

---

## **Analisis dan Tindak Lanjut Profil Emosi Remaja dalam Berinteraksi Sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam**

Rila Rahma Mulyani<sup>1</sup>, Citra Imelda Usman<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STKIP PGRI Sumbar

\*Corresponding author, e-mail: [rila.psikologi@gmail.com](mailto:rila.psikologi@gmail.com)

### **Abstract**

*The main aim of this study is to look at the positive and negative emotional profile of adolescents in social interaction and efforts to develop adolescent emotional sentiments in social interaction in Jorong Matur Katik, Kecamatan Matur, Kabupaten Agam. The sample in this study were all teenagers in Jorong Matur Katik as many as 35 teenagers consisting of 16 teenage boys and 19 teenage girls. All the collected data during the study were analyzed on a percentage basis. The results showed that the positive and negative emotional profile of adolescents in social interaction was 65.71% and 77.14% respectively. This shows that the percentage of negative emotions is more than positive emotions. In addition, based on the findings of this study, efforts are needed to develop the positive emotions of adolescents in social interaction at Jorong Matur Katik, Kecamatan Matur, Kabupaten Agam.*

**Keywords:** *Emotional, Social Interaction, Adolescent*

**How to Cite:** Rila Rahma Mulyani<sup>1</sup>, Citra Imelda Usman<sup>2</sup>. 2020. Analisis dan Tindak Lanjut Profil Emosi Remaja dalam Berinteraksi Sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam. *Jurnal Neo Konseling*, Vol (2): pp. XX-XX, DOI: 10.24036/00288kons2020



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author

---

## **Introduction**

Remaja merupakan individu yang sedang berada dalam proses berkembang yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Selama mencapai kematangan itu remaja memerlukan bimbingan dan arahan, karena remaja masih kurang pemahaman dan wawasan tentang dirinya dan lingkungan. Secara psikis, remaja sangat peka dan emosional, kemampuan remaja lebih dikuasai oleh emosionalitasnya sehingga kurang mampu menerima pendapat orang lain yang bertentangan dengan pendapatnya sehingga remaja sering mengalami masalah dalam kehidupannya.

Menurut Goleman (Safaria, 2009) Emosi adalah setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu serta setiap keadaan mental yang hebat dan meluap-luap. Emosi juga merujuk kepada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak.

Crider (Prayitno, 2002) menyatakan dua jenis emosi yaitu emosi positif dan emosi negatif yang mungkin terjadi dalam diri remaja. Emosi positif misalnya gembira, bahagia, sayang, cinta, berani dan emosi negatif misalnya takut, benci, marah, kecewa, dan cemas. Emosi positif merupakan reaksi kepuasan dan emosi negatif merupakan reaksi ketidakpuasan terhadap kebutuhan yang dirasakan oleh remaja. Emosi positif maupun negatif ini akan muncul saat individu melakukan interaksi sosial dengan teman sebaya.

Menurut Caplin (Ali & Asrori, 2011) Interaksi merupakan hubungan sosial antara beberapa individu yang bersifat alami dan individu-individu itu saling mempengaruhi satu sama

lain secara serempak. Selanjutnya menurut Ahmadi (2007) interaksi sosial adalah suatu hubungan antara individu atau lebih dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah atau memperbaiki kelakuan individu yang lain atau sebaliknya.

Masa remaja seringkali dikenal dengan masa pencarian jati diri serta merupakan masa untuk mengetahui lebih banyak hal tentang lika-liku kehidupan manusia setelah meninggalkan masa anak-anak. Menurut Hurlock (2012) dalam rentang kehidupan masa remaja, remaja mempunyai periode-periode yang penting dalam menjalani kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut diterangkan sebagai berikut:

