# HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DAN KECERDASAN EMOSI DENGAN INTERAKSI SOSIAL SISWA SMA N 1 GIRIMULYO

**Agustina Bintan Maghfirroh**
**Wahyu Murti Utami**
**Edy Cahya Saputra**
*Bimbingan dan Konseling, IKIP PGRI Wates*

***ABSTRAK***

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dan kecerdasan emosi dengan interaksi sosial pada siswa kelas XI SMA N 1 Girimulyo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan populasi sebanyak 108 siswa dan sampel sebanyak 60 siswa yang diambil melalui teknik proportionate random sampling. Instrumen penelitian berupa angket dengan validitas dan reliabilitas tinggi. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan interaksi sosial (r = 0,878), kecerdasan emosi dengan interaksi sosial (r = 0,657), serta hubungan antara kepercayaan diri dan kecerdasan emosi dengan interaksi sosial (F = 122,721; p < 0,05) dengan kontribusi sebesar 81,2%. Penelitian ini menunjukkan pentingnya pengembangan kepercayaan diri dan kecerdasan emosi dalam meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa.*

***Kata Kunci:*** *Kepercayaan Diri, Kecerdasan Emosi, Interaksi Sosial*

## PENDAHULUAN

Santrock (2003: 26) masa remaja adalah masa perkembangan transisi mulai dari kanak-kanak hingga dewasa yang meliputi perubahan perkembangan biologis, sosial-emosional, kognitif, afektif, moral, dan sosial. Menurut Erlita Mega (2023: 1) pada fase ini, kepercayaan diri menjadi aspek penting karena menentukan kemampuan remaja untuk belajar, beradaptasi, dan menjalin interaksi sosial yang sehat. Individu dengan kepercayaan diri tinggi cenderung lebih termotivasi, optimis, dan berani menghadapi tantangan, sedangkan mereka yang kurang percaya diri rentan minder, mudah putus asa, dan mengasingkan diri.

Selain itu, rendahnya rasa percaya diri dapat menimbulkan ketidaknyamanan emosional yang bersifat sementara, namun berpotensi menimbulkan banyak masalah, sehingga individu tersebut kesulitan untuk beradaptasi. Masalah tersebut biasanya berakar dari pemikiran negatif yang ada dalam diri seseorang, sehingga rasa percaya diri mereka menjadi rendah. Bahkan, dengan rendahnya rasa percaya diri, peserta didik dapat lebih sering menjadi sasaran pelecehan sosial seperti ejekan atau *bullying*, serta hal-hal lain yang membuat mereka semakin sensitif dan enggan untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.

Kecerdasan emosi juga berperan signifikan dalam interaksi sosial. Menurut Goleman (2002: 512) mengklasifikasikan kecerdasan emosional menjadi lima komponen utama, yaitu kemampuan mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi

orang lain, dan menjalin hubungan. Kemampuan dalam mengendalikan emosi dengan baik memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan perkembangan sosial siswa.

Menurut Walgito (2003: 65) Interaksi sosial sendiri adalah hubungan timbal balik antara individu dengan individu lain, di mana keduanya saling memengaruhi melalui kontak sosial dan komunikasi. Sedangkan menurut Menurut Ahmadi (2007:49) Interaksi sosial adalah suatu hubungan antara individu atau lebih, di mana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain atau sebaliknya. Interaksi sosial melibatkan berbagai proses sosial yang membentuk unsur-unsur dinamis dalam masyarakat, yaitu proses-proses perilaku yang berkaitan dengan struktur sosial. Menurut Soedaryanto, (2019: 29) pelaksanaan proses interaksi sosial didasari oleh sejumlah faktor, seperti imitasi, sugesti, identifikasi, dan simpati. Faktor-faktor tersebut dapat berfungsi secara terpisah atau dalam keadaan terintegrasi. Selain itu, Menurut Sudariyanto (2020:22) suatu hubungan sosial dapat dikategorikan sebagai interaksi sosial jika dua syarat terpenuhi: adanya kontak sosial dan komunikasi sosial.

