

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital yang sangat pesat di era modern telah memberikan dampak signifikan terhadap kehidupan sosial dan emosional khususnya Generasi Alpha adalah generasi yang sepenuhnya digital tumbuh di era digital (McCrindle, 2020). Mereka mengakses informasi, bermain, belajar, serta berinteraksi sosial melalui perangkat digital sejak usia dini.

Paparan digital tersebut beririsan dengan perkembangan sosial-emosional. Penelitian Piccerillo dkk. (2025) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial pada kelompok usia 10–15 tahun berkaitan dengan empati, pengaturan emosi, dan kecenderungan kecanduan digital. Perry (2022) juga menjelaskan bahwa Generasi Alpha memiliki intensitas tinggi dalam berbagi emosi melalui platform digital, yang dapat memengaruhi perkembangan kemampuan sosial-emosional. Karena itu, penguatan aspek-aspek sosial-emosional pada fase remaja awal menjadi semakin relevan untuk dikaji.

Pada usia SMP (12–15 tahun), perkembangan sosial-emosional siswa sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi sehari-hari. Dalam konteks ini, komunikasi interpersonal berperan sebagai sarana siswa mengekspresikan pikiran dan perasaan, memahami orang lain, serta membangun relasi yang sehat, sedangkan kecerdasan emosional merefleksikan kemampuan mengenali dan mengelola emosi diri sekaligus merespons emosi orang lain secara adaptif. Namun, tingginya intensitas penggunaan gawai pada remaja awal membuat sebagian interaksi berpindah ke ruang digital, yang berpotensi mengurangi pembelajaran sosial melalui komunikasi tatap muka, termasuk pemahaman isyarat nonverbal seperti intonasi, ekspresi, dan bahasa tubuh. Kondisi tersebut dapat meningkatkan peluang terjadinya miskomunikasi, konflik pertemanan, respons emosional impulsif, atau kecenderungan menarik diri ketika keterampilan komunikasi belum berkembang optimal, sehingga kajian yang menelaah keterkaitan komunikasi interpersonal dan kematangan emosi pada remaja awal menjadi relevan.

Komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran informasi, perasaan, dan gagasan secara verbal maupun nonverbal untuk membangun hubungan yang sehat dan produktif. Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berkaitan erat dengan kualitas komunikasi interpersonal. Suprayogi dan Andestia (2023) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif sangat bergantung pada tingkat kecerdasan emosional individu; siswa dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi cenderung mampu berinteraksi secara positif, menjaga keseimbangan emosi, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Temuan ini sejalan dengan Maharani dan Rusmawati (2021) yang juga menemukan adanya hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dan kemampuan komunikasi interpersonal pada remaja, yang menunjukkan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang baik lebih mampu menjaga hubungan sosial yang harmonis.

Kecerdasan emosional (EI) sendiri mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, mengelola, dan mengatur emosi diri sendiri serta orang lain. Beberapa penelitian, seperti yang dilakukan oleh Alghorbany (2020) dan Chamizo-Nieto dkk. (2021), menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mempengaruhi kualitas interaksi sosial dan prestasi akademik. Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi lebih mampu mengelola kecemasan, konflik, dan stres, yang pada gilirannya meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mereka.

Generasi Alpha tumbuh dalam lingkungan yang sangat lekat dengan teknologi digital, sehingga pola komunikasi dan pengalaman sosialnya cenderung cepat, dinamis, dan beragam konteks (tatap muka maupun digital). Dalam kondisi tersebut, pembahasan kecerdasan emosional

Generasi Alpha menjadi penting karena kecerdasan emosional bukan hanya kemampuan “mengelola emosi”, tetapi kemampuan memproses informasi emosi dan menggunakannya dalam penalaran serta perilaku sehari-hari; model Mayer–Salovey menjelaskan kecerdasan emosional melalui kemampuan mengenali emosi, menggunakan emosi untuk mendukung berpikir, memahami emosi, dan mengelola emosi diri maupun orang lain (Encyclopedia Britannica, n.d.).

Pada Generasi Alpha usia SMP, karakteristik kecerdasan emosional dapat terlihat dari kemampuan siswa mengenali emosi diri, mengendalikan impuls/reaksi emosi, menunjukkan empati dan memahami perspektif orang lain, serta membangun relasi yang sehat melalui komunikasi dan kerja sama. Kerangka kompetensi sosial-emosional ini membantu memotret wujud kecerdasan emosional dalam perilaku sehari-hari—misalnya cara siswa merespons konflik pertemanan, menerima umpan balik, menahan emosi saat berbeda pendapat, dan menjaga kualitas hubungan sosial.(CASEL,2020)

Urgensi kajian ini semakin menguat seiring meningkatnya keterhubungan digital yang mengubah pola komunikasi generasi muda, di mana interaksi semakin sering berlangsung melalui ruang virtual dibandingkan tatap muka. Laporan *Digital 2025* yang dipublikasikan melalui DataReportal melaporkan bahwa jumlah pengguna internet global telah mencapai 5,35 miliar pengguna (Kemp, 2025). Dalam konteks Indonesia, laporan tersebut mencatat bahwa 74,6% penduduk telah terhubung dengan internet, dengan 356 juta koneksi seluler aktif atau setara 125% dari total populasi. Persentase koneksi seluler yang melebihi 100% mengindikasikan bahwa sebagian individu memiliki lebih dari satu koneksi (misalnya lebih dari satu kartu SIM atau lebih dari satu perangkat) (Kemp, 2025). Selain itu, rata-rata waktu penggunaan perangkat mobile di Indonesia dilaporkan mencapai 6,05 jam per hari (detikcom, 2024). Tingginya intensitas penggunaan internet dan perangkat mobile tersebut menunjukkan bahwa ruang digital menjadi bagian dominan dalam keseharian remaja, sehingga berpotensi memengaruhi kebiasaan komunikasi interpersonal dan dinamika pengelolaan emosi, terutama pada fase remaja awal.

Fenomena ini semakin relevan dalam konteks Generasi Alpha, yang berinteraksi di lingkungan digital dan sosial yang sangat berbeda dengan generasi sebelumnya. Intensitas komunikasi berbasis digital, paparan informasi emosional, dan keterbatasan interaksi tatap muka dapat berdampak pada perkembangan EI maupun kemampuan komunikasi interpersonal anak. Walaupun sebagian penelitian menempatkan kecerdasan emosional sebagai faktor yang berkaitan dengan kualitas komunikasi interpersonal (Maharani & Rusmawati, 2021; Suprayogi & Andestia, 2023), penelitian ini secara tegas memosisikan komunikasi interpersonal sebagai variabel yang memengaruhi kecerdasan emosional. Secara teoritis, komunikasi interpersonal yang sehat menyediakan “ruang latihan” bagi siswa untuk belajar mengenali emosi melalui umpan balik sosial, mengendalikan respons, berempati, serta membangun keterampilan sosial dalam interaksi nyata (DeVito, 2013). Melalui interaksi yang berulang—baik dengan teman sebaya, guru, maupun keluarga—siswa dapat mengembangkan kemampuan memahami perasaan diri dan orang lain, mengelola konflik, serta menumbuhkan empati; seluruhnya merupakan komponen utama kecerdasan emosional (Goleman, 2005). Dengan demikian, komunikasi interpersonal dipandang bukan sekadar pertukaran pesan, melainkan mekanisme pembelajaran sosial yang berkontribusi pada pembentukan kecerdasan emosional.

Konteks lokal penelitian juga memperkuat relevansi kajian ini. Kota Makassar merupakan kota metropolitan terbesar di kawasan timur Indonesia, bersifat multikultural, dan memiliki nilai budaya Bugis–Makassar seperti *siri'* dan *pacce* yang menekankan kehormatan serta empati dalam relasi sosial. Selain itu, data pendidikan menunjukkan kapasitas pendidikan SMP yang besar.