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting  
Semua periode dalam rentang kehidupan adalah penting, namun kadar pentingnya berbeda-beda. Ada beberapa periode yang lebih penting daripada beberapa periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi yang penting karena akibat-akibat jangka panjangnya. Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting.
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan  
Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang terjadi sebelumnya, melainkan lebih kepada sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan  
Ada empat perubahan yang sama hampir bersifat universal yaitu: 1) Meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, 2) Perubahan tubuh, minat dan peranan, 3) Perubahan minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah, 4) Sebagian besar remaja bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan.
- d. Masa remaja sebagai usia bermasalah  
Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan.
- e. Masa remaja sebagai masa pencarian identitas  
Sepanjang usia remaja pada akhir masa kanak-kanak penyesuaian diri dengan standar kelompok adalah jauh lebih penting bagi anak yang lebih besar daripada individualitas
- f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja.
- g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik. Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.

Berdasarkan beberapa ciri remaja tersebut, salah satunya adalah meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Crow dan Crow (Sobur, 2003) mengartikan emosi sebagai keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.

Remaja memiliki karakteristik pemunculan emosi yang berbeda bila dibandingkan dengan masa kanak-kanak maupun dengan orang dewasa. Menurut Mudjiran (2007) ciri yang khas terjadi pada remaja adalah: emosi mudah meluap (tinggi) dan mudah muncul emosi negatif. Crider (Mudjiran, 2007) mengemukakan ada dua jenis emosi yaitu emosi positif dan negatif. Emosi positif misalnya gembira, bahagia, sayang, cinta dan berani. Emosi negatif misalnya rasa benci, takut, marah, dan geram. Emosi negatif merupakan reaksi kepuasan terhadap tidak terpenuhinya kebutuhan yang dirasakan remaja, apabila kebutuhan itu tidak terpuaskan maka mereka akan menjadi kecewa, marah cemas, takut, sedih. Emosi positif adalah emosi yang perlu dipupuk dan dikembangkan, sedangkan emosi negatif hendaknya diminalkan sehingga ekspresinya tidak meledak-ledak. Menurut Ali & Asrori (2011) Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi remaja adalah: perubahan jasmani, perubahan pola

---

interaksi dengan orangtua, perubahan interaksi dengan teman sebaya, perubahan pandangan luar dan perubahan interaksi dengan sekolah.

Prayitno (2002) mengemukakan ada beberapa usaha untuk dapat mengembangkan emosi remaja. Usaha-usaha tersebut antara lain:

- a. Adanya model dari orangtua dan guru serta orang dewasa lainnya dalam melahirkan emosi-emosi negatif
- b. Adanya latihan pengontrolan emosi atau menahan diri secara terprogram dalam keluarga dan sekolah
- c. Membantu remaja mempelajari berbagai kondisi yang menyebabkan munculnya emosi negatif pada dirinya dan cara-cara menghindarinya
- d. Membantu remaja mengatasi berbagai masalah pribadi dengan mendorong mereka untuk mengungkapkan masalah pribadinya itu kepada orang yang dipercayai
- e. Melatih dan menyibukkan remaja dengan berbagai kegiatan fisik yang menguras banyak energi sehingga emosi mereka dapat disalurkan
- f. Menciptakan berbagai kesempatan yang memungkinkan remaja berprestasi dan mendapatkan harga diri.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa secara psikis remaja sangat peka dan emosional, kemampuan berfikir remaja lebih dikuasai oleh emosionalitasnya sehingga kurang mampu menerima pendapat orang lain yang bertentangan dengan pendapatnya. Akibatnya para remaja sering mengalami masalah dalam kehidupannya dan interaksi sosialnya.