Namun, berdasarkan observasi di SMA Negeri 1 Girimulyo, masih ditemukan siswa dengan kepercayaan diri rendah, mudah tersinggung, dan kurang mampu berinteraksi sosial. Bahkan, beberapa kasus bullying menunjukkan lemahnya kualitas interaksi sosial di kalangan siswa. Dengan demikian, penelitian mengenai hubungan kepercayaan diri dan kecerdasan emosi dengan interaksi sosial penting dilakukan untuk memberikan pemahaman dan upaya peningkatan kesejahteraan psikologis siswa.

## KAJIAN TEORI

### Kepercayaan Diri

Menurut Thantaway (2005: 87), kepercayaan diri adalah kondisi mental yang menunjukkan keyakinan kuat pada diri seseorang untuk melakukan suatu tindakan. Sedangkan Menurut Lina dan Klara (2010: 15) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Menurut Gufron dan Risnawati (2014: 35) aspek-aspek kepercayaan diri yaitu: keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggungjawab, dan rasional.

Selain itu, menurut Mastuti (2008: 48) faktor-faktor yang memengaruhinya dapat dibedakan menjadi faktor internal (konsep diri, kesadaran diri) dan faktor eksternal (keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya). Individu dengan kepercayaan diri tinggi cenderung lebih berani berinteraksi, berkomunikasi, dan mengambil peran dalam kelompok.

### Kecerdasan Emosi

Menurut Daniel Goleman dalam Agus Nggermanto (2002: 98) Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Menurut Fuad Nashori (2003: 170) ada dua unsur dalam kecerdasan emosional, yakni: unsur motivasi dan unsu empati.

Selain itu, menurut Patton (2002: 55) Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi itu sendiri yaitu dari faktor keluarga, faktor pribadi, faktor hubungan dengan teman kelompok dan faktor lingkungan. Siswa yang memiliki kecerdasan emosi

tinggi mampu menempatkan emosi pada porsi yang tepat, menghindari konflik yang merugikan, serta membangun relasi yang sehat dengan lingkungan sekitar.

**Interaksi Sosial**

Menurut Ahmadi (2007:49) Interaksi sosial adalah suatu hubungan antara individu atau lebih, di mana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain atau sebaliknya. Interaksi sosial merupakan kunci utama terbentuknya kehidupan bermasyarakat. Ciri-ciri Interaksi sosial Menurut Soekanto(2009:64-65) yaitu:

1) Adanya hubungan antara individu dengan individu maupun antara individu dengan kelompok.
2) Ada individu setiap interaksi sosial melibatkan individu yang melakukan hubungan.
3) Ada tujuan setiap interaksi sosial memiliki tujuan tertentu seperti mempengaruhi individu lain.
4) Adanya hubungan dengan struktur dan fungsi sosial interaksi sosial serta terdapat hubungan struktur dan fungsi kelompok terjadi karena perilaku yang telah diajarkan sirna dan akan sangat berpengaruh terhadap pembentukkan karakter dan kepribadian anak dimasa depan.

Menurut Soedaryanto, (2019: 29) faktor-faktor yang mempengaruhi interaksi sosial yaitu:

1) Faktor imitasi, yaitu ketika individu meniru atau mencontoh tingkah laku orang lain
2) Faktor identifikasi, yaitu proses dimana individu mengadopsi nilai, norma, atau identitas dari kelompok Faktor sugesti, yaitu pengaruh saran atau dorongan dari individu lain terhadap perilaku individu
3) atau individu lain
4) Faktor simpati, yaitu adanya perasaan empati atau kepedulian terhadap individu atau kelompok lain

**METODE PENELITIAN**

Menurut Sugiyono (2010: 13) penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional karena akan menguji ada tidaknya hubungan antara satu variabel dengan dua variabel lainnya. Penelitian ini dilaksanakan pada 22 Juli 2025 - 30 Juni 2025 di SMA N 1 Girimulyo. Populasi pada penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA N 1 Girimulyo sebanyak 108 siswa. Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 177-185) mengingat banyaknya populasi yang ada maka pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling* yakni teknik pengambilan sampel proporsi atau sampel imbangan yang dilakukan untuk menyempurnakan penggunaan teknik sampel berstrata atau sampel wilayah yang berjumlah 60 siswa menjadi sampel.