Berdasarkan data Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, terdapat 223 sekolah SMP dengan jumlah 59.796 siswa di Kota Makassar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, 2025 .Kondisi urban yang dinamis, heterogen, serta paparan teknologi yang tinggi menjadikan Makassar relevan untuk mengkaji dinamika komunikasi interpersonal dan perkembangan emosi pada siswa SMP.

Dalam beberapa tahun terakhir, berbagai penelitian telah menyoroti keterkaitan komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional (emotional intelligence/EI) pada kelompok usia muda, namun fokus kajian masih didominasi remaja dan dewasa sehingga perhatian pada generasi yang lebih muda, khususnya Generasi Alpha, relatif terbatas. Penelitian Suprayogi dan Andestia (2023) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal pada siswa SMA, tetapi temuan ini tidak dapat langsung digeneralisasi pada Generasi Alpha yang lebih muda karena perbedaan tahap perkembangan psikososial dan karakteristik lingkungan tumbuh kembangnya. Sementara itu, Guo dkk. (2024) menegaskan bahwa kecerdasan emosional berperan penting dalam mengatasi kecemasan sosial yang pada gilirannya meningkatkan keterampilan komunikasi remaja. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa EI dan kualitas interaksi sosial saling terkait, tetapi masih menyisakan kebutuhan untuk memahami dinamika yang lebih spesifik pada Generasi Alpha yang belum sepenuhnya memasuki masa remaja.

Riset lain menambahkan perspektif bahwa pembentukan EI juga berkaitan dengan keyakinan dan cara individu memaknai emosi. Gómez-Leal dkk. (2024) menemukan hubungan antara teori implisit tentang emosi, kecerdasan emosional, dan perilaku agresif pada individu muda; individu dengan teori implisit emosi yang lebih tinggi cenderung menunjukkan agresi lebih rendah dan kecerdasan emosional lebih tinggi, serta kecerdasan emosional dapat berperan sebagai mediator dalam hubungan antara keyakinan tentang emosi dan perilaku agresif. Temuan ini relevan bagi Generasi Alpha yang terpapar konten digital secara intensif karena keyakinan mengenai emosi dan cara mengekspresikannya berpotensi terbentuk melalui pengalaman sosial sehari-hari, termasuk pengalaman berkomunikasi. Selain itu, Piccerillo dkk. (2025) melaporkan bahwa penggunaan media sosial pada pre-remaja (usia 10–15 tahun) berhubungan dengan kecanduan digital, internalisasi ideal penampilan sosial, serta penurunan kecerdasan emosional. Namun, studi tersebut tidak membahas bagaimana komunikasi interpersonal dalam kehidupan nyata dapat berperan sebagai faktor protektif atau penyeimbang yang membantu menjaga kualitas pengelolaan emosi di tengah paparan digital.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berperan dalam membentuk kualitas hubungan interpersonal dan kesejahteraan psikologis pada remaja. (Parker dkk., 2021) Selain itu, **Petrovici dan Dobrescu (2014)** menjelaskan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang lebih baik cenderung lebih mampu mengenali, memahami, dan mengatur emosi sehingga komunikasi interpersonalnya menjadi lebih efektif. **Guo dkk. (2024)** juga melaporkan bahwa kecerdasan emosional dapat berperan sebagai mediator dalam hubungan antara kecemasan sosial dan keterampilan komunikasi, yang mengindikasikan bahwa penguatan kemampuan emosional berkaitan dengan perbaikan kualitas komunikasi. Meskipun penelitian tentang komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional telah banyak dilakukan, sebagian besar kajian masih terbatas pada kelompok usia tertentu, terutama remaja SMA atau dewasa muda. Kajian yang secara khusus mengeksplorasi hubungan kedua variabel tersebut pada Generasi Alpha sebagai kelompok usia yang lebih muda masih relatif terbatas, padahal generasi ini tumbuh dalam lingkungan yang semakin dipengaruhi teknologi digital. Keterbatasan ini

menunjukkan bahwa temuan pada kelompok usia yang lebih tua belum cukup untuk menjelaskan dinamika komunikasi dan perkembangan emosi pada Generasi Alpha.

Kesenjangan penelitian menjadi semakin jelas ketika dikaitkan dengan konteks lokal, khususnya Kota Makassar sebagai salah satu kota metropolitan di kawasan timur Indonesia yang memiliki keragaman sosial-budaya. Karakter masyarakat perkotaan yang heterogen, mobilitas sosial yang tinggi, serta perubahan pola interaksi akibat paparan teknologi memungkinkan munculnya dinamika komunikasi yang khas pada siswa usia SMP. Namun, kajian yang secara spesifik menelaah antara komunikasi interpersonal dan perkembangan sosial-emosional pada Generasi Alpha dalam konteks Makassar masih belum banyak ditemukan. Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya kekosongan kajian dari sisi subjek Generasi Alpha dan konteks Makassar, sehingga diperlukan penelitian yang lebih terarah agar pemahaman mengenai dinamika komunikasi dan emosi pada generasi ini dapat dijelaskan secara lebih sesuai dengan kondisi lokal.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan dasar empiris terkait penguatan komunikasi interpersonal sebagai salah satu faktor yang dapat mendukung perkembangan kecerdasan emosional siswa Generasi Alpha. Penelitian ini secara spesifik menguji pengaruh komunikasi interpersonal terhadap kecerdasan emosional pada siswa Generasi Alpha di Kota Makassar. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan berkontribusi pada pengembangan kajian Ilmu Komunikasi, khususnya dalam ranah komunikasi interpersonal dan komunikasi dalam konteks pendidikan, serta memberi masukan praktis bagi sekolah dan keluarga dalam pembinaan komunikasi dan pengelolaan emosi remaja awal di era digital. Kesenjangan ini menjadi usaha sekaligus kesempatan bagi penulis untuk berkontribusi melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Generasi Alpha di Kota Makassar”.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana Tingkat Komunikasi interpersonal Generasi Alpha di Kota Makassar?
2. Bagaimana Tingkat Kecerdasan Emosional Generasi Alpha di Kota Makassar?
3. Bagaimana Pengaruh Komunikasi Interpersonal terhadap Kecerdasan Emosional Generasi Alpha di Kota Makassar?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk menganalisis tingkat komunikasi interpersonal Generasi Alpha di Kota Makassar.
2. Untuk menganalisis tingkat kecerdasan emosional Generasi Alpha di Kota Makassar.
3. Untuk menganalisis pengaruh komunikasi interpersonal terhadap kecerdasan emosional Generasi Alpha di Kota Makassar.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengeksplorasi lebih dalam mengenai kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal, baik di kalangan Generasi Alpha maupun kelompok usia lainnya.
2. Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional. Dengan memahami hubungan antara

komunikasi interpersonal, dan kecerdasan emosional, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pendidik dan pengelola sekolah tentang pentingnya edukasi komunikasi interpersonal dalam meningkatkan keterampilan komunikasi siswa.
2. Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi pembuat kebijakan dalam merumuskan kebijakan pendidikan yang lebih responsif terhadap kebutuhan siswa. Dengan memahami pentingnya komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional, kebijakan pendidikan dapat diarahkan untuk mendukung pengembangan keterampilan sosial siswa.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Konsep

2.1.1 Komunikasi Interpersonal

A. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal menurut Devito (1989) dalam bukunya *Interpersonal Communication* memiliki pengertian bahwa Proses pengiriman dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau diantara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika, Komunikasi yang terjadi karena interaksi antar pribadi yang mempengaruhi individu lain dalam cara tertentu, Interaksi verbal dan nonverbal antara dua atau lebih orang yang saling berpengaruh satu sama lain.

Kata interpersonal terdiri dari kata “inter” yang berarti “antara” dan “personal” berasal dari kata “person yang berarti “orang”. Sehingga secara harfiah, komunikasi interpersonal dapat diartikan sebagai proses penyampaian pesan antar orang atau antar pribadi. Menurut Deddy Mulyana (dalam Aesthetika, 2018) mengatakan bahwa komunikasi interpersonal sebagai komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap setiap reaksi secara langsung baik verbal maupun nonverbal. Menurut Lawrence Kincaid, komunikasi interpersonal adalah proses di mana dua orang atau lebih saling bertukar informasi, yang pada akhirnya menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam di antara mereka (Purwanti dkk., 2022).