Menurut Ahmadi (2007) interaksi sosial adalah suatu hubungan antara individu atau lebih dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah atau memperbaiki kelakuan individu yang lain atau sebaliknya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Walgito (2003) yang mengemukakan bahwa interaksi sosial adalah hubungan antara individu-individu, dimana terdapat hubungan yang timbal balik dan mempengaruhi satu sama lain. Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa interaksi mengandung pengertian hubungan timbal balik antara dua orang atau lebih, dan masing-masing orang yang terlibat di dalamnya memainkan peran secara aktif. Dalam interaksi juga lebih dari sekedar terjadi hubungan antara pihak-pihak yang terlibat melainkan terjadi saling mempengaruhi.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam, dapat diketahui bahwa remaja menunjukkan emosi negatif seperti: remaja yang suka marah-marah, memberontak, pemalu, cemas ketika tampil di depan umum, serta takut untuk memulai interaksi dengan orang yang baru di kenal. Berdasarkan permasalahan di atas penelitian ini dibatasi pada profil emosi positif dan negatif remaja dalam berinteraksi sosial serta usaha untuk mengembangkan emosi positif remaja dalam berinteraksi sosial.

## Method

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode deskriptif. Menurut Arikunto (2010) "penelitian kuantitatif adalah penelitian yang dituntut banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara sistematis, factual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail.

Populasi dalam penelitian ini seluruh remaja yang berada di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam yang berjumlah 35 orang yang terdiri dari 16 remaja laki-laki dan 19 remaja perempuan. Sampel dalam penelitian ini sama dengan jumlah populasi yaitu sebanyak 35 orang remaja dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner/angket. Menurut Sugiyono (2014), angket merupakan serangkaian atau daftar pertanyaan yang disusun secara sistematis, kemudian diberikan untuk diisi oleh responden secara tertulis. Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup, artinya angket ini dirancang sedemikian rupa untuk merekam data tentang keadaan emosi remaja dalam melakukan interaksi sosial yang disesuaikan dengan teori. Uji reliabilitas menggunakan metode *Alfa Cronbach* yang dikemukakan oleh

Riduwan (2010), yaitu:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right)$$

## Results and Discussion

### Results

#### Hasil Penelitian

Analisis data hasil penelitian ditunjukkan untuk mendeskripsikan tentang profil emosi remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam dengan sub variabel yaitu emosi positif dan emosi negatif.

##### a. Emosi Positif

Berdasarkan data yang telah diperoleh dari penyebaran angket mengenai profil emosi remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam yaitu terkait dengan emosi positif, dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Emosi Positif Remaja dalam Berinteraksi Sosial di Jorong Matur Kecamatan Matur Kabupaten Agam**

Klasifikasi	Kategorisasi	F	%
81%-100%	Sangat Banyak	7	20,00
61%-80%	Banyak	23	65,71
41%-60%	Cukup Banyak	5	14,29
21%-40%	Sedikit	0	0,00
0%-20%	Sangat Sedikit	0	0,00
$\Sigma$		35	100

Berdasarkan hasil penelitian terungkap bahwa 7 dari 35 orang remaja berada pada kategori sangat banyak mengalami emosi positif (20,00%), 23 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi positif (65,71%), dan 5 dari 35 orang pada kategori cukup banyak (14,29%). Jadi persentase terbesar mengenai emosi positif remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam adalah pada kategori banyak yaitu 65,71%.

##### b. Emosi Negatif

Berdasarkan data yang telah diperoleh dari penyebaran angket mengenai profil emosi remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam yaitu terkait dengan emosi negatif, dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Emosi Negatif Remaja dalam Berinteraksi Sosial di Jorong Matur Kecamatan Matur Kabupaten Agam**

Klasifikasi	Kategorisasi	F	%
81%-100%	Sangat Banyak	0	00,00
61%-80%	Banyak	27	77,14
41%-60%	Cukup Banyak	8	22,86
21%-40%	Sedikit	0	0,00
0%-20%	Sangat Sedikit	0	0,00
$\Sigma$		35	100

Berdasarkan hasil penelitian terungkap bahwa 27 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi negatif (77,14%), 8 dari 35 orang remaja berada pada kategori

---

cukup banyak mengalami emosi negatif (22,86%). Jadi persentase terbesar mengenai emosi negatif remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam adalah pada kategori banyak yaitu 77,14%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa emosi negatif (77,14%) lebih besar persentasenya dibandingkan dengan emosi positif (65,71%). Hal ini menjelaskan bahwa remaja lebih banyak menggunakan emosi negatif dalam berinteraksi sosial dibandingkan dengan emosi positif. Berdasarkan hasil tersebut perlu diberikan tindak lanjut agar remaja lebih dapat mengembangkan emosi positifnya saat melakukan interaksi sosial.

