada penelitian yang dilakukan oleh Pitoewas dkk. (2020) yang menyatakan bahwa generasi Z adalah generasi yang timbul dimasa kecanggihan dan biasa disebut *digital natives*.

Generasi Z tergolong generasi terdidik yang menikmati pendidikan setinggi-tingginya dan memiliki karakter toleransi terhadap isu-isu ras, seksualitas, dan keragaman, sehingga

generasi Z ini berpikir terbuka dan tertarik dengan sesuatu yang baru, unik, dan *out of the box* (Christiani & Ikasasi, 2020).

Namun, kemajuan teknologi memberikan akses mudah dalam meraih informasi tetapi mengakibatkan kurangnya interaksi sosial langsung, yang membuat sulit mengenali dan mengungkapkan emosi. Menurut Stein (dalam Cahoon 2020), generasi Z sulit mengenali diri sendiri dalam mengambil keputusan. Kelebihan dari kemajuan informasi adalah generasi Z dapat memotivasi diri untuk lebih produktif dan mengembangkan kreativitasnya. Generasi Z dikenal sebagai generasi kreatif dan inovatif. Menurut survei Harris Poll (2020), 63% Generasi Z tertarik melakukan berbagai hal kreatif setiap harinya. Menurut penelitian McKinsey (dalam Sakitri 2018) generasi Z menghabiskan lebih dari 6 jam sehari dalam menggunakan ponsel dan jauh lebih sering melihat sosial media. Meskipun begitu, 44% generasi Z menyukai bekerja sama dengan tim dan rekan kerja secara langsung dan generasi Z pun dianggap memiliki bakat kreativitas dan inovasi yang kuat.

Generasi Z menghadapi tantangan serius dari tekanan sosial yang dipicu oleh media sosial. Mereka secara konstan terpapar pada standar kecantikan, kesuksesan, dan gaya hidup yang tidak realistis, yang berpotensi merusak kesehatan mental dan emosional mereka. Hasil pra penelitian menunjukkan meskipun generasi Z aktif menggunakan ponsel untuk media sosial, mereka juga menunjukkan peningkatan dalam kemampuan kreatif dan kritis terhadap isu-isu sosial. Fenomena yang melatarbelakangi penelitian ini, dalam hal mengenali bagaimana perasaan diri sendiri karena adanya kecemasan atau tekanan sering kali muncul akibat terlalu banyak menyerap informasi yang ada di internet atau media sosial, kemampuan untuk mengenali penyebab emosional pada diri sendiri dan mampu mengontrol emosi seperti marah, agresif dan tidak sabar yang mengganggu akan memperkuat penguasaan diri serta

memiliki keterampilan yang lebih produktif dan efektif dalam melakukan berbagai aktivitas, membentuk konsep diri yang positif, mahir berkomunikasi, menyelesaikan konflik sosial dengan cara damai. Generasi Z juga perlu mengembangkan etika dalam bersosial media yang sehat dan memahami apa dampak yang akan dirasakan orang lain dari tindakan yang salah seperti *cyberbullying*. Menurut Nur & Ekasari (dalam Melinda & Rezky, 2021) bahwa kecerdasan emosional bagi generasi Z dapat terlihat dari bagaimana mereka mampu memberi kesan yang baik tentang dirinya, mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, berusaha menyertakan diri dengan lingkungan, dapat mengendalikan perasaan, menanggapi orang lain dengan tepat.

Menurut penelitian Nur (2018) menunjukkan bahwa pada usia generasi Z, generasi Z cenderung tidak stabil dalam mengelola emosi, ketika dihadapkan pada ketidaknyamanan emosional banyak generasi Z yang mengalami depresi sehingga berakibat pada kenakalan, seperti perilaku agresif yang mengganggu, melawan egois, lari dari masalah, cenderung pendiam dan senang menyendiri atau melamun.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini berfokus pada "Pengaruh Kelekatan Orang Tua terhadap Kecerdasan Emosional pada Mahasiswa Generasi Z di Karawang". Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana hubungan antara orang tua dan anak mempengaruhi kemampuan generasi Z dalam mengelola emosi dan membangun hubungan sosial yang sehat. Dengan memahami pengaruh kelekatan orang tua, diharapkan dapat ditemukan cara-cara untuk mendukung perkembangan emosional generasi Z di Karawang, sehingga mereka dapat lebih siap menghadapi tantangan di masa depan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh kelekatan orang tua terhadap kecerdasan emosional pada mahasiswa generasi Z di Karawang?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui pengaruh kelekatan orang tua terhadap kecerdasan emosional pada mahasiswa generasi Z di Karawang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis:
 - a. Sebagai bahan untuk melakukan kajian dan diskusi mengenai kelekatan orang tua dengan anak dalam kaitannya dengan kecerdasan emosional generasi Z.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi pemikiran dan referensi guna menunjang ilmu psikologi.
2. Manfaat praktis:
 - a. Dapat memberikan informasi kepada orang tua mengenai kelekatan orang tua dengan anak yang dapat membantu mengembangkan kecerdasan emosional pada generasi Z, sehingga diharapkan orang tua dapat memberi perhatian yang lebih intensif kepada anak-anaknya.
 - b. Bagi ilmuwan atau peneliti yang melakukan penelitian sejenis ini, penelitian ini data digunakan sebagai bahan acuan untuk mengembangkan penelitian dan bisa mengungkap aspek-aspek atau hal-hal yang belum terungkap dalam penelitian.