



**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN PERFORMANCE
ANXIETY PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN MUSIK X**

SKRIPSI

SANDRA AGUSTINA SUNARYO

705070152

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2011



**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN PERFORMANCE
ANXIETY PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN MUSIK X**

Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menempuh ujian Strata 1 (S-1)

Psikologi

SANDRA AGUSTINA SUNARYO

705070152

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2011

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan belas kasih yang telah diberikan-Nya hingga saat ini. Berkat kesehatan yang diberikan dan ridho-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.

Peneliti ucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yaitu, ibu Henny E. Wirawan. Terima kasih banyak kepada kedua dosen pembimbing peneliti. Ibu Miniwaty Halim selaku dosen pembimbing pertama dan ibu Ninawati selaku dosen pembimbing kedua yang telah membimbing dan memberikan perhatian yang besar kepada penelitian ini. Kepada bapak P. Tommy Y. S. Suyasa terima kasih telah membantu peneliti dalam peminjaman alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini. Peneliti juga ingin mengucapkan maaf kepada kedua dosen pembimbing bila peneliti pernah melakukan kesalahan.

Terima kasih juga peneliti ucapkan kepada seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan kepada peneliti hingga selesainya penelitian ini. Terima kasih kepada ibunda Endang Puji Astuti dan ayahanda Sunaryo yang telah memberikan dukungan moril dan materil serta mendoakan peneliti. Begitu juga mbah uti, mbah kung, pa'de, bu'de, bu'le, dan om yang telah mendukung peneliti selama menyusun penelitian ini. Tidak lupa juga terimakasih kepada kedua adik penulis, Silvia dan Aldi.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada kepala sekolah SMK Musik X bapak Purwanto, SE, M.Sn dan wakil kepala sekolah Ibu Setyowati, S.Pd yang

telah memberikan izin kepada peneliti untuk menyebar kuesioner dan mengambil data di SMK Musik X. Terima kasih juga kepada beberapa guru yang telah membantu mempersiapkan kelas dan siswa-siswa yang menjadi subyek penelitian ini. Tidak lupa terima kasih banyak kepada siswa-siswa SMK musik X yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Peneliti meminta maaf jika proses penyebaran kuesioner mengganggu aktivitas belajar mengajar di SMK Musik X.

Ucapan terima kasih kepada teman-teman peneliti yang telah banyak mendukung dan memberikan semangat selama penelitian ini berjalan. Terima kasih kepada Meliza yang telah membantu peneliti dalam menerjemahkan. Terima kasih kepada Ko' Erik yang telah memberikan contoh struktur penulisan skripsi dan Mila yang telah memberikan referensi beberapa buku untuk penelitian ini. Tidak lupa peneliti berterima kasih kepada Fetri, Maria, Meice, Caroline, Carissa, Mia, Riva, Melisa, dan teman-teman lainnya yang telah membantu, bertukar pikiran dan memberikan dukungan. Terima kasih juga kepada Vina dan Arini yang telah berbagi pengalaman dalam melakukan penelitian. Terima kasih pula kepada ibu Tyas dan Pak Ju yang telah bersedia memberikan informasi mengenai buku-buku yang diperlukan oleh peneliti.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Maaf jika peneliti tidak dapat menyebutkan seluruhnya satu per satu. Semoga Allah SWT memberikan rahmat serta ridho-Nya kepada kita semua dan juga membalas seluruh kebaikan yang telah diberikan. Amin.