Ada tiga variabel yang akan diteliti. Variabel kepercayaan diri difungsikan sebagai variabel dependent pertama (X1), kecerdasan emosi difungsikan sebagai variabel dependent kedua (X2), dan variabel interaksi sosial difungsikan sebagai variabel independent (Y).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini sendiri menggunakan metode angket atau kuesioner yang nantinya akan dibagikan kepada peserta/siswa.

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan atau situasi yang dihadapinya dengan ciri berani mengambil sikap dan tidak takut salah, lebih banyak mendengar dari pada berbicara, memberi motivasi kepada orang lain, bebas meminta bantuan, tidak takut untuk terlihat bodoh, memahami kesalahan, memiliki rasa peduli terhadap orang lain. Kecerdasan emosional adalah komponen yang membuat orang menjadi pintar menggunakan emosi sehingga memiliki kemampuan mengenali dan mengelola perasaan yang lebih mendalam tentang diri sendiri dan orang lain, mampu memotivasi diri, dan memilah-milah informasi yang berfungsi membimbing pikiran dan tindakan sendiri dalam berhubungan dengan orang lain. Ciri-ciri kecerdasan emosi adalah: mengenali perasaan diri, mengelola perasaan, memotivasi diri sendiri, mengenali perasaan orang, membina hubungan.

Interaksi sosial adalah suatu hubungan timbal balik antara individu satu dengan individu yang lainnya. Ciri-ciri interaksi sosial adalah: Adanya hubungan antara individu dengan individu maupun antara individu dengan kelompok, ada individu setiap interaksi sosial melibatkan individu yang melakukan hubungan, ada tujuan setiap interaksi sosial memiliki tujuan tertentu seperti mempengaruhi individu lain, adanya hubungan dengan struktur dan fungsi sosial interaksi sosial, serta hubungan struktur dan fungsi kelompok terjadi karena perilaku yang telah diajarkan sirna dan akan sangat berpengaruh terhadap pembentukkan karakter dan kepribadian anak dimasa depan.

Kemudian, dilakukan pengujian ketiga instrumen. Hasil dari uji validitas instrumen kepercayaan diri yaitu terdapat 20 item valid dan 8 item tidak valid. Hasil uji reliabilitas adalah 0,852 yang berarti instrumen dinyatakan dapat diandalkan. Selanjutnya, hasil uji validitas kecerdasan emosi yaitu terdapat 22 item valid dan 13 item tidak valid. Hasil uji reliabilitas adalah 0,853 yang berarti instrumen dinyatakan dapat diandalkan. Selanjutnya, hasil dari uji validitas instrumen interaksi sosial yaitu terdapat 26 item valid dan 9 item tidak valid. Hasil uji reliabilitas adalah 0,902 yang berarti instrumen dinyatakan dapat diandalkan.

Analisis data menggunakan Teknik statistika dengan rumus statistik yang digunakan korelasi ganda karena akan menguji hipotesis mengenai hubungan yang melibatkan tiga variabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil uji hipotesis pertama, diketahui variabel kepercayaan diri dengan variabel interaksi sosial memiliki hubungan (berkorelasi) yang ditunjukkan dari perolehan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000. Kemudian, diketahui juga hubungan dari kedua variabel tersebut adalah kuat dan positif yang ditunjukkan dari perolehan nilai koefisien korelasi sebesar 0,878. Artinya, apabila kepercayaan diri peserta didik terhadap interaksi sosial semakin baik, maka saat berinteraksi sosial akan semakin tinggi. Begitupun sebaliknya. Dari interpretasi yang didapatkan di atas, maka hipotesis pertama dapat diterima (H1).

