

The Relationship Between the Intensity of Social Media Use and Emotional Intelligence in Students SMK Plus Nu Sidoarjo

[Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kecerdasan Emosional pada Siswa SMK Plus Nu Sidoarjo]

Ardiyanti¹⁾, Widyastuti^{*2)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: wiwid@umsida.ac.id

Abstract. For Indonesians, especially vocational students, social media has become a daily activity. No day is missed to open social media. Social media that are often used by students are Facebook, Instagram, Whatsapp, Tik-Tok and Twitter. Students who are unable to control themselves in using social media usually show a lower level of emotional intelligence. Therefore, this study aims to identify the relationship between the level of social media use and emotional intelligence in SMK Plus NU Sidoarjo students. The research method is a correlational quantitative approach with a product moment correlation data analysis method. Data were obtained from a questionnaire with a total response of 158 students. After collecting the data, data analysis was then carried out using the help of SPSS software. From the results of the study obtained the value of pearson correlation is a p value of -0.435 with a significance value (Sig.) of 0.000. The results showed that $p = 0.446 < 0.05$. So that there is a negative and significant correlation between the intensity of social media use and emotional intelligence. The higher the intensity of social media use, the lower the emotional intelligence possessed by students, and vice versa.

Keywords – Intensity social media, Emotional intelligence, Vocational High School

Abstrak. Bagi masyarakat Indonesia khususnya pada siswa SMK, media sosial sudah menjadi aktivitas sehari-hari. Tiada hari yang terlewatkan untuk membuka media sosial. Media sosial yang sering digunakan oleh siswa adalah facebook, instagram, Whatsapp, tik-tok dan twitter. Siswa yang tidak mampu mengontrol diri dalam menggunakan media sosial biasanya menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang lebih rendah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional pada siswa SMK Plus NU Sidoarjo. Metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif Korelasional dengan metode analisis data korelasi product moment. Data diperoleh dari kuesioner dengan total responded sebanyak 158 siswa. Setelah melakukan pengambilan data selanjutnya dilakukan analisis data menggunakan bantuan software SPSS. Dari hasil penelitian diperoleh nilai dari pearson correlation sebesar adalah nilai p sebesar -0.435 dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0.000. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa $p = 0.446 < 0.05$. Sehingga terdapat korelasi negatif dan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki oleh siswa, begitu sebaliknya.

Kata Kunci – Intensitas media sosial, Kecerdasan emosional, Siswa SMK

I. PENDAHULUAN

Indonesia termasuk negara yang berkembang, salah satunya ditandai dengan kemajuan teknologi. Kemajuan teknologi di Indonesia terlihat dari peningkatan penggunaan internet. Berdasarkan laman pada datareportal, pada tahun 2024 terdapat 139 juta pengguna media sosial di Indonesia, jumlah ini mengalami peningkatan sebesar mengalami peningkatan sebesar 1,8 juta (+0.8%) di bandingkan pada tahun 2023. Peristiwa yang sedang terjadi seperti melemahnya nilai-nilai budaya moral di kalangan siswa merupakan akibat dan konsekuensi dari penggunaan media sosial. Siswa sekolah menengah kejuruan pada dasarnya memiliki sifat mudah terpengaruh, suka meniru, ingin menjadi unggul, terhebat, tanpa memikirkan resiko atas tindakannya dan bahkan berujung pada suatu tindakan yang melanggar norma agama dan hukum seperti ketika melihat unggahan foto atau video di instagram yang menunjukkan eksistensi, kemewahan, gaya hidup dan sebagainya[1]. Seperti kita ketahui, sebelum muncul dan populernya media sosial, kebanyakan orang terbiasa berkomunikasi melalui pesan teks atau panggilan telepon melalui telepon seluler. Namun saat ini masyarakat memanfaatkan media sosial untuk berkomunikasi melalui layanan obrolan (chat) atau berkirim pesan melalui layanan yang tersedia pada media sosial[2].

Bagi masyarakat Indonesia pengguna media sosial terbanyak pada kalangan remaja khususnya pada siswa, media sosial sudah menjadi aktivitas sehari-hari. Tiada hari yang terlewatkan untuk menggunakan media sosial. Media sosial yang paling sering digunakan oleh siswa adalah *Whatsapp, instagram, facebook, tik-tok, telegram dan twitter*. Media sosial tersebut memiliki keunggulannya masing-masing yang membuat para siswa ketagihan dan nyaman berlama-lama menggunakan media sosial. Media sosial dilengkapi dengan berbagai indikator yang mencerminkan ciri-ciri khas dari platform pada media sosial yang banyak dipakai saat ini. Berikut adalah beberapa indikator pada media sosial: partisipasi, transparansi, dialog, dan hubungan[3]. Meskipun perkembangannya di sekolah, siswa berupaya menemukan jati dirinya dengan berteman dengan teman yang seusianya. Namun sering kali siswa berpikir bahwa semakin sering dalam menggunakan media sosial maka mereka akan dianggap keren. Sedangkan siswa yang tidak memiliki media sosial biasanya dianggap ketinggalan jaman dan kurang bergaul[4]. Media sosial memang telah menjadi ruang publik, ruang dimana segala sesuatu dapat dipertukarkan dan dimaknai. Suatu kondisi yang dapat mengubah kehidupan dan gaya hidup masyarakat pada masa kini, termasuk pada siswa. Karena infrastruktur jaringan internet segala sesuatu dengan mudah untuk diakses, mudah terhubung satu sama lain, tanpa batasan ruang dan waktu[5]. Media sosial menghilangkan batas-batas dalam berinteraksi sosial. Media sosial ini tidak memiliki batas ruang dan waktu yang membuat semua orang bisa berinteraksi melalui media sosial kapan saja dan dimana saja. Tidak bisa dipungkiri jika media sosial memiliki dampak besar bagi kehidupan semua orang. Seseorang yang awalnya kecil mampu menjadi besar dengan adanya sosial media, dan sebaliknya[6]. Selain itu, penggunaan media sosial juga dapat mempengaruhi cara setiap orang dalam berinteraksi dengan berbagai platform yang ada pada media sosial dan aktifitas online mereka[7].

Perkembangan masa sekolah menengah kejuruan merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju masa remaja. Namun sementara itu, seseorang pada fase peralihan ini belum memenuhi standar kedewasaan bukan juga dianggap sebagai anak-anak[8]. Sekolah Menengah Kejuruan merupakan salah satu lembaga pendidikan kejuruan yang mempunyai misi untuk mempersiapkan peserta didiknya agar mampu bekerja di bidang-bidang tertentu[9]. Masa sekolah menengah kejuruan ini cenderung mandiri dalam menyelesaikan masalah dan tidak ingin orang tua ikut campur karena mereka yakin dirinya bisa menyelesaikannya sendiri. faktanya dalam perubahan kemampuan ini menyebabkan perkembangan emosional yang belum stabil. Pada masa ini memiliki ketegangan emosi yang tidak menentu. Adapun karakteristiknya yakni mudah marah, senang menyendiri, frustrasi, cemas, dan suka merasa khawatir[8]. Berdasarkan perkembangan emosi, siswa sekolah menengah atas atau sekolah menengah kejuruan memiliki kematangan emosi yang ditandai dengan karakteristiknya sebagai berikut: (1)Kemampuan mengontrol emosi (*self-control*), yang berarti mampu mengendalikan diri dari suasana hati, kebutuhan, atau perilaku khusus yang jika diikuti mampu merugikan diri sendiri dan orang lain. Contoh siswa yang tidak bisa mengendalikan emosinya biasanya suka berkelahi, kecanduan alkohol, dan siswa yang putus sekolah. (2)Berpikir positif untuk menghadapi masa depan, jangan menyesali yang telah terjadi pada masa lalu. Siswa yang mampu berpikir positif mampu menunjukkan siswa yang semangat ketika belajar ataupun ketika sedang mengerjakan tugas, menjalankan aktivitas yang baik, berjiwa besar, dan mempunyai ambisi yang kuat dalam mengejar cita-cita. (3)Menghargai diri sendiri dan orang lain. Dalam situasi ini siswa merasa dirinya berharga dan mampu menghargai orang lain. ketika berteman siswa akan percaya diri atau menyombongkan diri. (4)Menyayangi dan menghormati orang lain dengan tulus tanpa ada maksud lain dan mematuhi peraturan tidak karena takut dihukum melainkan yakin peraturan yang ada di sekolah mempunyai dampak positif bagi siswa. (5)Mampu menangani *frustrasi* (kekecewaan) dengan baik dan berusaha mencari solusi yang tepat. (6)Mampu mengendalikan diri dari perasaan yang tidak baik seperti permusuhan, dendam pada orang lain, kurang percaya diri, mudah menyerah[8].

Membangun karakter pada siswa dalam era perkembangan teknologi saat ini merupakan sebuah tantangan besar. Saat ini banyak terjadi kemerosotan moral di kalangan siswa dalam mencari jati diri, siswa sudah mengetahui perilaku mana yang boleh dan tidak boleh dilakukan, namun siswa mengabaikan hal tersebut. Mereka tidak dapat mengembangkan kontrol dalam tindakannya meskipun mereka sudah mengetahui perilaku yang dapat diterima atau tidak. siswa Sekolah Menengah Kejuruan di era sekarang kurang dalam mengontrol perilakunya saat bermedia sosial, hal ini terlihat dari kurang layaknya konten yang mereka bagikan di sosial media. seharusnya siswa sudah dapat mengendalikan perilakunya dalam lingkungan sosial[10]. Karakteristik ialah pandangan dan tindakan yang menjadi ciri khas setiap siswa dalam hidup dan bekerja sama, baik di lingkungan keluarga, masyarakat, bangsa, dan negara. Siswa yang memiliki karakter baik adalah siswa yang mampu membuat keputusan dan siap untuk bertanggung jawab atas setiap konsekuensi dari keputusan yang diambil. Nilai - Nilai karakter siswa adalah kejujuran, Disiplin, Sopan, Santun, Tanggung Jawab, Bekerja sama, Percaya Diri, Kreativitas[9]. Karakter terbentuk melalui tindakan berulang-ulang yang menjadi kebiasaan. Kebiasaan inilah yang menempel dan menjadi karakter seseorang. Penanaman dan pengembangan karakter di lingkungan sekolah menjadi tanggung jawab bersama bukan hanya guru namun juga kerja sama dari siswa dan orang tua. maka siswa yang berkarakter memiliki kecerdasan emosional yang baik[11]. Dalam pendidikan karakter, siswa diharapkan mempunyai nilai yang positif seperti: (1)Religius, (2)Jujur, (3)Toleransi, (4)Disiplin, (5)Kerja keras, (6)Kreatif, (7)Mandiri, (8)Demokratis, (9)Rasa ingin tahu, (10)Menghargai prestasi, (11)Peduli lingkungan, (12)Peduli sosial, (13)Tanggung jawab, (14)Cinta damai.

Dengan mengembangkan kecerdasan emosional, diharapkan siswa dapat terbentuk menjadi individu yang berkarakter sesuai dengan yang diharapkan[2].

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Dian Fatmawati[12] bahwa gambaran kecerdasan emosional pada siswa SMK cenderung rendah. Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis data yang diperoleh 53 siswa (70,66%) memiliki tingkat kecerdasan emosi rendah, dan 22 siswa (29,34%) memiliki kecerdasan emosi tinggi. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu oleh Wiwi Juwita[13] bahwa gambaran kecerdasan emosional siswa dalam kemampuan mengatur emosinya masih rendah, karena belum mampu mengontrol emosinya dan tidak mengetahui mengenai kecerdasan emosinya. Dari hasil analisis diketahui dari total sampel keseluruhan 37 siswa, 30 siswa memiliki kecerdasan emosi yang rendah dan 7 siswa mampu mengendalikan emosinya. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional terhadap siswa masih tergolong rendah. Yang menyebabkan siswa belum mampu dalam mengenali emosi pada dirinya, mengontrol emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain, Karena siswa masih memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah serta kurangnya pemahaman siswa tentang kecerdasan emosional.

Berdasarkan hasil perolehan data studi awal yang dilakukan pada hari Kamis 25 Juli 2024 dengan menggunakan kuesioner yang mengacu pada aspek teori Goleman kepada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo yang melibatkan 34 siswa, hasil yang diperoleh menunjukkan siswa masih kurang mampu dalam mengenali emosi yang terjadi dalam dirinya, siswa kurang mampu dalam mengontrol emosinya, siswa kurang mampu untuk memotivasi dirinya dalam mengatur suasana hati, karena kebanyakan siswa mudah putus asa ketika sesuatu yang diharapkan tidak tercapai. Namun, siswa cukup mampu dalam mengenali emosi orang lain, cukup mampu dalam membina hubungan yang baik dengan temannya. Hal ini menggambarkan bahwa kecerdasan emosional pada siswa di SMK Plus Nu Sidoarjo masih cukup rendah karena siswa belum cukup mampu dalam mengendalikan dan mengenali emosi yang ada pada dirinya.

Kecerdasan emosional merupakan kecerdasan dalam mengendalikan perasaan, mengatur suasana hati, tidak berlebihan dalam kesenangan atau kesedihan, mengendalikan agar tekanan perasaan atau beban stres tidak melumpuhkan kemampuan dalam berpikir, kemampuan bertahan menghadapi kekecewaan, kemampuan memotivasi diri, bersimpati dan berdoa. Kecerdasan emosional adalah elemen yang membuat seseorang mampu dalam mengelola emosi. Emosi manusia terletak di kedalaman hati, naluri yang tersembunyi, dan sensasi emosional. Dengan pengakuan dan penghormatan terhadap emosi ini, kecerdasan emosional menawarkan wawasan yang lebih mendalam dan lengkap tentang diri sendiri dan orang lain[15]. Menurut teori Goleman [16][17] ada lima aspek dalam kecerdasan emosi, yaitu: (1)Mengenali perasaan diri, yaitu kemampuan untuk mengidentifikasi perasaan diri sendiri ketika perasaan tersebut muncul serta memahami penyebabnya. (2)Mengontrol emosi, yaitu keterampilan dalam menangani perasaan agar dapat dinyatakan dengan tepat, sehingga tercapai keseimbangan pribadi. (3)Memotivasi diri sendiri, yaitu kemampuan untuk mengendalikan niat, menunda kepuasan, mengontrol suasana hati, dan memotivasi diri sendiri untuk terus bertahan serta berusaha mencapai tujuan. (4)Mengenali emosi orang lain, Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga dengan empati. (5)Membina hubungan dengan orang lain, Menjalinkan hubungan merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol dan memahami perasaan orang lain dengan baik saat berinteraksi dan dengan teliti menilai situasi, serta mampu berkomunikasi dengan efektif. Kecerdasan emosional menggambarkan kemampuan seseorang dalam mengelola, menggunakan, atau mengekspresikan emosi dengan cara yang membuahkan hasil yang baik[18]. Ketidakstabilan emosi yang terjadi secara cepat pada siswa merupakan hasil dari perubahan fisik dan hormon. Salah satu aspek siswa dengan kecerdasan emosional yang baik adalah kemampuan mengendalikan emosinya[14]. Gambaran terhadap kecerdasan emosional siswa dalam hal kemampuan mengelola emosinya masih kurang, karena belum bisa untuk mengendalikan perasaan dirinya dan tidak memiliki pemahaman mengenai kecerdasan emosionalnya[13].

Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional ada dua, yakni faktor internal dan juga faktor eksternal, faktor internal merupakan faktor yang muncul dari dalam diri seseorang itu sendiri yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosionalnya sendiri sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang datang dari orang lain dan mempengaruhi individu dalam mengubah sikapnya. pengaruh luar yang bersifat individu dapat secara perorangan, dan secara kelompok[19]. Bahkan media sosial juga dapat mempengaruhi kecerdasan emosi pada siswa, karena dengan melalui media sosial siswa dengan mudah terpengaruh oleh dunia maya. Media sosial juga dapat menghambat perkembangan kecerdasan emosi siswa dan membuat siswa kurang berinteraksi dengan teman yang berada di sekitarnya. Dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi, seseorang dapat memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri, dorongan untuk selalu berusaha yang terbaik, pemahaman yang mendalam tentang orang-orang di sekitarnya, serta kemampuan untuk terus memelihara hubungan sosial[15]. Penggunaan media sosial termasuk dalam faktor eksternal, karena media sosial dapat mempengaruhi sikap, moral, dan tingkah laku dengan menirukan gaya atau karakter seseorang melalui unggahannya.

Berdasarkan penelitian terdahulu dari Ulfi Kholidiyah[20] ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosi. Didapatkan $r_{xy} = -0,190$, dengan signifikansi $(p) = 0,024$; $(p) \leq 0,05$, berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosi. Berdasarkan penelitian terdahulu dari Aristyo Rahadiyan[21] ditemukan bahwa terdapat

hubungan yang sangat signifikan antara intensitas menggunakan media sosial dengan kecerdasan emosional, hasil koefisien korelasi $r(xy) = -0,484$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang berarti semakin tinggi intensitas menggunakan media sosial, maka kecerdasan emosi pada siswa semakin rendah, begitu sebaliknya semakin rendah intensitas menggunakan Instagram, maka kecerdasan emosi pada siswa semakin tinggi.

Media sosial adalah sebuah website untuk seseorang bisa membuat halaman web pribadi dan terhubung dengan setiap orang yang tergabung dengan media sosial yang sama untuk berbagi informasi dan juga bisa berkomunikasi jarak jauh[22]. Dengan demikian media sosial adalah platform terbuka yang dikelola secara algoritmis melalui perangkat lunak internet, memungkinkan individu untuk berbagi pengalaman, gaya, dan pemikiran secara online melalui jaringan virtual kepada orang lain tanpa batasan ruang dan waktu.[5]. Selain itu media sosial juga merupakan hasil dari globalisasi yang mendunia, yang tidak dapat dihindari dampak bagi semua kalangan manusia termasuk pada siswa[1]. Siswa yang menggunakan media sosial dapat menampilkan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain dan menjalin hubungan sosial secara virtual. Media Sosial (Social media) kini telah menjadi bagian integral dari kehidupan modern. Diperkirakan bahwa tren berikutnya adalah 3S, yaitu Social, Share, dan Speed. Social merujuk pada cara seseorang terhubung dengan orang lain untuk saling berbagi. Share menggambarkan bagaimana seseorang menyebarluaskan pengalamannya kepada orang lain melalui teks, foto, video, atau media lainnya di jejaring sosial. Speed menunjukkan kemampuan jejaring sosial untuk menyebarluaskan informasi dengan kecepatan yang jauh melebihi jurnalis dalam menyusun berita[23]. Konsep pemenuhan kebutuhan dalam media sosial mencakup di dalamnya terdapat dua indikator, yaitu kualitas dan kuantitas intensitas penggunaan media sosial[24].

Intensitas penggunaan media sosial adalah jumlah perhatian dan minat seseorang dalam menggunakan media sosial, diukur dari kemampuannya dalam memanfaatkannya[24]. Yang bisa diartikan Intensitas adalah ukuran kekuatan yang didasarkan pada kualitas perhatian dan minat yang dilakukan seseorang, melibatkan minat dan perasaan yang muncul. Berdasarkan kuantitas intensitas kegiatan dapat diukur dari frekuensi dan durasinya[25]. Aspek dalam intensitas penggunaan media sosial menurut teori Chaplin adalah sebagai berikut (1) Frekuensi, beberapa kali seseorang mengulangi perilaku tersebut secara sengaja atau tidak sengaja. (2) Durasi, kebutuhan individu untuk melakukan suatu perilaku sasaran dalam jangka waktu tertentu. (3) Perhatian, minat seseorang terhadap suatu kegiatan yang sesuai dengan minatnya dan jauh lebih kuat dibandingkan dengan kegiatan lain yang tidak membangkitkan minat seseorang. (4) Emosi, rasa yang diperlihatkan pengguna media sosial seperti kebahagiaan, kesedihan, takut, harapan, marah, putus asa[12]. Internet lebih banyak digunakan untuk membuka media sosial dibandingkan untuk tujuan lainnya[26]. Siswa yang tidak mampu mengendalikan dirinya dalam penggunaan media sosial akan memiliki kecenderungan yang lebih rendah pada tingkat kecerdasan emosional[27].

Berdasarkan hasil pembahasan di atas Penggunaan media sosial pada siswa akan mempengaruhi bagaimana ia mengelola emosi. Semakin sering siswa terlibat dalam media sosial, semakin mudah emosinya terbawa. Agar bisa mengetahui hubungan antara variabel independen yaitu intensitas penggunaan media sosial dengan variabel dependen yaitu kecerdasan emosional, maka penting untuk menjelaskan hubungan antara variabel-variabel tersebut[12]. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo.