## Discussion

### a. Profil Emosi Remaja

#### 1. Emosi Positif

Berdasarkan hasil penelitian mengenai profil emosi remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam dapat diungkap bagaimana emosi positif remaja dalam berinteraksi sosial. Pembahasan ditekankan pada aspek cinta, afeksi/kasih sayang, dan simpati. Berikut uraian pembahasan berdasarkan indikator:

##### a) Emosi Cinta

Berdasarkan hasil penelitian secara umum terungkap 18 dari 35 orang remaja berada pada kategori sangat banyak mengalami emosi cinta dengan persentase 51,43%. Menurut Ali & Asrori (2011), “emosi cinta meliputi penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, hormat dan kasmaran”. Tidak ada remaja yang dapat hidup bahagia dan sehat tanpa mendapatkan cinta dari orang lain, kebutuhan untuk memberi dan menerima cinta menjadi sangat penting. Apabila hal tersebut tidak terpenuhi para remaja akan memberontak secara terang-terangan, nakal, dan mempunyai sikap permusuhan besar dan suka mencari perhatian yang berlebihan disebabkan kurangnya rasa cinta dan dicintai sesama teman.

Emosi positif remaja dilihat dari emosi cinta berada pada kategori sangat banyak, yaitu tentang remaja yang kagum dengan teman yang baik dan pintar. Sedangkan emosi cinta yang berada pada kategori sedikit yaitu remaja yang bahagia bisa berbagi kesedihan dengan teman. Remaja yang memiliki emosi cinta yang berada pada kategori sedikit perlu meningkatkan dan mengembangkan emosi cinta ke arah yang lebih baik agar mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya dengan cara mengontrol sikap dan tindakan, serta sikap saling menghargai untuk kea rah yang lebih baik.

##### b) Emosi Afeksi/Kasih Sayang

Berdasarkan hasil penelitian secara umum terungkap 21 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi *afeksi*/kasih sayang dengan persentase 60,00%. Menurut Djaali (2012) *afeksi* atau kasih sayang diibaratkan sebagai rasa perhatian dengan penuh kasih sayang terhadap individu, karena apabila individu menerima kasih sayang (*afeksi*) yang murni dari orang lain, bisa menjadi salah satu faktor penting dalam perkembangan untuk selanjutnya.

Emosi positif remaja dilihat dari emosi *afeksi*/kasih sayang berada pada kategori banyak, yaitu tentang sesama remaja harus saling tolong menolong. Sedangkan emosi *afeksi*/kasih sayang yang berada pada kategori sedikit yaitu tentang remaja menyayangi teman yang suka membantunya. Remaja yang memiliki emosi *afeksi*/kasih sayang yang berada pada kategori banyak dan cukup banyak perlu meningkatkan dan mengembangkannya kea rah yang lebih baik.

##### c) Emosi Simpati

Berdasarkan hasil penelitian secara umum terungkap 15 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi simpati dengan persentase 42,86%. Menurut Djaali (2012) “simpati adalah suatu ekspresi emosional yang dipergunakan individu dalam usahanya menempatkan dirinya pada tempat dan pengalaman orang lain”.

---

Emosi positif remaja dilihat dari emosi simpatiberada pada kategori banyak, yaitu tentang remaja merasa prihatin bila ada teman yang terkena musibah. Sedangkan emosi simpati yang berada pada kategori sedikit yaitu tentang remaja merasa jenuh ketika mendengarkan keluh kesah teman.