Dari hasil uji hipotesis kedua, diketahui variabel kecerdasan emosi dengan variabel interaksi sosial memiliki hubungan yang ditunjukkan dari perolehan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000. Kemudian, diketahui juga hubungan dari kedua variabel tersebut adalah kuat

dan positif yang ditunjukkan dari perolehan nilai koefisien korelasi sebesar 0,657. Artinya, apabila kecerdasan emosi peserta didik terhadap interaksi sosial semakin baik, maka saat berinteraksi sosial akan semakin tinggi. Begitupun sebaliknya. Dari interpretasi yang didapatkan di atas, maka hipotesis pertama dapat diterima (H1).

Dari hasil uji hipotesis ketiga, diketahui variabel kepercayaan diri dan kecerdasan emosi dengan interaksi sosial memiliki hubungan yang ditunjukkan dari perolehan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000. Kemudian, diketahui juga hubungan dari ketiga variabel tersebut adalah kuat dan positif yang ditunjukkan dari perolehan nilai koefisien korelasi sebesar 0,812. Artinya, apabila kepercayaan diri dan kecerdasan emosi peserta didik terhadap interaksi sosial semakin baik, maka akan terbangun interaksi sosial yang semakin tinggi. Begitupun sebaliknya. Dari interpretasi yang didapatkan di atas, maka hipotesis pertama dapat diterima (H1).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data dalam penelitian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Interaksi Sosial siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Girimulyo Kulon Progo $r_{hitung}$ sebesar 0,878 yang lebih besar dari $r_{tabel}$ yaitu (0,878> 0,250) pada taraf signifikasi 5% dengan N=60
2. Ada hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Interaksi Sosial siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Girimulyo Kulon Progo Tahun Pelajaran 2024/2025, ditunjukkan dengan perolehan $r_{hitung}$ sebesar 0,657 yang lebih besar dari $r_{tabel}$ yaitu (0,657> 0,250) pada taraf signifikasi 5% dengan N=60
3. Ada hubungan antara Kepercayaan Diri dan Kecerdasan Emosi dengan Interaksi Sosial siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Girimulyo Kulon Progo Tahun Pelajaran 2025/2026, ditunjukkan dengan perolehan $F_{hitung}$ sebesar 122.721 yang lebih besar dari $F_{tabel}$ yaitu (122.721> 2,76) pada taraf signifikasi 5% dengan N=60

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan, maka penulis menyarankan beberapa hal yang nantinya diharapkan dapat memberikan saran kepada pihak-pihak terkait, yakni sebagai berikut: (1) Saran bagi guru BK adalah menyusun layanan konseling yang menekankan penguatan kepercayaan diri dan pelatihan kecerdasan emosi. (2) Dapat mengembangkan sikap percaya diri dengan berani mencoba hal baru, dan melatih kecerdasan emosi dengan belajar mengenali perasaan diri. (3) Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode triangulasi data untuk memperkuat temuan serta memperluas jangkauan subjek.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Abu H. (2007). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.

Erlita Mega (2024). *Memperkuat Kepercayaan Diri: Motivasi Meningkatkan Rasa Percaya Diri:* Yogyakarta: Cahaya Harapan

Goleman, D. (2002). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Ghufron, M. N. & R. R. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Ar Ruzz Media.

Lina dan Klara. (2010). *Panduan Menjadi Percaya Diri*. Nobel Edumedia.

Mastuti, 1. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Frest Publishing.

Patton, Patricia. (2002). *EQ-Kecerdasan Emosional Membangun Hubungan Jalan Menuju Kebahagiaan Dan Kesejahteraan*. Jakarta: PT. Pustaka Delaprasata

Soekanto, Soerjono, (2012). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: PT Raka Grafido Persada.

Sudaryanto. (2019). *Interaksi Sosial*. Semarang: Alprin.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Soekanto, S. (2012). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Thantaway. 2005.*Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada