**Pedoman Wawancara**

Identitas subjek:

1. Nama
2. Jenis kelamin
3. Usia
4. Kelas
5. Tanggal wawancara dan observasi
6. Lokasi wawancara dan observasi

Kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan seseorang dalam mengenali dan kontrol emosi diri hingga mengarahkan dirinya pada hal yang positif dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Goleman bahwa seseorang dengan kecerdasan emosional mampu untuk mengatur diri dalam menghadapi frustasi, pengendalian dorongan hati dan tidak berlebihan kesenangan, mengatur ketenangan hati serta menjaga agar beban stress yang dialami tidak melumpuhkan kemampuan untuk berpikir dan berdoa (Juwita et al., 2020).

Aspek-aspek dalam kecerdasan emosional terbagi menjadi 5, diantaranya

1. Mengenali emosi diri, yaitu Memiliki kesadaran diri membuat dirinya lebih waspada terhadap suasana hati maupun pikiran dalam bermain game online secara berlebihan. bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi.
2. Menjaga keselarasan emosi, yaitu Kemampuan dalam menjaga agar emosi tetap terkendali. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan dirinya.
3. Motivasi diri, yaitu memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusianisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.
4. Empati, yaitu memiliki kemampuan dalam menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.
5. Keterampilan sosial, yaitu memiliki keterampilan dalam komuikasi untuk memahami dan memenuhi kebutuhan orang lain dengan lancar dapat menunjang keberhasilan antar pribadi serta menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuan komunikasinya. Ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain dapat dijadikan petunjuk positif dalam hubungan sosial dengan orang lain

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **ASPEK KECERDASAN EMOSIONAL** | **INDIKATOR:** | **PEDOMAN WAWANCARA** |
| 1 | Mengenali emosi diri | * Mengenali emosi diri sendiri beserta efeknya | 1. Berapa kali subjek bermain game online dalam satu minggu atau satu harinya? 2. Apakah kegiatan bermain game online menjadi semacam rutinitas bagi subjek? 3. Apakah subjek merasa waktu lebih banyak dihabiskan untuk bermain game online dibandingkan kegiatan produktivitas? 4. **apakah menurut anda waktu yang dihabiskan secara berlebihan untuk bermain game online itu masalah?** 5. Apakah bermain game online secara berlebihan **mengganggu** **tugas belajar** subjek di sekolah? |
| * Mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri | 1. Bagaimana perbedaan perasaan subyek saat tidak bermain game online (seperti kegiatan pembelajaran di kelas) dan saat bermain game online? 2. Bagaimana pembagian waktu belajar, bermain di luar rumah atau bermain bersama teman sebaya? 3. **Selama ini, apakah waktu yang dihabiskan untuk bermain game lebih banyak dari pada untuk tugas utama sebagai pelajar?** |
| * Percaya dengan kemampuan diri dan keyakinan tentang harga diri | 1. **Menurut subjek, dengan bermain game online yang intensif ini tidak mengganggu tujuan hidupnya?** 2. Apakah subjek memiliki keyakinan untuk mampu dalam mengurangi bermain game online? |
| 2 | Menjaga keselarasan emosi | * Kemampuan untuk mengelola emosi-emosi dan desakan-desakan hati yang merusak | 1. Bagaimana reaksi subjek saat orang lain mengganggu subjek? 2. Apa yang subjek lakukan untuk mengatasi keinginan untuk bermain game online secara terus menerus? |
| * Luwes terhadap perubahan (mudah beradaptasi) dan bertanggung jawab atas kinerja pribadi | 1. Jika subjek mendapatkan tugas (seperti membantu orang tua) pada saat subjek sedang bermain game online, apa yang akan subjek lakukan? |
| * Mudah menerima dan terbuka terhadap gagasan, pendekatan dan informasi-informasi baru | 1. Apa yang akan dilakukan subjek setelah menerima nasihat untuk mengurangi bermain game online, **dan disarankan untuk mengalihkan pada kegiatan yang lebih positif**? |
| 3 | Motivasi diri | * Dorongan untuk berprestasi atau tidak cepat puas | 1. **Apa motivasi hidup subjek?** 2. **Apakah subjek yakin untuk bisa mencapai tujuannya?** 3. **Untuk mencapai tujuan hidupnya, apakah perlu untuk mengurangi intensitas bermain game?** 4. Pernakah mencoba untuk mengatasi keinginan untuk terus bermain game online secara terus menerus? |
| * Kekuatan untuk berfikir positif dan optimis | 1. **pernahkah subjek mengalami kegagalan dalam mencapai harapan tertentu? kalau pernah, bagaimana meresponnya?** 2. Apa yang subjek rasakan jika gagal dalam mengurangi waktu bermain game online? 3. **apakah punya rencana khusus untuk untuk memperbaiki kehidupan masa depan? jelaskan?** |
| 4 | Empati | * Mampu menerima sudut pandang dari orang lain | 1. Apa yang akan subjek lakukan apabila terdapat perbedaan pendapat dengan orang lain mengenai game online? |
| * Peka terhadap perasaan orang lain | 1. Apa yang subjek lakukan jika ada orang lain meminta bantuan saat subjek masih bermain game online? |
| 5 | Keterampilan sosial | * Dapat memberikan pesan dengan jelas dan meyakinkan orang lain | 1. Apakah subjek lebih senang menyendiri untuk bermain game online atau bermain dengan teman sebaya? |
| * Dapat membangkitkan inspirasi kelompok dan orang lain | 1. Apakah dengan bermain game online dapat menambah relasi bagi subjek di sekolah maupun di rumah? |