## 2. Emosi Negatif

Berdasarkan hasil penelitian mengenai profil emosi remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam dapat diungkap bagaimana emosi negatif remaja dalam berinteraksi sosial. Pembahasan ditekankan pada aspek marah, sedih, takut dan malu. Berikut uraian pembahasan berdasarkan indikator:

### a) Emosi Marah

Berdasarkan hasil penelitian secara umum terungkap 17 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak dan cukup banyak mengalami emosi marah dengan persentase 48,57%. Menurut Ali & Asrori (2011), “emosi marah ini biasanya meliputi brutal, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan dan tindak kekerasan”.

Emosi negatif remaja dilihat dari emosi marah berada pada kategori banyak, yaitu tentang remaja merasa dongkol ketika teman berbicara kasar. Sedangkan emosi marah yang berada pada kategori sedikit yaitu tentang remaja geram ketika dibeda-bedakan teman.

### b) Emosi Sedih

Berdasarkan hasil penelitian secara umum terungkap 26 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi sedih dengan persentase 74,29%. Sedih adalah kesakitan psikologi yang dikaitkan dengan atau berciri perasaan kekurangan, kehilangan, putus asa, tidak mampu melakukan apa-apa. Menurut Ali & Asrori (2011) “emosi sedih ini meliputi pedih, muram, suram, melankolis, mengasihi diri, kesepian, ditolak, putus asa, depresi”

Emosi negatif remaja dilihat dari emosi sedih berada pada kategori banyak, yaitu tentang remaja kecewa dengan sikap teman yang tidak sopan. Sedangkan emosi yang berada pada kategori sedikit yaitu tentang remaja merasa tidak puas ketika pembicaraannya dipotong teman.

### c) Emosi Takut

Berdasarkan hasil penelitian secara umum terungkap 25 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi takut dengan persentase 71,43%. Menurut Ali & Asrori (2011) emosi takut di dalamnya meliputi cemas, takut, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, sedih, waspada, tidak tenang, ngeri, kecut, panik dan fobia”. Ketakutan yang dirasakan oleh remaja misalnya menyangkut dengan ujian yang akan diikuti, takut sakit, kekurangan uang, rendahnya prestasi, keadaan keluarga yang kurang harmonis, tidak populer di mata lawan jenis, tidak dapat pacar, merasa bodoh dan kesepian.

Emosi negatif remaja dilihat dari emosi takut berada pada kategori banyak yaitu tentang remaja menghindari pertengkaran dalam berteman. Sedangkan emosi takut berada pada kategori sedikit yaitu tentang remaja yang gugup ketika berbicara dengan teman lawan jenis.

### d) Emosi Malu

Berdasarkan hasil penelitian secara umum terungkap 18 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi malu dengan persentase 51,43%. Menurut Ali & Asrori (2011) emosi malu diantaranya rasa bersalah, malu hati, kesal hati, menyesal, hina, hati hancur lebur”. Meskipun mudahnya rasa malu muncul pada seseorang sebenarnya diperoleh melalui proses belajar.

Emosi negatif remaja dilihat dari emosi malu berada pada kategori banyak yaitu ketika remaja merasa bersalah pada teman remaja segera minta maaf. Sedangkan emosi malu yang berada pada kategori sedikit yaitu tentang remaja yang kurang percaya diri jika bertemu dengan teman yang pernah bertengkar dengannya.

## b. Analisis dan Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil penelitian terungkap bahwa 7 dari 35 orang remaja berada pada kategori sangat banyak mengalami emosi positif (20,00%), 23 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi positif (65,71%), dan 5 dari 35 orang pada kategori cukup banyak (14,29%). Jadi persentase terbesar mengenai emosi positif remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam adalah pada kategori banyak yaitu 65,71%.