Seiring bertambahnya jumlah orang yang terlibat dalam komunikasi, persepsi terhadap peristiwa komunikasi akan semakin beragam, sehingga meningkatkan kompleksitas komunikasi tersebut. Dengan demikian, komunikasi interpersonal berfungsi untuk membangun hubungan dengan orang lain (Mustofa & Wuryan, 2020). Sedangkan menurut Devito Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi antara dua orang atau antara kelompok kecil (Arlinda & Sovitriana, 2024).

Secara terminologi, komunikasi interpersonal dapat dipahami sebagai suatu komunikasi antar individu satu dengan yang lainnya yang mana individu-individu tersebut secara fisik melakukan proses interaksi dan saling memberikan feedback secara bergantian (Rahmatiya, 2024). Komunikasi interpersonal atau komunikasi antarpribadi bisa kita gunakan untuk beberapa tujuan, seperti mengenal diri sendiri dan orang lain, mengetahui dunia luar, menciptakan dan memelihara hubungan, mengubah sikap dan perilaku, bermain dan mencari hiburan serta membantu orang lain (Sarmiati, 2019).

B. Aspek dan Kegunaan Komunikasi Interpersonal

- 1) Keterbukaan, merupakan hal penting dalam berkomunikasi. Keterbukaan yang dimaksud adalah ketersediaan untuk mengakui perasaan dan pikiran sebagai milik setiap orang dan harus bertanggung jawab atasnya. Keterbukaan adalah dasar dari komunikasi yang jujur dan transparan. Dalam konteks penelitian ini, keterbukaan memungkinkan anak-anak Generasi Alpha di Kota Makassar untuk berbagi perasaan dan pikiran mereka tanpa rasa takut atau penilaian. Kemampuan untuk mengakui perasaan dan pikiran sebagai milik masing-masing membantu anak-anak mengembangkan kecerdasan emosional, terutama dalam kesadaran diri (*self-awareness*). Dengan adanya keterbukaan, anak-anak lebih mampu mengenali dan mengelola emosi mereka, yang penting untuk

- membangun hubungan yang sehat dan berfungsi dalam lingkungan sosial mereka.
- 2) Empati, merupakan kemampuan seseorang untuk mengetahui hal yang sedang dialami oleh orang lain pada suatu saat tertentu, dari sudut pandang orang lain, melalui kacamata orang lain. Berempati adalah merasakan sesuatu seperti yang mengalaminya. Empati sangat penting dalam komunikasi interpersonal karena memungkinkan seseorang untuk benar-benar merasakan dan memahami pengalaman orang lain. Dengan berempati, individu dapat merespons dengan cara yang lebih sensitif dan penuh pengertian terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain. Keterampilan empati meningkatkan kedekatan emosional dan menciptakan ikatan yang lebih kuat dalam hubungan interpersonal, karena orang merasa bahwa perasaan mereka dihargai dan dipahami. Ini juga mengurangi potensi konflik dan meningkatkan kerjasama antara pihak-pihak yang terlibat dalam komunikasi.
 - 3) Dukungan, dimaksudkan suatu sikap yang menunjukkan perasaan mendukung terhadap suatu hal. Dukungan dalam komunikasi interpersonal menunjukkan sikap yang positif dan memberi semangat terhadap orang lain. Ketika seseorang merasa didukung dalam berkomunikasi, baik secara emosional maupun praktis, mereka cenderung merasa lebih percaya diri dan dihargai. Dukungan juga memperkuat hubungan karena individu merasa lebih termotivasi untuk berbagi perasaan dan ide mereka tanpa takut mendapat penolakan. Ini penting dalam mempererat hubungan antara teman, keluarga, atau rekan kerja karena menciptakan lingkungan yang aman dan penuh kepercayaan.
 - 4) Sikap Positif, Komunikasi interpersonal terbina jika orang memiliki sikap positif terhadap mereka sendiri dan perasaan positif untuk situasi komunikasi yang pada umumnya sangat penting untuk interaksi yang efektif. Memiliki sikap positif dalam komunikasi interpersonal membuat interaksi lebih menyenangkan dan efektif. Orang yang memiliki sikap positif cenderung terbuka, ramah, dan optimis, yang dapat mempengaruhi suasana komunikasi dan mendorong keberhasilan dalam interaksi. Sikap positif juga membuat orang merasa lebih nyaman dalam berbicara dan mendengarkan, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas percakapan dan hubungan. Dalam komunikasi yang penuh dengan sikap positif, baik verbal maupun non-verbal, individu cenderung lebih fleksibel dan mudah beradaptasi dengan situasi yang ada.
 - 5) Kesetaraan, Komunikasi interpersonal akan efektif bila dalam suasanaanya ada kesetaraan. Artinya harus ada pengakuan secara diam- diam bahwa keduanya sama-sama bernilai dan berharga, kedua belah pihak memiliki sesuatu yang bernilai untuk dihubungkan (Arlinda & Sovitriana, 2024). Kesetaraan dalam komunikasi interpersonal menciptakan suasana yang saling menghargai antara kedua belah pihak. Ketika kedua pihak merasa bahwa mereka memiliki nilai yang setara, ini membuka jalan untuk dialog yang lebih adil dan tanpa dominasi. Kesetaraan juga mengurangi potensi ketegangan atau ketidaksetaraan yang dapat merusak komunikasi, serta meningkatkan rasa hormat dan penghargaan dalam hubungan. Dalam situasi yang setara, kedua belah pihak merasa lebih nyaman untuk berbagi pandangan dan pendapat mereka tanpa rasa takut atau tertekan, yang membuat komunikasi lebih terbuka dan efisien.

2.1.2 Kecerdasan Emosional

A. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional menurut Goleman adalah kemampuan memahami perasaan orang lain, kemudian memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi yang baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain (Goleman, 2003). Hal senada diungkap Weisinger dalam Masaong dan Tilomi bahwa kecerdasan emosional adalah suatu instrumen kecerdasan untuk menyelesaikan masalah dengan orang lain, baik keluarga, teman, sahabat, dan relasi kerja (Arfan & Masaong, 2011).

Agustian mengemukakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mendengar bisikan emosional dan menjadikan sebagai sumber informasi maha penting untuk memahami diri sendiri dan orang lain demi mencapai sebuah tujuan (Agustian, 2001). Cooper dan Sawaf dalam Masaong dan Tilomi menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh memanusiaawi.

Kecerdasan emosional sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena dapat memengaruhi kesuksesan seseorang dalam berbagai aspek kehidupan, seperti hubungan sosial, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Dengan kemampuan kecerdasan emosional yang baik, seseorang dapat lebih mudah mengatasi tantangan dan stres dalam hidup, membangun hubungan positif dengan orang lain, dan mencapai tujuan hidup yang diinginkan. Kecerdasan emosional memiliki lima komponen menurut Goleman. Lima komponen tersebut yaitu kesadaran diri, pengaturan diri sendiri, motivasi, empati dan keterampilan sosial. Kesadaran diri yaitu perasaan mengenali diri sendiri, pengaturan diri yaitu kemampuan mengelola emosi, motivasi yaitu kemampuan dalam mendorong semangat kerja yang tinggi, empati yaitu kemampuan mengenali perasaan orang lain, dan keterampilan sosial yaitu kemampuan berinteraksi dengan orang lain (Wulandari dkk., 2021).

Ada dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional antara lain yang berasal dari dalam individu yaitu dari kesehatan fisik yang dapat mempengaruhi kesehatan psikologis, dari faktor luar individu diantaranya pandangan yang dimiliki individu, kondisi lingkungan dan hubungan social (Ferdiana & Yuwono, 2023).

Bar-On mengemukakan bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan dalam mengelola emosi, mengatur diri, serta kemampuan sosial yang saling berhubungan untuk menghadapi tekanan sehari-hari. Menurut Bar-On ada beberapa dimensi dari kecerdasan emosional yaitu intrapersonal, Interpersonal, penyesuaian diri, penanganan stress serta suasana hati umum (Utami & Novitasari, 2022).

Salovey dan Mayer menjelaskan bahwa individu dapat mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi mereka sendiri serta emosi orang lain dengan cara yang efektif. Terdapat empat keterampilan utama dalam kecerdasan emosional: pertama, persepsi emosi, yang merupakan kemampuan untuk mengenali emosi dalam diri sendiri dan orang lain; kedua, penggunaan emosi untuk memperbaiki pemikiran, yaitu memanfaatkan emosi dalam pengambilan keputusan dan pemecahan masalah; ketiga, pemahaman emosi, yang mencakup kemampuan untuk memahami kompleksitas emosi; dan keempat, pengaturan emosi, yang melibatkan pengelolaan emosi dengan cara yang sehat dan efektif (Doho dkk., 2023).

Sedangkan menurut Utsman Najati kecerdasan emosional berfungsi sebagai dasar penting dalam mencapai tujuan hidup. Dalam pandangannya, pengendalian diri dan dimensi spiritual serta sosial merupakan dua elemen kunci dalam pengembangan kecerdasan emosional.

Individu yang berhasil mengelola emosi dan perilaku mereka cenderung menjadi pribadi yang lebih matang, serta dapat membangun hubungan sosial yang sehat. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dan sosial, penguasaan kecerdasan emosional tidak hanya memperkaya pengalaman pribadi, tetapi juga berkontribusi terhadap keshalehan sosial dan interaksi yang harmonis dengan sesama (Ramadhani & Khotimah, 2023).

Berdasarkan pendapat dari berbagai para ahli, mulai dari Daniel Goleman hingga Utsman Najati, menekankan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya melibatkan kemampuan individu dalam pengenalan, pengelolaan, serta pemahaman emosi melainkan juga mempertimbangkan aspek spiritual dan sosial. Kecerdasan ini bersifat dinamis, berkembang seiring waktu, dan dapat dipengaruhi oleh lingkungan. Dengan mengembangkan kecerdasan emosional yang holistik, individu tidak hanya dapat meningkatkan kualitas hidup mereka, tetapi juga dapat berkontribusi pada masyarakat yang lebih harmonis dan penuh empati.

B. Aspek dan Kegunaan Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2005) kecerdasan emosional merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda tetapi saling melengkapi dengan kecerdasan akademik (*academic intelligence*), yaitu kemampuan-kemampuan kognitif murni yang diukur dengan IQ. Adapun factor-faktor dari kecerdasan emosi menurut Goleman antara lain yaitu kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Goleman (2005) mengemukakan bahwa secara general Emotional Quotient dapat dibagi menjadi 2, yaitu kecakapan pribadi dan kecakapan sosial. Kecakapan pribadi adalah kecakapan yang menentukan bagaimana kita mengelola diri sendiri yang terdiri atas kesadaran diri (*Self-Awareness*) dan control diri (*Self-Management*). Sedangkan kecakapan sosial adalah kecakapan yang menentukan bagaimana kita menangani suatu hubungan yang terdiri dari empati, motivasi diri dan keterampilan sosial. Sehingga secara lebih spesifik aspek kecerdasan emosi (*Emotional Quotient*) dapat dijelaskan dengan sebagai berikut:

1) Kesadaran diri (*Self-Awareness*)

Kesadaran diri menurut Goleman memungkinkan pikiran rasional memberikan informasi penting untuk menyingkirkan suasana hati yang tidak menyenangkan. Pada saat yang sama, kesadaran diri dapat membantu mengelola diri sendiri dan hubungan antar personal serta menyadari emosi dan pikiran sendiri. Semakin tinggi kesadaran diri, semakin pandai dalam menangani perilaku negative diri sendiri. Mengenali emosi atau kesadaran diri terhadap emosi ini merupakan dasar kecerdasan emosi.

Kegunaan kesadaran diri terletak pada kemampuan individu untuk mengenali dan memahami emosi mereka sendiri. Dengan tingkat kesadaran diri yang tinggi, seseorang dapat mengidentifikasi perasaan yang muncul dalam berbagai situasi, memungkinkan mereka untuk bereaksi dengan cara yang lebih bijaksana dan terukur. Hal ini juga membantu dalam pengambilan keputusan, karena individu yang sadar akan emosi mereka cenderung tidak terpengaruh oleh reaksi impulsif. Selain itu, kesadaran diri mendukung perkembangan pribadi, karena individu dapat mengevaluasi kekuatan dan kelemahan mereka serta menetapkan tujuan yang realistis untuk pertumbuhan pribadi.

2) Control diri (*Self-Control*)

Control diri menurut Goleman yaitu, menangani emosi sendiri agar berdampak positif bagi pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikamatan sebelum tercapainya suatu tujuan serta mampu menetralkan emosi (Goleman 2005). Orang yang memiliki kecerdasan emosional menurut Goleman adalah orang yang mampu menguasai, mengelola dan mengarahkan emosinya dengan baik. Pengendalian emosi tidak hanya berarti meredakan rasa tertekan atau menahan emosi melainkan juga bisa berarti mengontrol suatu emosi termasuk emosi yang tidak menyenangkan.

Pentingnya pengelolaan emosi sangat krusial dalam menghadapi stres dan tantangan. Individu yang mampu mengelola emosi dengan efektif dapat menjaga ketenangan dan fokus dalam situasi sulit. Mereka tidak hanya menghindari reaksi emosional yang berlebihan, tetapi juga memanfaatkan emosi sebagai sumber motivasi untuk mencapai tujuan mereka. Keterampilan ini sangat berharga di tempat kerja, di mana tekanan seringkali muncul. Dengan pengelolaan emosi yang efektif, individu dapat meningkatkan produktivitas dan menciptakan lingkungan kerja yang lebih positif.

3) Kemampuan Memotivasi diri (*Self-Motivation*)

Kemampuan motivasi menurut Goleman adalah memanfaatkan emosi sehingga dapat mendukung kesuksesan seseorang. Dalam hal ini berarti bahwa emosi dan motivasi merupakan dua hal yang berkaitan erat dan sama-sama berarti menggerakkan. Motivasi menggerakkan non-verbal seperti suara, ekspresi wajah, gerak-gerik, dan lain-lain. Kemampuan mengindra, memahami dan membaca perasaan atau emosi orang lain melalui pesan-pesan non-verbal ini merupakan inti dari empati (Goleman 2005).

Kegunaan motivasi diri terletak pada kemampuan individu untuk mendorong diri sendiri guna mencapai tujuan mereka. Individu dengan motivasi diri yang tinggi cenderung lebih berkomitmen terhadap tujuan mereka dan mampu bertahan meskipun menghadapi rintangan. Mereka tidak hanya mencari kepuasan instan, tetapi juga mampu menunda kepuasan demi mencapai hasil jangka panjang. Keterampilan ini sangat penting dalam konteks profesional, di mana mencapai tujuan seringkali membutuhkan usaha dan ketekunan. Dengan motivasi diri yang kuat, individu dapat meningkatkan kinerja mereka dan mencapai hasil yang lebih baik.

4) Keterampilan sosial (*Social-Skill*)

Keterampilan sosial menurut Goleman adalah kemampuan untuk mengendalikan dan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, pandai membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, memahami dan bertindak bijaksana dalam hubungan antar manusia (Goleman 2005). Singkatnya keterampilan sosial adalah seni mempengaruhi orang lain.

Kegunaan keterampilan sosial mencakup kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif. Individu yang memiliki keterampilan sosial yang baik dapat berkomunikasi dengan jelas, membina hubungan yang positif, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif. Keterampilan ini sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, baik di lingkungan pribadi maupun profesional. Dalam dunia kerja, keterampilan sosial yang baik dapat meningkatkan kerja sama tim dan menciptakan suasana kerja yang produktif. Selain itu, individu dengan keterampilan sosial yang tinggi cenderung lebih mampu membangun jaringan yang luas, yang dapat membuka peluang baru dalam karier mereka.