Hipotesis adalah asumsi atau dugaan mengenai sesuatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal itu yang sering dituntut untuk melakukan pengecekannya. Dalam penelitian ini dirumuskan hipotesis penelitian yaitu bahwa "Ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo".

II. METODE

Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan dua variabel, yaitu satu variabel bebas dan satu variabel terikat, yang bertujuan untuk melihat adanya keterkaitan antara Penggunaan Media Sosial sebagai variabel X dan Kecerdasan Emosional sebagai variabel Y. Menurut Suryabrata (2013), tujuan dari penelitian kuantitatif korelasional adalah untuk melakukan deteksi terhadap variasi-variasi suatu variabel yang berkaitan dengan variasi-variasi satu variabel lain berdasarkan koefisien korelasi[28]. Penelitian ini menggunakan Intensitas penggunaan media sosial sebagai variabel X dan Kecerdasan emosional sebagai variabel Y.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SMK Plus NU Sidoarjo berjumlah 380 siswa, Teknik pengambilan sampling menggunakan metode *simple random sampling* atau sampling acak sederhana, digunakan untuk memperoleh sampel secara langsung yang dilakukan pada unit sampling[12]. Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus *Isaac* dan *Michael*, Pada penelitian tingkat kesalahan atau *sampling error* dalam menentukan jumlah sampel yaitu pada tingkat kesalahan 5% hasil perhitungan jumlah sampel berdasarkan tingkat kesalahan maka didapatkan jumlah sampel sebanyak 158 siswa. Lokasi pada penelitian ini di SMK Plus NU Sidoarjo.

Peneliti menggunakan kuesioner sebagai instrumen pengumpulan data. Teknik dalam mengumpulkan data pada penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala Intensitas penggunaan media sosial dan skala kecerdasan

emosional. Pada penelitian ini dalam pengukuran intensitas penggunaan media sosial menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial milik Khoirul Muna yaitu skala yang diadopsi berdasarkan peneliti terdahulu Dian Fatmawati[12] dan berdasarkan 4 aspek yang mengacu pada teori dari *Chaplin* yang meliputi aspek perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi. Skala intensitas penggunaan media sosial terdiri dari 30 aitem pernyataan, sedangkan pada pengukuran kecerdasan emosional peneliti menggunakan skala kecerdasan emosional yaitu skala milik Rafika Dewi Setyanidan berdasarkan 5 aspek yang mengacu pada teori dari *Goleman* yang diadopsi berdasarkan peneliti terdahulu Dian Fatmawati[12] yang meliputi aspek kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dengan orang lain. Skala kecerdasan emosional terdiri dari 33 aitem pernyataan. Pernyataan pada dua skala ini disusun dalam bentuk *favorable* dan *unfavorable*. Teknik pengumpulan data masing-masing menggunakan skala likert dengan mengisi jawaban sangat setuju(SS), setuju (S), tidak setuju(TS), dan sangat tidak setuju(STS). Untuk skor masing-masing pernyataan *favorable* Menurut skala Likert ini, nilai 4 diberikan untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS), nilai 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), nilai 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), dan nilai 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS). Sementara itu, untuk pernyataan yang *unfavorable*, nilai 1 diberikan untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), nilai 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), nilai 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), dan nilai 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

Peneliti telah melakukan uji coba alat ukur pada 158 responden yang dilakukan pada hari rabu tanggal 31 juli 2024 di SMK Plus Nu Sidoarjo.

Tabel 1. Hasil Uji Reabilitas

No	Variabel	Cronbach's Alpha	N of Items	Keterangan
1	Intensitas Penggunaan Media Sosial (X)	0,750	30	Reliable
2	Kecerdasan Emosional (Y)	0,777	33	Reliable

Pada tabel 1. diketahui bahwa Hasil output uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* dari semua item instrumen $\geq 0,60$. Ini berarti semua item data (instrumen) dapat diandalkan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semua item pernyataan dalam kuesioner tentang intensitas penggunaan media sosial dan kecerdasan emosional dinyatakan reliabel. Sehingga, kuesioner ini dapat dikatakan layak sebagai instrumen untuk melakukan pengukuran.

Analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis menggunakan korelasi *product moment*. Penelitian ini dianalisis menggunakan metode korelasi untuk menentukan kekuatan hubungan antara variabel. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis dengan menghubungkan intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional pada siswa. Peneliti menggunakan alat bantuan komputer program SPSS (*Statistical Product For Service Solutions*) dalam menganalisis data dan untuk mempermudah perhitungan dalam penelitian ini[12].