Berdasarkan hasil penelitian terungkap bahwa 27 dari 35 orang remaja berada pada kategori banyak mengalami emosi negatif (77,14%), 8 dari 35 orang remaja berada pada kategori cukup banyak mengalami emosi negatif (22,86%). Jadi persentase terbesar mengenai emosi negatif remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam adalah pada kategori banyak yaitu 77,14%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa emosi negatif (77,14%) lebih besar persentasenya dibandingkan dengan emosi positif (65,71%). Hal ini menjelaskan bahwa remaja lebih banyak menggunakan emosi negatif dalam berinteraksi sosial dibandingkan dengan emosi positif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Yuliani, 2013) tentang emosi negatif dilihat dari bentuk-bentuk emosi negatif yang terdiri dari emosi marah, muak, malu, rasa bersalah, sedih dan takut. Pada bentuk-bentuk emosi negatif paling menonjol yang dialami remaja yaitu emosi marah dengan persentase 43,8% tergolong pada kategori tinggi.

Maka dari itu, keadaan yang semacam ini perlu dilakukan sebuah upaya yang dapat menyelesaikannya (Fitri & Adelya, 2017). Remaja yang sudah mencapai kematangan emosi apabila ketika berhadapan pada suatu masalah ia dapat menilai secara kritis tanpa tergesa-gesa mengeluarkan emosinya terlebih dahulu, dimana pada saat itu ia mampu mengontrol emosinya di hadapan orang lain dan mampu melihat waktu yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang dapat diterima.

Menurut Prayitno (2002) ada beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk dapat mengembangkan emosi remaja yaitu:

- a. Adanya model dari orangtua dan guru serta orang dewasa lainnya dalam melahirkan emosi-emosi negatif
- b. Adanya latihan pengontrolan emosi atau menahan diri secara terprogram dalam keluarga dan sekolah
- c. Membantu remaja mempelajari berbagai kondisi yang menyebabkan munculnya emosi negatif pada dirinya dan cara-cara menghindarinya
- d. Membantu remaja mengatasi berbagai masalah pribadi dengan mendorong mereka untuk mengungkapkan masalah pribadinya itu kepada orang yang dipercayai
- e. Melatih dan menyibukkan remaja dengan berbagai kegiatan fisik yang menguras banyak energi sehingga emosi mereka dapat disalurkan
- f. Menciptakan berbagai kesempatan yang memungkinkan remaja berprestasi dan mendapatkan harga diri.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka remaja yang memiliki emosi negatif perlu melakukan usaha untuk meningkatkan dan mengembangkan emosinya ke arah yang lebih baik agar dapat melakukan interaksi sosial secara lebih baik dan efektif.

## Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian tentang profil emosi remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Emosi positif remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam secara umum berada pada kategori banyak (65,71%), dan emosi negatif remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam secara umum berada pada kategori banyak (77,14%)

- 
2. Emosi negatif (77,14%) lebih besar persentasenya dibandingkan dengan emosi positif (65,71%). Ini menunjukkan bahwa remaja lebih banyak menggunakan emosi negatif dalam berinteraksi sosial dibandingkan dengan emosi positif sehingga perlu dilakukan usaha-usaha untuk mengembangkan emosi positif remaja dalam berinteraksi sosial di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam

## Acknowledgment

Ucapan terima kasih kepada remaja di Jorong Matur Katik Kecamatan Matur Kabupaten Agam dan semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dan berkontribusi sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik.

## References

- Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ali dan Asrori. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djaali. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Fitri, N. F., & Adelya, B. (2017). Kematangan emosi remaja dalam pengentasan masalah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*.
- Hurlock. 2012. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Gelora Aksara Pratama
- Mudjiran. 2007. *Perkembangan Peserta Didik*. Padang: UNP Press
- Prayitno, Elida. 2002. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: FIP UNP
- Riduwan. 2010. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta
- Safaria, T. & N. S. (2009). Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda. In *Jakarta: Bumi Aksara*.
- Sobur. Alex. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Walgito, Bimo. 2003. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Yuliani, R. (2013). Emosi Negatif Siswa Kelas XI SMAN 1 Sungai Limau. *Konselor*. <https://doi.org/10.24036/0201321883-0-00>