5) Empati

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan emosi orang lain. Individu yang memiliki empati yang tinggi dapat menjalin hubungan yang lebih baik dengan orang lain,

karena mereka mampu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain dan menunjukkan kepedulian terhadap perasaan mereka. Keterampilan ini sangat penting dalam interaksi sosial dan profesional, karena empati membantu dalam membangun kepercayaan dan kolaborasi. Dalam konteks kepemimpinan, pemimpin yang empatik dapat lebih memahami kebutuhan dan kekhawatiran tim mereka, sehingga dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih inklusif dan mendukung.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kecerdasan emosi meliputi kesadaran diri, control diri, motivasi diri, empati dan keterampilan social. Sedangkan untuk dapat mengembangkan kecerdasan emosional pada remaja atau siswa perlu dilakukan kegiatan-kegiatan, diantaranya belajar mengembangkan kesadaran diri, belajar mengambil keputusan sendiri, belajar mengelola perasaan, belajar menangani stress, belajar berempati, belajar berkomunikasi, belajar membuka diri (terbuka) kepada orang lain, belajar mengembangkan pemahaman, belajar menerima diri sendiri, belajar mengembangkan tanggung jawab pribadi, belajar mengembangkan ketegasan, mempelajari dinamika berkelompok, dan belajar menyelesaikan konflik. Dan untuk dapat meningkatkan kecerdasan emosional tersebut terdapat tiga langkah utama yang harus dilakukan yaitu, membuka hati, menjelajahi dataran emosi, dan mengambil tanggung jawab.

2.1.3 Generasi Alpha

Generasi adalah kelompok orang yang lahir dalam rentang waktu tertentu dan mengalami kondisi sosial, ekonomi, serta budaya yang serupa selama masa pertumbuhan mereka. Setiap generasi memiliki karakteristik, nilai, dan perilaku yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup, perkembangan teknologi, serta perubahan sosial pada masa mereka. Istilah-istilah seperti *Baby Boomers*, Gen X, Gen Y (*Millennials*), Gen Z, dan Generasi Alpha digunakan untuk mengelompokkan individu berdasarkan periode kelahiran mereka, dengan setiap generasi memiliki ciri khas yang berbeda, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti lingkungan, perkembangan sosial, dan peran orang tua.

Generasi pertama adalah Generasi *Baby Boomers* mencakup individu yang lahir antara tahun 1946 hingga 1964, tepat setelah Perang Dunia II berakhir. Nama "*Baby Boomers*" merujuk pada fenomena ledakan kelahiran pasca perang, di mana tingkat kelahiran meningkat pesat, terutama di negara-negara maju. Generasi ini tumbuh dalam periode stabilitas ekonomi dan politik yang relatif, serta menyaksikan kemajuan besar dalam bidang teknologi dan social. Setelah ledakan kelahiran pada *Baby Boomers*, generasi X lahir dalam periode di mana tingkat kelahiran menurun secara signifikan. Mereka tumbuh di dunia yang mulai beralih dari masyarakat yang sangat tradisional menuju masyarakat yang lebih terbuka dan plural. Generasi ini tumbuh dengan munculnya teknologi baru seperti komputer pribadi, televisi kabel, dan video games.

Generasi Y atau *Millennials* tumbuh di tengah-tengah peralihan besar dalam dunia teknologi dan informasi. Mereka adalah generasi yang mengalami revolusi digital pertama kali, dengan munculnya internet, komputer pribadi yang lebih terjangkau, dan media sosial. Generasi ini juga menyaksikan pergeseran dari kehidupan yang lebih analog menuju kehidupan digital. Generasi Z lahir di era digital yang lebih maju. Mereka tidak hanya mengenal internet, tetapi juga tumbuh bersama ponsel pintar, media sosial, dan teknologi canggih lainnya. Sebagai *digital natives*, mereka sangat terbiasa dengan penggunaan teknologi dalam kehidupan sehari-hari, baik untuk pendidikan, hiburan, hingga komunikasi sosial. Generasi Alpha adalah generasi termuda yang baru saja lahir, dengan masa pertumbuhannya terjadi dalam dunia yang sangat terhubung dan

berbasis teknologi. Mereka tumbuh di tengah kemajuan teknologi yang sangat cepat, seperti kecerdasan buatan, robotika, dan *Internet of Things* (IoT). Anak-anak Generasi Alpha sering kali memiliki akses ke teknologi canggih sejak usia dini, dan banyak dari mereka yang sudah terbiasa dengan ponsel pintar, tablet, dan perangkat digital lainnya sebelum mereka bisa berbicara dengan lancar.

Mark McCrindle, seorang peneliti sosial, futuris, dan demografis asal Australia, adalah orang pertama yang mengusulkan istilah "*Generasi Alpha*". Nama ini menandakan hal yang baru dan bukan kembalinya atau tetap berada di masa lalu. Mereka lahir mulai tahun 2011 hingga 2024, yang berarti sebagian besar dari mereka saat ini masih berada di usia sekolah. Siswa Generasi Alpha sejak usia sangat muda telah terpapar pada pemasaran, teknologi, perjalanan, dan prioritas orang tua mereka yang merupakan generasi milenial. Generasi muda ini memiliki akses yang lebih besar terhadap teknologi, informasi, dan pengaruh eksternal dibandingkan generasi sebelumnya (McCrindle & Fell, 2020). Akibatnya, generasi ini akan sangat terpengaruh oleh permainan berbasis aplikasi, waktu layar yang lebih lama, rentang perhatian yang lebih pendek, serta kurangnya literasi digital yang dipadukan dengan kurangnya pembentukan sosial (McCrindle & Fell, 2020)

Generasi Alpha sangat berbeda dari generasi sebelumnya, terutama karena realitas mereka dan semua aspek kehidupan telah didominasi oleh teknologi. Generasi Alpha tumbuh dalam masa perubahan yang belum pernah terjadi sebelumnya dan inovasi teknologi yang cepat, dan mereka menjadi bagian dari eksperimen global yang tidak disengaja di mana layar telah ditempatkan di depan mereka sebagai alat penghibur, hiburan, dan alat bantu pendidikan sejak mereka masih sangat kecil. (McCrindle & Fell, 2020). Generasi Alpha telah diberi label sebagai generasi kaca, screenagers, digital natives, dan generasi terhubung atau terhubung karena hubungan mereka yang jelas dengan teknologi dan inovasi teknologi (Tootell dkk., 2014). Kelahiran mereka di dunia yang sangat terdigitalisasi memberikan mereka keunggulan dalam berinteraksi dengan perangkat utama yang kita miliki saat ini, seperti gadget genggam seperti smartphone, iPad, laptop, dan sejenisnya. Secara alami, mereka lebih cepat dan lebih mendalam dalam memahami apa yang ditawarkan teknologi dibandingkan generasi sebelumnya. Melalui interaksi sehari-hari dengan gadget mereka, mereka dapat belajar, bahkan secara mandiri, sehingga menjadi terampil dalam berinteraksi dan hidup di dunia pasca-modern ini. Generasi Alpha kemungkinan besar tidak akan membawa dompet, menggunakan plastik sekali pakai, mendengarkan radio sebagai perangkat, mengikuti ujian tertulis, atau mengatur alarm jam analog (McCrindle & Fell, 2020).

Pendidikan Generasi Alpha akan dipengaruhi secara signifikan oleh kemajuan teknologi (Romero Jr, 2017). Lahir dari orang tua yang berasal dari Generasi Milenial, mereka lebih mahir teknologi, lebih berjiwa wirausaha, dan bersedia menciptakan pekerjaan mereka sendiri (Romero Jr, 2017).