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini membahas tentang bagaimana hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo, diperoleh 158 responden. Hasil analisis sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Intensitas Pengguna Media Sosial	Kecerdasan Emosional
N		158	158
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	69.2785	93.8165
	Std. Deviation	6.58591	7.21184
Most Extreme Differences	Absolute	.075	.085
	Positive	.048	.085
	Negative	-.075	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		.942	1.066
Asymp. Sig. (2-tailed)		.337	.206

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dasar pengujian normalitas yaitu jika nilai asymp. Sig (2-tailed) lebih besar dari 0.05 maka data berdistribusi secara normal, namun jika nilai asymp. Sig (2-tailed) lebih kecil dari 0.05 maka data tidak berdistribusi secara normal. Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa hasil uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov* (K-S) menunjukkan pada variabel intensitas penggunaan media sosial memiliki nilai signifikansi $0.337 > 0.05$ maka dapat dikatakan berdistribusi normal. Pada variabel kecerdasan emosional memiliki nilai signifikansi sebesar $0.206 > 0.05$ maka dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecerdasan Emosional * Intensitas Pengguna Media Sosial	Between Groups	(Combined) Linearity	3036.941	31	97.966	2.407	.000
	Deviation	from Linearity	1545.291	1	1545.291	37.964	.000
	Within Groups		1491.649	30	49.722	1.222	.222
	Total		5128.737	126	40.704		
			8165.677	157			

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional (variabel Y) dan penggunaan media sosial (variabel X) dapat dianggap linear. Nilai Deviation from Linearity sebesar 49.722 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 30 dan nilai F sebesar 1.222 memiliki nilai signifikan (Sig.) sebesar 0.222. Karena nilai signifikan ini lebih besar dari 0.05, hal ini menunjukkan bahwa penyimpangan dari hubungan linear tidak signifikan secara statistik. Dengan kata lain, tidak ada bukti kuat yang menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan penggunaan media sosial menyimpang secara signifikan dari sebuah hubungan linear. Selain itu, nilai linearity menunjukkan nilai F sebesar 37.964 dengan nilai Sig. sebesar 0.000, yang sangat signifikan, mengindikasikan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional. Dengan demikian, model linear cukup memadai untuk menggambarkan hubungan antara kedua variabel tersebut, menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan penggunaan media sosial dapat digambarkan secara linear tanpa adanya deviasi yang signifikan.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		Intensitas Pengguna Media Sosial	Kecerdasan Emosional
Intensitas Pengguna Media Sosial	Pearson Correlation	1	-.435**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	158	158
Kecerdasan Emosional	Pearson Correlation	-.435**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	158	158

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini yaitu “terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo”. Berdasarkan tabel hasil uji korelasi, dapat dilihat bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial (variabel X) dan kecerdasan emosional (variabel Y). Nilai koefisien korelasi Pearson antara kedua variabel tersebut adalah -0.435 dengan nilai signifikan (Sig.) sebesar 0.000. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki, sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media sosial maka akan semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh siswa.

Tabel 5. Kategorisasi Intensitas Penggunaan Media Sosial

Kategorisasi Intensitas Penggunaan Media Sosial					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	18,4	18,4	18,4
	Sedang	110	69,6	69,6	88,0
	Tinggi	19	12,0	12,0	100,0

Total	158	100,0	100,0
-------	-----	-------	-------

Berdasarkan pada tabel 5. Dapat dilihat hasil kategorisasi intensitas penggunaan media sosial (Variabel X) pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo menunjukkan bahwa terdapat 3 kategori pada intensitas penggunaan media sosial yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi. Pada tabel 5 terdapat 29 siswa dengan presentase 18% mempunyai intensitas penggunaan media sosial rendah, sedangkan 110 siswa dengan presentase 70% mempunyai intensitas penggunaan media sosial sedang, dan 19 siswa dengan presentase 12% mempunyai intensitas penggunaan media sosial yang tinggi.

Tabel 6. Kategorisasi Kecerdasan Emosional

		Kategori Kecerdasan Emosional			Cumulative
Valid		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
	Rendah	35	22,2	22,2	22,2
	Sedang	100	63,3	63,3	85,4
	Tinggi	23	14,6	14,6	100,0
	Total	158	100,0	100,0	

Berdasarkan pada tabel 6. Dapat dilihat hasil kategorisasi kecerdasan emosional (Variabel Y) pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo menunjukkan bahwa terdapat 3 kategori pada Kecerdasan Emosional yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi. Pada tabel 6 terdapat 35 siswa dengan presentase 22% mempunyai kecerdasan emosional rendah, sedangkan 100 siswa dengan presentase 63% mempunyai kecerdasan emosional sedang, dan 23 siswa dengan presentase 15% mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dengan total responden sebanyak 158 siswa di SMK Plus Nu Sidoarjo. Hasil dari penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo. Berdasarkan hasil perolehan data yang didapat dan dilakukan uji analisis data, maka diperoleh hasil uji korelasi, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial (X) dan kecerdasan emosional (Y) pada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo. Korelasi Pearson menunjukkan nilai sebesar -0.435 dengan tingkat signifikansi 0.000, yang berarti bahwa korelasi ini signifikan pada level 0.01 (2-tailed). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional, di mana semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka semakin rendah kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa SMK Plus Nu Sidoarjo dan sebaliknya.

Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Aristyo Rahadiyan ditemukan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara intensitas menggunakan media sosial dengan kecerdasan emosional, hasil koefisien korelasi $r(xy) = -0,484$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang berarti semakin tinggi intensitas menggunakan media sosial, maka kecerdasan emosi pada siswa semakin rendah, begitu sebaliknya semakin rendah intensitas menggunakan instagram, maka kecerdasan emosi pada siswa semakin tinggi [21]. Kemudian pendukung penelitian yang dilakukan oleh Ulfi Kholidiyah ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosi. Didapatkan $rxy = -0,190$, dengan signifikansi (p)=0,024; (p) \leq 0,05, berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosi [20]. Kesesuaian antara hasil penelitian ini dengan studi sebelumnya menegaskan bahwa ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kecerdasan emosional.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kategorisasi tingkat variabel pada intensitas penggunaan media sosial dengan presentase sebesar 87% yang termasuk ke dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki intensitas media sosial yang cukup tinggi terhadap perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi dalam penggunaan media sosial. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor *emotional coping* pengalihan seseorang dalam kebosanan, kesepian, melepas stress dari rasa marah dan frustrasi. Menghindar dari kenyataan di dunia yang tidak memenuhi harapan, sehingga membuat siswa lebih memilih media sosial, lingkungan diklasifikasikan menjadi dua yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan sosial, faktor penyenang kebutuhan sosial dan interpersonal mencari pengakuan diri [12]. Penggunaan media sosial yang positif dan terarah dapat digunakan sebagai alat untuk pengembangan personal dan profesional. Namun, penting untuk diingat bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan atau tidak bijaksana bisa menimbulkan efek negatif seperti menurunnya

produktivitas dan gangguan kesehatan mental. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk memberikan panduan dan pelatihan terkait penggunaan media sosial yang sehat dan bermanfaat.

Hasil ini menggambarkan realitas di mana intensitas penggunaan media sosial memainkan peran penting dalam membentuk dan meningkatkan kecerdasan emosional kepada siswa. Media sosial dapat memberikan berbagai informasi dan pengalaman yang memungkinkan individu untuk belajar dan memahami emosi mereka serta emosi orang lain. Selain itu, media sosial juga menyediakan platform bagi individu untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan berbagai orang, yang dapat meningkatkan keterampilan interpersonal dan empati mereka.

Hasil analisis pada penelitian tingkat kecerdasan emosional dengan presentase 78% yang termasuk dalam kategori sedang. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecerdasan emosional yang cukup tinggi terhadap bagaimana siswa cukup mampu mengenali diri sendiri, cukup mampu dalam mengendalikan emosi, cukup mampu untuk tetap optimis, cukup peka terhadap perasaan orang lain. Cukup mampu dalam bekerja sama dengan orang lain[19].

Limitasi atau keterbatasan pada saat melakukan penelitian ini yaitu waktu yang terbatas sehingga mengalami kesulitan untuk mengalokasikan waktu khusus untuk melakukan pengumpulan data. Hal ini bisa mempengaruhi kualitas dan jumlah data yang terkumpul. Serta rendahnya motivasi dan partisipasi dari siswa dalam berpartisipasi untuk pengambilan data penelitian sering kali menjadi hambatan. Kurang minatnya dalam memberikan informasi yang akurat atau lengkap dapat mengurangi validitas data penelitian yang telah diperoleh.

VII. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan *Pearson Correlation* diperoleh Nilai koefisien korelasi Pearson antara kedua variabel tersebut adalah $r_{xy} = -0.435$, $p = 0.000 < 0.05$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecerdasan emosional. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki, begitu juga sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media sosial maka akan semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh siswa.

Dari hasil kesimpulan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran kepada siswa SMK Plus Nu Sidoarjo untuk memanfaatkan media sosial dengan cara yang mendukung pengembangan keterampilan emosional dengan menggunakan media sosial dengan memberikan batas waktu serta memilih konten yang mendukung pengembangan emosional. Siswa juga dapat memanfaatkan platform media sosial untuk berlatih empati, berkomunikasi secara positif, dan mencari informasi yang bermanfaat tentang keterampilan sosial, sekaligus tetap menjaga keseimbangan antara kehidupan online dan offline untuk mendukung kesejahteraan emosional secara keseluruhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur saya sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat, rahmat, karunia, dan nikmat-Nya, yang memungkinkan peneliti menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Peneliti juga ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada siswa dari SMK Plus Nu Sidoarjo yang telah bersedia mengorbankan waktu dan pikirannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Serta peneliti ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang turut membantu memberikan support kepada saya baik secara langsung maupun tidak langsung.

REFERENSI

- [1] S. Fitri Lestari and I. Eriza, "Pengaruh Penggunaan Sosial Media terhadap Kecerdasan Emosional Dikalangan Remaja," *J. Syntax Transform.*, vol. 2, no. 08, pp. 1187–1193, Aug. 2021, doi: 10.46799/jst.v2i8.353.
- [2] H. Perbowosari, "Peran Kecerdasan Emosional Dalam Pendidikan Karakter," *Semin. Nas.*, pp. 167–174, 2016, [Online]. Available: <http://jayapanguspress.org>
- [3] J. A. Djari and M. S. Heriyawan, "Pengaruh Media Sosial, Pembelajaran Daring, dan Kecerdasan Emosional Terhadap Etika dan Perilaku Taruna Pelayaran," *Din. Bahari*, vol. 3, no. 1, pp. 20–28, May 2022, doi: 10.46484/db.v3i1.298.
- [4] Wilga Secsio Ratsja Putri, R. Nunung Nurwati, and Meilanny Budiarti Santoso, "Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja," vol. 3, no. 1, pp. 1–5, 2016.
- [5] Fabianus Fensi, "Peran media sosial dalam pembentukan karakter siswa SMA & SMK Bhinneka Tunggal Ika, Jakarta," *J. Pengabdian dan Kewirausahaan*, vol. 4, no. 089, pp. 1–7, 2020, [Online]. Available: <https://journal.ubm.ac.id/index.php/pengabdian>
- [6] Satria MA Koni, "Pengaruh Jejaring Sosial Terhadap Pendidikan Karakter Peserta," 2016.
- [7] firly fadillah, "Pengaruh Penggunaan Sosial Media terhadap Kecerdasan Emosional Dikalangan Remaja," *J.*