Sandra Agustina Sunaryo

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR LAMPIRAN	vi
DAFTAR TABEL	viii
ABSTRAK	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Sistematika Penulisan	8
BAB II TINJAUAN TEORETIS	
2.1 Kecerdasan Emosional	9
2.1.1 Pengertian Kecerdasan Emosional	9
2.1.2 Dimensi Kecerdasan Emosional	11
2.1.3 Kecerdasan Emosional Tinggi	14
2.2 Kecemasan	14
2.2.1 Pengertian Kecemasan	14
2.2.2 Macam-Macam Kecemasan	16
2.2.3 <i>Performance Anxiety</i>	17

2.2.4 Gejala Kecemasan	19
2.2.5 Mengatasi Kecemasan	21
2.3 SMK Musik	23
2.3.1 Pengertian SMK Musik	23
2.4 Remaja	23
2.4.1 Pengertian Remaja	23
2.4.2 Perkembangan Fisik Remaja	24
2.4.3 Perkembangan Kognitif Remaja	24
2.4.4 Perkembangan Psikososial Remaja	25
2.5 Kerangka Berpikir	25
2.6 Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Subyek Penelitian	27
3.2 Desain Penelitian	28
3.3 <i>Setting</i> dan Instrumen Penelitian	28
3.3.1 <i>Setting</i> Penelitian	28
3.3.2 Instrumen Penelitian	28
3.4 Pengukuran	30
3.4.2 Pengukuran Variabel Kecerdasan Emosional	30
3.4.3 Pengukuran Variabel <i>Performance Anxiety</i>	35
3.5 Prosedur Penelitian	39
3.6 Gambaran Subyek Penelitian	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA	
4.1 Gambaran Data Penelitian	44

4.1.1 Gambaran Data Kecerdasan Emosional	44
4.1.2 Gambaran Data <i>Performance Anxiety</i>	45
4.1.3 Uji Normalitas	45
4.2 Analisis Data Utama	46
4.2.1 Uji Korelasi antara Kecerdasan Emosional dengan <i>Performance Anxiety</i> (Analisis Data Utama)	46
4.2.2 Uji Korelasi antar Dimensi dalam Kecerdasan Emosional dengan <i>Performance Anxiety</i>	46
4.3 Analisis Data Tambahan	47
4.3.1 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin Subyek ..	47
4.3.2 <i>Performance Anxiety</i> Berdasarkan Jenis Kelamin Subyek	48
4.3.3 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jumlah Mengikuti Pentas	48
4.3.4 <i>Performance Anxiety</i> Berdasarkan Jumlah Mengikuti Pentas...	49
4.3.5 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Kelas	50
4.3.6 <i>Performance Anxiety</i> Berdasarkan Kelas	51
4.3.7 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Mengikuti Les Musik	51
4.3.8 <i>Performance Anxiety</i> Berdasarkan Mengikuti Les Musik	52
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	53
5.2 Diskusi	53
5.3 Saran	57
5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis	57
5.3.2 Saran untuk Penelitian Selanjutnya	58
5.3.3 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis	59

<i>ABSTRACT</i>	61
DAFTAR PUSTAKA	P-1

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Penyebaran Kuesioner	L-1
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian	L-2
Lampiran 3 Item Pengukuran Kecerdasan Emosional per Dimensi	L-17
Lampiran 4 Item Pengukuran <i>Performance Anxiety</i> per Dimensi	L-18
Lampiran 5 Reliabilitas <i>Intrapersonal</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-19
Lampiran 6 Reliabilitas <i>Intrapersonal</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-21
Lampiran 7 Reliabilitas <i>Interpersonal</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-23
Lampiran 8 Reliabilitas <i>Interpersonal</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-24
Lampiran 9 Reliabilitas <i>Stress Management</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-25
Lampiran 10 Reliabilitas <i>Stress Management</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-26
Lampiran 11 Reliabilitas <i>Adaptability</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-27
Lampiran 12 Reliabilitas <i>Adaptability</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-28
Lampiran 13 Reliabilitas <i>General Mood</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-29
Lampiran 14 Reliabilitas <i>General Mood</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-30
Lampiran 15 Reliabilitas <i>Physiological</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-31
Lampiran 16 Reliabilitas <i>Physiological</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-32
Lampiran 17 Reliabilitas <i>Emotional</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-33
Lampiran 18 Reliabilitas <i>Emotional</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-34
Lampiran 19 Reliabilitas <i>Cognitive</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-35
Lampiran 20 Reliabilitas <i>Cognitive</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-36
Lampiran 21 Reliabilitas <i>Behavior</i> Sebelum Butir Buruk Dibuang	L-37
Lampiran 22 Reliabilitas <i>Behavior</i> Setelah Butir Buruk Dibuang	L-38