Komunikasi interpersonal memainkan peran yang sangat penting dalam membantu Generasi Alpha mengatasi tantangan sosial dan emosional yang mereka hadapi, terutama dalam hal mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik dan mengurangi dampak negatif dari ketergantungan terhadap teknologi. Salah satu cara yang efektif untuk mengatasi tantangan ini adalah dengan mendorong komunikasi tatap muka, yang dapat meningkatkan kemampuan anak untuk berempati, mendengarkan secara aktif, dan memahami perasaan orang lain.

2.2 Kajian Teori

2.2.1 Teori Johari Window

Teori pengungkapan diri atau *Self Disclosure Theory* atau sering disebut teori “*Johari Window*” atau Jendela Johari. Teori ini diciptakan oleh (Luft & Ingham, 1961). Teori ini menekankan “setiap orang bisa mengetahui dan tidak mengetahui tentang dirinya maupun orang lain”. Istilah Johari dalam sebenarnya berasal dari gabungan dua nama ahli tersebut, yaitu melukiskan diri individu ibarat sebuah ruangan berserambi empat (Floyd, 2009). Kemudian (Beebe dkk., 1996) mengemukakan *Johari Window Model* merupakan suatu model dari keterbukaan diri yang menyimpulkan bahwa kesadaran diri dipengaruhi oleh keterbukaan diri dan memperoleh informasi tentang diri dari orang lain. *Johari Window Model* mengumpamakan hubungan antar manusia digambarkan sebagai jendela yang terbagi menjadi empat bagian sebagai gambar berikut:

Gambar 2. 1 Johari Window

	Diketahui Diri	Tidak Diketahui Diri
Diketahui Orang Lain	1 Daerah Terbuka	2 Daerah Buta
Tidak Diketahui Orang Lain	3 Daerah Tersembunyi	4 Daerah Tidak Sadar

Gambar 1 nampak seperti sebuah jendela yang menggambarkan tentang diri (*self*) individu, termasuk segala hal tentang individu termasuk sesuatu yang belum dilihat atau disadari. Garis-garis dalam jendela terbagi menjadi empat bagian atau empat kuadran. Satu bagian menggambarkan hal-hal apa yang diketahui dan siapa diri sebenarnya. Bagian yang lain menggambarkan apa yang perlu diketahui orang lain dan tidak diketahui tentang diri individu. Meskipun bagian-bagian diri tersebut berukuran sama, dalam kehidupan nyata situasinya akan berbeda tergantung kedekatan hubungan individu dengan orang lain dan jumlah informasi yang dibagi. Barker (1996: 113) menyatakan bahwa “*the more information that you can bring into the open from the hidden, blind, and unknown areas, the better your interpersonal communication will be.*” Artinya, semakin banyak informasi dalam daerah terbuka daripada daerah tersembunyi, buta, dan tidakdiketahui, maka semakin baik kemampuan komunikasi interpersonal yang akan dimiliki.

Dari pengertian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *Johari Window* merupakan suatu gambaran diri seseorang dalam membangun relasi dalam bentuk jendela yang terdiri dari empat wilayah, yaitu wilayah terbuka, wilayah buta, wilayah tersembunyi, dan wilayah tidak sadar. Sedangkan, teknik *Johari Window* adalah teknik yang mengkondisikan seseorang untuk mau berinteraksi dengan orang lain dengan menerima umpan balik dan berbagi dengan apa yang

diinginkan agar seseorang mendapatkan informasi tentang dirinya, sehingga seseorang itu dapat memahami dirinya, mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya.

Dalam konteks penelitian tentang pengaruh komunikasi interpersonal terhadap kecerdasan emosional Generasi Alpha di Kota Makassar, Teori Jendela Johari dapat digunakan untuk menjelaskan bagaimana proses komunikasi interpersonal memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional pada generasi muda ini. Komunikasi interpersonal yang terbuka dan efektif akan memperluas area terbuka, yaitu area pengetahuan diri yang diketahui oleh individu dan orang lain. Semakin terbuka komunikasi antara orang tua, guru, atau teman sebaya dengan anak-anak Generasi Alpha, semakin besar kemungkinan mereka memperoleh pemahaman diri yang lebih baik, mengembangkan empati, dan meningkatkan regulasi emosi, yang merupakan komponen inti dari kecerdasan emosional. Jika komunikasi dilakukan secara efektif, umpan balik yang diterima anak-anak dapat membantu mereka mengidentifikasi titik buta—aspek diri yang tidak mereka sadari—sehingga mereka dapat memperbaiki atau mengelola emosi mereka dengan lebih efektif. Dengan demikian, penerapan Teori Jendela Johari dalam penelitian ini dapat membantu menjelaskan dinamika pengaruh komunikasi antarindividu terhadap peningkatan kecerdasan emosional pada Generasi Alpha melalui saluran komunikasi terbuka dan umpan balik konstruktif.

2.2.2 Teori Penetrasi Sosial

Teori Penetrasi Sosial pertama kali dikemukakan oleh (Altman & Taylor, 1973). Menurut Altman dan Taylor, komunikasi penting dalam mengembangkan dan memelihara hubungan interpersonal. Beberapa penelitian memang mendukung gagasan tersebut. Oleh karena itu, Teori penetrasi sosial menjelaskan peran keterbukaan diri, keintiman, dan komunikasi dalam pengembangan hubungan interpersonal.

Teori penetrasi sosial menggambarkan pengungkapan diri sebagai proses berbagi tingkat informasi yang berbeda dan bervariasi dari dangkal hingga intim. Berbagai tingkat penetrasi sosial dikonseptualisasikan dalam dua dimensi yaitu luas dan dalam. Dalam hal ini, kedalaman berkaitan dengan tingkat keintiman dalam proses penetrasi sosial yang akan menentukan kenyamanan seseorang untuk membuka diri tentang aspek tertentu dari pribadinya karena kehidupan pribadi tidak diungkapkan secara terbuka (Ernala dkk., 2018).

Teori Penetrasi Sosial menyatakan bahwa hubungan interpersonal berkembang secara bertahap melalui proses pengungkapan diri (self-disclosure) yang semakin mendalam. Pada tahap awal, komunikasi bersifat dangkal, namun seiring perkembangan hubungan, topik menjadi lebih personal dan emosional. Kedalaman hubungan sangat ditentukan oleh sejauh mana individu merasa aman dan diterima dalam interaksi interpersonal. Semakin terbuka seseorang, semakin besar pemahaman emosional yang dapat dibangun antarindividu.

Teori ini relevan dalam penelitian karena komunikasi interpersonal yang penuh keterbukaan memungkinkan Generasi Alpha untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan emosi mereka. Ketika anak berlatih mengungkapkan perasaan, memahami respons orang lain, serta menerima validasi, proses tersebut memperkuat aspek-aspek kecerdasan emosional seperti regulasi emosi, empati, dan keterampilan sosial. Teori ini menunjukkan bagaimana kualitas komunikasi interpersonal berperan langsung dalam meningkatkan pemahaman dan manajemen emosi.

2.2.3 Teori Belajar Sosial Bandura

Berdasarkan Teori Pembelajaran Sosial yang diajukan oleh (Bandura & Walters, 1977) proses pembelajaran manusia termasuk perkembangan emosional tidak hanya terjadi melalui pengalaman langsung, tetapi juga melalui pengamatan (pembelajaran observasional)

terhadap perilaku orang lain. Anak-anak belajar mengatur emosi mereka, mengekspresikan perasaan, dan merespons situasi sosial dengan meniru model sosial di sekitar mereka, seperti orang tua, guru, dan teman sebaya. Bandura menekankan bahwa proses peniruan ini terjadi melalui empat mekanisme utama, yaitu perhatian, retensi, reproduksi, dan motivasi. Mekanisme-mekanisme ini memungkinkan anak-anak untuk mengamati ekspresi emosional dan pengaturan emosi orang lain, kemudian menirunya dan menginternalisasi pola-pola tersebut ke dalam perilaku mereka sendiri (Bandura & Walters, 1977). Dalam perkembangannya, Bandura memperluas teori ini menjadi Social Cognitive Theory pada tahun 1986, dengan menekankan peran kognisi dan efikasi diri (*self-efficacy*) dalam mengarahkan perilaku dan pengelolaan emosi. Ia juga memperkenalkan konsep *reciprocal determinism*, yaitu gagasan bahwa perilaku, lingkungan, dan faktor personal (kognitif maupun emosional) saling mempengaruhi satu sama lain. Perkembangan teori ini menjadi semakin relevan pada era digital, terutama bagi Generasi Alpha, yang banyak belajar melalui pengamatan terhadap perilaku yang ditampilkan tidak hanya oleh orang-orang di sekitar mereka, tetapi juga oleh influencer, karakter digital, dan konten media sosial. Lingkungan digital menjadi “model sosial” baru yang sangat kuat dalam mempengaruhi perkembangan emosi dan pola komunikasi anak-anak.