- Syntax Transform.*, vol. 2, no. 08, pp. 1187–1193, 2021, doi: 10.46799/jst.v2i8.353.
- [8] D. I. R. Sihaloho and N. Dantes, “Pengembangan instrumen skala kecerdasan emosional pada masa remaja siswa SMA dan SMK,” *J. Educ. J. Pendidik. Indones.*, vol. 9, no. 1, p. 126, Mar. 2023, doi: 10.29210/1202322660.
- [9] Moh Hasbullah, “Karakter Siswa Smk Negeri 1 Samigaluh Kulonprogo Daerah Istimewah Yogyakarta,” 2012.
- [10] T. Lifia Alvionita and P. Studi Bimbingan dan Konseling, “Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kualitas Penggunaan Media Sosial di Kalangan Remaja,” 2020.
- [11] Indah Lestari and Nurul Handayani, “Pentingnya pendidikan karakter pada anak sekolah khususnya SMA/SMK di zaman serba digital,” *J. Guru Pencerah Semesta*, vol. 1, no. 2, pp. 1–9, 2023.
- [12] Dian Fatmawati, “Hubungan intensitas penggunaan internet dengan kecerdasan emosi pada siswa kelas VIII SMPN 31 Semarang,” 2018.
- [13] Wiwi Juwita, Euis Eti Rohaeti, and Devy Sekar Ayu Ningrum, “Gambaran kecerdasan emosional siswa di SMK Muhammadiyah 3 Kadungora,” *fokus*, vol. 3, no. 6, pp. 1–7, 2020.
- [14] M. F. R. Iriyanti, S. Fatimah, and M. R. Septian, “Profil kecerdasan emosional siswa di SMK Kimia Dharma Bhakti,” *FOKUS (Kajian Bimbing. Konseling dalam Pendidikan)*, vol. 5, no. 6, pp. 466–473, Nov. 2022, doi: 10.22460/fokus.v5i6.8926.
- [15] S. R. Dewi and F. Yusri, “Kecerdasan Emosi Pada Remaja,” *Educ. J. Pendidik.*, vol. 2, no. 1, pp. 65–71, Jan. 2023, doi: 10.56248/educativo.v2i1.109.
- [16] Dwi Wulandari, “Gambaran Kecerdasan Emosional pada Siswa Smkn 1 Jakarta,” 2012.
- [17] Goleman Daniel. (2003). *Emotional Intelligence*, terjemahan oleh T. Hermaya, Jakarta: Gramedia.
- [18] W. S. Respati and W. P. Arifin, “Gambaran kecerdasan emosional siswa berbakat di kelas akselerasi SMA di Jakarta,” 2007.
- [19] L. Pardede,) Dewi, and L. Pardede, “Hubungan kecerdasan emosional dengan hasil belajar PKN Siswa SMA Negeri Sipahutar Tapanuli Utara,” 2021.
- [20] Ulfi Kholidiyah, “Hubungan antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosi,” vol. 66, no. 1997, pp. 37–39, 2013.
- [21] Aristyo Rahadiyan, “Hubungan antara intensitas menggunakan social media dengan kematangan emosi pada remaja,” pp. 1–13, 2018.
- [22] D. Primasti *et al.*, “Pengaruh media sosial terhadap penyimpangan perilaku remaja (Cyberbullying),” 2017.
- [23] Desy Rahma Ayu Ningrum, “Pengaruh penggunaan media sosial instagram terhadap kecerdasan emosional dan interaksi sosial mahasiswa pendidikan guru Madrasah Ibtidaiyah Semester IV IAIN Ponorogo Tahun Akademik 2019/2020,” pp. 1–73, 2020.
- [24] A. A. Al Aziz, “Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa,” *Acta Psychol.*, vol. 2, no. 2, pp. 92–107, 2020, doi: 10.21831/ap.v2i2.35100.
- [25] E. A. Hasibuan, “Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Interaksi Sosial Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area Stambuk 2017-2018,” *Univ. Medan Area Medan*, p. 73, 2019.
- [26] F. Spty Rahayu, L. Kristiani, and S. Fuhrensia Wersemetawar, “Dampak Media Sosial terhadap Perilaku Sosial Remaja di Kabupaten Sleman, Yogyakarta,” 2019.
- [27] M. Mulawarman, F. N. Huda, S. Suharso, and M. Muslikah, “Hubungan antara kecerdasan emosional dan prestasi belajar dengan penggunaan social media pada siswa SMA,” *J. Konseling dan Pendidik.*, vol. 7, no. 3, pp. 89–96, Dec. 2019, doi: 10.29210/130700.
- [28] A. S. Hidayat and I. Febrian Kristiana, “Hubungan antara kecerdasan emosional dengan intensi bermedia sosial pada siswa SMA Negeri 11 Semarang,” 2016.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.