Lampiran 23 Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin	L-39
Lampiran 24 Gambaran Subyek Berdasarkan Kelas	L-40
Lampiran 25 Gambaran Subyek Berdasarkan Usia	L-41
Lampiran 26 Gambaran Subyek Berdasarkan Jumlah Mengikuti Pentas	L-42
Lampiran 27 Gambaran Data Penelitian	L-43
Lampiran 28 Uji Normalitas	L-44
Lampiran 29 Analisis Data Utama Uji Korelasi Kecerdasan Emosional dengan <i>Performance Anxiety</i>	L-45
Lampiran 30 Uji Korelasi antar Dimensi dalam Kecerdasan Emosional dengan <i>Performance Anxiety</i>	L-46
Lampiran 31 Gambaran Data Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	L-47
Lampiran 32 Gambaran Data Penelitian Berdasarkan Jumlah Ikut Pentas	L-48
Lampiran 33 Gambaran Data Penelitian Berdasarkan Kelas	L-49
Lampiran 34 Gambaran Data Penelitian Berdasarkan Mengikuti Les	L-50

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Dimensi <i>Intrapersonal</i>	30
Tabel 2 Dimensi <i>Interpersonal</i>	31
Tabel 3 Dimensi <i>Stress Management</i>	32
Tabel 4 Dimensi <i>Adaptability</i>	33
Tabel 5 Dimensi <i>General Mood</i>	34
Tabel 6 Dimensi <i>Physiological</i>	36
Tabel 7 Dimensi <i>Emotional</i>	37
Tabel 8 Dimensi <i>Cognitive</i>	38
Tabel 9 Dimensi <i>Behavioral</i>	39
Tabel 10 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	41
Tabel 11 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Kelas	41
Tabel 12 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia	42
Tabel 13 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jumlah Mengikuti Pentas	43
Tabel 14 Gambaran Data Kecerdasan Emosional	45
Tabel 15 Gambaran Data <i>Performance Anxiety</i>	45
Tabel 16 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin Subyek	48
Tabel 17 <i>Performance Anxiety</i> Berdasarkan Jenis Kelamin Subyek	48
Tabel 18 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jumlah Mengikuti Pentas	49
Tabel 19 <i>Performance Anxiety</i> Berdasarkan Jumlah Mengikuti Pentas	50
Tabel 20 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Kelas	51
Tabel 21 <i>Performance Anxiety</i> Berdasarkan Kelas	51
Tabel 22 Kecerdasan Emosional Berdasarkan Mengikuti Les Musik	52

ABSTRAK

Sandra Agustina Sunaryo

Hubungan antara kecerdasan emosional dengan *performance anxiety* pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan Musik (SMKM). (Miniwaty Halim, M.Psi. & Dra. Ninawati, M.M.). Program studi S1 Psikologi Universitas Tarumanagara (61 halaman, P1-P5, L1-L50).

Kecerdasan emosional dapat memengaruhi *performance anxiety* yang dimiliki seseorang ketika harus tampil di hadapan publik. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam memahami emosi yang dirasakan oleh dirinya maupun yang dirasakan orang lain sehingga individu tersebut dapat bersikap atau memecahkan permasalahan yang sedang dihadapinya. *Performance anxiety* adalah ketakutan atau perasaan cemas terhadap penilaian atau evaluasi dari orang lain ketika harus tampil di hadapan publik. Penelitian ini melibatkan 66 siswa SMK Musik X dengan karakteristik subyek berusia 15-18 tahun dengan jenis kelamin, agama, dan suku yang tidak dibatasi. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan menggunakan metode kuantitatif non eksperimental. Hasil analisis data menggunakan uji korelasional Pearson menunjukkan bahwa $r = -0.298$ dan $p = 0.015$. Kesimpulan yang didapat dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan *performance anxiety*.

Kata kunci: kecerdasan emosional, *performance anxiety*, musisi