Dalam konteks perkembangan kecerdasan emosional, teori Bandura menegaskan bahwa kemampuan anak untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi tidak berkembang secara otomatis, melainkan melalui proses pembelajaran sosial yang berlangsung dalam interaksi interpersonal. Ketika anak terlibat dalam komunikasi interpersonal yang terbuka, empatik, suportif, dan penuh penghargaan, mereka mengamati model regulasi emosi yang positif. Pola komunikasi tersebut kemudian mereka internalisasi menjadi dasar pengelolaan emosi diri. Sebaliknya, bila komunikasi diwarnai konflik, agresi, atau minim empati, maka pola emosional yang terinternalisasi dapat menjadi maladaptif. Proses pembentukan kecerdasan emosional ini sepenuhnya sejalan dengan mekanisme *modeling* yang dijelaskan Bandura.

Generasi Alpha, yang tumbuh dalam lingkungan sosial dan digital yang sangat interaktif, menunjukkan relevansi yang lebih kuat terhadap teori Bandura. Mereka tidak hanya belajar melalui komunikasi tatap muka, tetapi juga melalui komunikasi berbasis teknologi, seperti interaksi di media sosial, konten digital, dan figur-figur yang mereka ikuti secara online. Paparan yang tinggi terhadap berbagai model komunikasi dan ekspresi emosional menjadikan proses pembelajaran sosial semakin beragam dan intensif.

2.3 Penelitian Relevan

Setelah menguraikan konsep dan teori yang mendasari variabel komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional, penting untuk melihat bagaimana kedua variabel tersebut telah diteliti sebelumnya. Kajian penelitian terdahulu memberikan gambaran empiris mengenai hubungan antara komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional, sekaligus menunjukkan posisi penelitian ini di antara studi-studi sebelumnya. Oleh karena itu, berikut disajikan penelitian-penelitian relevan yang menjadi landasan empiris dalam penyusunan penelitian ini.

2.3.1 *Alpha Generation’s Social Media Use: Sociocultural Influences and Emotional Intelligence.* Ditulis oleh Piccerillo, Lidia Tescione, Alessia Iannaccone, Alice Digennaro, Simone 2025.

Penelitian ini menganalisis bagaimana penggunaan media sosial mempengaruhi kecerdasan emosional generasi Alpha, khususnya pada pre-remaja berusia 10–15 tahun.

Dengan menggunakan metode pemodelan persamaan struktural (SEM), penelitian ini menemukan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin tinggi risiko kecanduan digital dan internalisasi standar sosial yang berdampak negatif terhadap kecerdasan emosional ($\beta = -.22$, $p < .01$). Hasil ini menunjukkan bahwa media sosial berperan dalam membentuk persepsi diri dan hubungan sosial generasi Alpha. Namun, penelitian ini tidak membahas bagaimana komunikasi interpersonal dapat berfungsi sebagai faktor penyeimbang untuk mengurangi dampak negatif media sosial terhadap generasi Alpha.

2.3.2 Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Siswa Kelas X Di SMAN 15 Semarang Ditulis oleh Karlina Raudya Maharani dan Diana Rusmawati (2020)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal pada remaja. Metode yang digunakan adalah teknik cluster random sampling dengan pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosional dan skala komunikasi interpersonal. Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif antara kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal dengan nilai $r = 0.678$ dan $p = 0.000$, serta kecerdasan emosional memberikan kontribusi efektif sebesar 46% terhadap komunikasi interpersonal (Maharani & Rusmawati, 2020).

2.3.3 *The Role of Emotional Intelligence and Gender in the Relationship Between Implicit Theories of Emotions and Aggression.* Ditulis oleh Raquel Gómez-Leal, Pablo Fernández-Berrocal, Luísa Faria, Ana Costa, Rosario Cabello (2024).

Penelitian ini meneliti hubungan antara kecerdasan emosional, teori emosi implisit, dan tingkat agresi pada remaja. Hasilnya menunjukkan bahwa individu dengan teori emosi yang lebih fleksibel memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi, yang pada akhirnya membantu mereka mengurangi perilaku agresif. Penelitian ini untuk memahami bahwa kecerdasan emosional bukan hanya tentang bagaimana seseorang mengelola emosi, tetapi juga bagaimana mereka berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka. Namun, penelitian ini lebih berfokus pada teori emosi dan agresi tanpa mempertimbangkan bagaimana media sosial dapat memengaruhi kecerdasan emosional.

2.3.4 *The Mediating Role of Emotional Intelligence in the Relationship Between Social Anxiety and Communication Skills Among Middle School Students in China.* Ditulis Oleh: Jing Guo a, Adelina Asmawi a and Ling Fan (2024)

Penelitian ini menemukan bahwa kecerdasan emosional berperan sebagai mediator antara kecemasan sosial dan keterampilan komunikasi. Individu dengan kecerdasan emosional tinggi lebih mampu mengatasi kecemasan sosial dan meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mereka. Studi ini relevan karena menunjukkan hubungan antara kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal, yang juga menjadi fokus penelitian ini. Namun, penelitian ini tidak mempertimbangkan bagaimana media sosial dapat berkontribusi terhadap kecerdasan emosional, sehingga penelitian ini berusaha mengisi kesenjangan dengan mengeksplorasi bagaimana kombinasi komunikasi interpersonal dan media sosial dapat memengaruhi generasi Alpha dalam mengembangkan keterampilan emosional dan social mereka.

2.3.5 Pengaruh Kecerdasan Emosional, Komunikasi Interpersonal, Komitmen Organisasi terhadap Manajemen Stres Kerja Ditulis oleh Inge Hutagalung, 2023

Penelitian ini menemukan bahwa kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan manajemen stres kerja pada karyawan.

Komunikasi interpersonal juga berkontribusi secara bermakna terhadap komitmen organisasi, sementara komitmen organisasi tidak berpengaruh signifikan terhadap manajemen stres. Dengan demikian, pengelolaan emosi dan kemampuan berkomunikasi secara interpersonal menjadi kunci dalam menghadapi stres di lingkungan kerja. Namun penelitian ini lebih menekankan pada konteks organisasi dan psikologi kerja, sehingga penelitian ini berusaha mengisi kesenjangan dengan mengeksplorasi pada pengembangan kemampuan komunikasi dan kecerdasan emosional untuk menunjang perilaku sosial dan perkembangan psikososial anak generasi terbaru.

Tabel 2. 1
Perbandingan Penelitian Terdahulu

No	Peneliti	Perbedaan dan Persamaan	
		Perbedaan	Persamaan
1.	Piccerillo dkk., 2025 Artikel Jurnal (<i>Alpha Generation's Social Media Use: Socio cultural Influences and Emotional Intelligence</i>)	Tidak membahas komunikasi interpersonal sebagai faktor penyeimbang. Menitikberatkan pada dampak negatif media sosial terhadap kecerdasan emosional.	Membahas pengaruh media sosial terhadap kecerdasan emosional.
2.	Gómez-Leal dkk., 2024 Artikel Jurnal (<i>The Role of Emotional Intel ligence and Gender in the Relationship Between Implicit Theories of Emotions and Aggression</i>).	Fokus pada teori emosi implisit dan agresi. Tidak memper timbangkan peran media sosial atau komunikasi interpersonal.	Penelitian ini menjelaskan hubungan kecerdasan emosional dan faktor sosial.
3.	Guo dkk., 2024: Artikel Jurnal (<i>The Mediating Role of Emotional Intelligence in the Relationship Between Social Anxiety and Communication Skills Among Middle School Students in China</i>)	Fokus pada kecemasan sosial sebagai variabel utama. Tidak mempertimbangkan pengaruh media sosial terhadap kecerdasan emosional.	Meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal. Menggunakan metode kuantitatif.
4.	Maharani dkk: Artikel Jurnal (<i>Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Siswa Kelas X Di SMAN 15 Semarang</i> ”).	Tidak membahas pengaruh media sosial terhadap kecerdasan emosional. Fokus pada siswa SMA kelas X, bukan generasi Alpha..	Menganalisis hubungan kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal. Menggunakan metode kuantitatif.

5.	Inge Hutagalung, 2023: Pengaruh Kecerdasan Emosional, Komunikasi Interpersonal, Komitmen Organisasi terhadap Manajemen Stres Kerja Ditulis	Penelitian Hutagalung berfokus pada populasi karyawan dewasa dalam konteks organisasi dan psikologi kerja, dengan outcome utama berupa manajemen stres kerja dan komitmen organisasi. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan menargetkan Generasi Alpha, yaitu pra-remaja dan remaja di Kota Makassar dan lebih berorientasi pada pendidikan dan perkembangan sosial-emosional anak muda,	meneliti hubungan antara komunikasi interpersonal dan kecerdasan emosional sebagai variabel kunci. menekankan peran penting kecerdasan emosional dan komunikasi interpersonal dalam mempengaruhi aspek psikologis dan sosial individu.
----	--	--	--

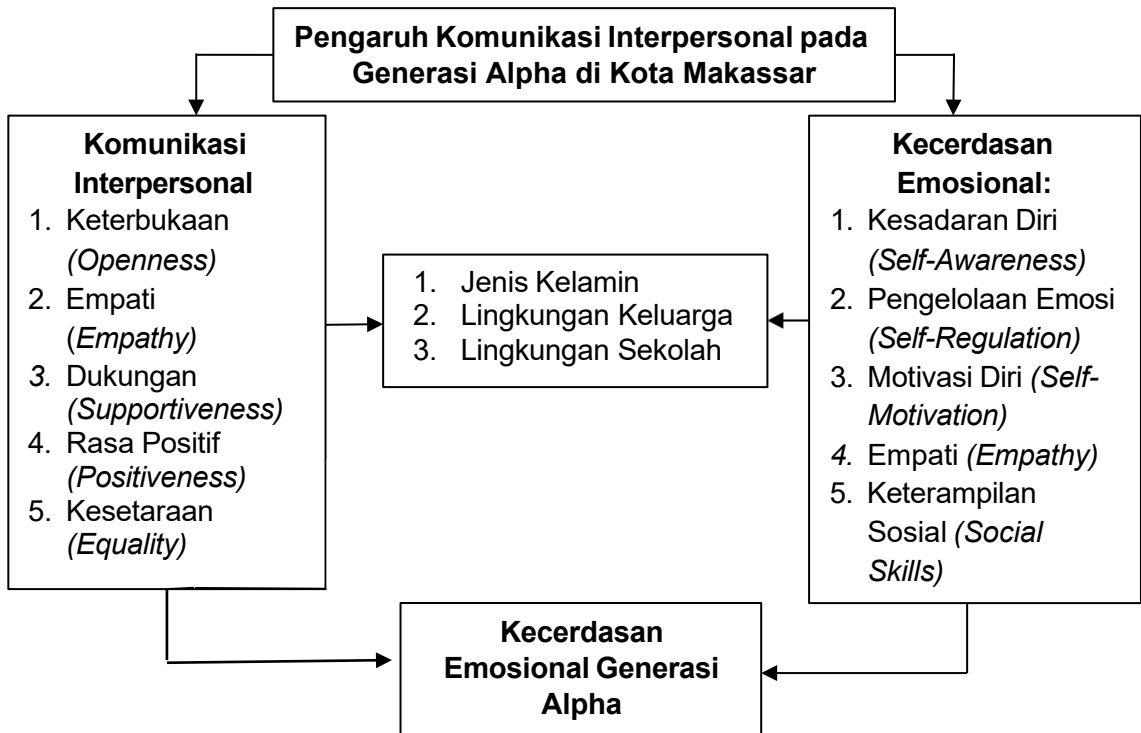
Sumber : Peneliti 2025

2.4 Kerangka Pemikiran

Komunikasi interpersonal adalah interaksi antara individu yang melibatkan pertukaran informasi dan emosi. Dalam konteks generasi Alpha di Kota Makassar, komunikasi yang efektif dapat memperkuat kecerdasan emosional (EI) dan kesehatan mental mereka. Melalui komunikasi yang sehat di keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial, anak-anak dapat mengembangkan kemampuan untuk mengelola perasaan, meningkatkan empati, dan memperbaiki keterampilan sosial, yang semuanya berkontribusi pada kesejahteraan emosional mereka (Goleman, 2011).

Untuk itu diperlukan kerangka pemikiran yang dapat memberikan gambaran penelitian tentang “Pengaruh Komunikasi Interpersonal terhadap Kecerdasan Emosional Generasi Alpha di Kota Makassar”.

Bagan 2. 2 Kerangka Konseptual



2.5 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah dugaan awal yang digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah (H1), yang menyatakan adanya pengaruh antara kedua variabel yang diteliti. Oleh karena itu, peneliti menggunakan hipotesis berikut dalam penelitian ini sebagai berikut :

- H₁: Tingkat Komunikasi Interpersonal Generasi Alpha di Kota Makassar Tergolong Sedang
- H₁: Tingkat Kecerdasan Emosional Generasi Alpha di Kota Makassar Tergolong Tinggi
- H₁: Komunikasi interpersonal berpengaruh positif terhadap kecerdasan emosional Generasi Alpha di Kota Makassar.

2.6 Definisi Operasional

Penelitian ini mengkaji satu variabel independen (X) dan satu variabel dependent (Y). Variabel X Yaitu, Komunikasi Interpersonal sebagai variabel independen dioperasionalkan sebagai proses pertukaran informasi dan pesan antara Generasi Alpha dengan individu lain dalam lingkungan sosial mereka. Sementara itu variable Y Kecerdasan Emosional sebagai variabel dependen dioperasionalkan sebagai kemampuan Generasi Alpha dalam mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi dengan tepat. Kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk berempati, mengendalikan emosi diri, serta merespons emosi orang lain secara adaptif dalam berbagai konteks sosial dan emosional.

1. Komunikasi Interpersonal

Dalam penelitian ini, komunikasi interpersonal diartikan sebagai proses pertukaran informasi, pikiran, dan perasaan secara langsung (tatap muka) antara dua individu atau lebih, yang berlangsung timbal balik dengan tujuan mencapai saling pengertian. Komunikasi ini mencakup unsur keterbukaan, empati, sikap suportif, sikap positif, dan kesamaan, untuk menciptakan interaksi yang efektif di lingkungan sosial Generasi Alpha.

2. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengerti, merasakan, mengekspresikan, serta memahami emosi diri sendiri dan orang lain; kemampuan untuk mempengaruhi, membimbing, dan menangani emosi orang lain; serta kemampuan untuk mengendalikan emosi diri dalam menjalin hubungan dengan orang lain secara baik.

3. Generasi Alpha

Generasi Alpha yang dimaksud dalam penelitian ini adalah anak-anak yang lahir antara tahun 2011 hingga 2024 dan saat ini sedang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP). Mereka merupakan generasi yang tumbuh di tengah kemajuan teknologi digital, media sosial, dan perangkat komunikasi modern, yang memengaruhi cara mereka berinteraksi, berkomunikasi, dan mengelola emosi dalam kehidupan sehari-hari.