

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensori, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau *open behavior* (Donsu, 2017). Pengetahuan atau *knowledge* adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui panca indera yang dimilikinya. Panca indera manusia guna penginderaan terhadap objek yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indera pendengaran dan indera penglihatan (Notoatmodjo, 2014).

2. Tingkatan Pengetahuan

Pengetahuan menurut Notoatmodjo (2010) seseorang terhadap suatu objek mempunyai intensitas atau tingkatan yang berbeda. Sebagian besar dibagi menjadi 6 tingkatan yaitu:

a. Tahu (*Know*)

Tingkatan pengetahuan paling rendah. Tahu artinya dapat mengingat atau mengingat kembali suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Ukuran bahwa seseorang ia tahu adalah dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan dan menyatakan.

b. Memahami (*Comprehention*)

Memahami suatu objek bukan hanya sekedar tahu terhadap objek tertentu dan juga tidak sekedar menyebutkan, tetapi orang tersebut juga menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahuinya. Orang yang telah memahami objek dan materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menarik kesimpulan, meramalkan terhadap suatu objek yang dipelajari.

c. Penerapan (*Aplication*)

Aplikasi dapat diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan ataupun mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi atau kondisi yang lain. Aplikasi juga diartikan kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi nyata atau dapat menggunakan hukum-hukum, rumus, metode dalam situasi nyata.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang dalam menjabarkan objek ke dalam bagian-bagian lebih kecil, tetapi masih di dalam suatu struktur objek tersebut dan masih terkait satu sama lain. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang telah sampai pada tingkatan ini adalah jika orang tersebut dapat membedakan, menggambarkan, membuat bagan, membedakan pengertian psikologi dengan fisiologi.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan dalam merangkum atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru atau kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Ukuran kemampuan adalah ia dapat menyusun, meringkas, merencanakan dan menyesuaikan satu teori atau rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah suatu kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian atau justifikasi terhadap suatu materi atau objek tertentu. Penilaian ini berdasarkan kriteria yang telah ada atau kriteria yang ditentukan sendiri.

3. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran tingkat pengetahuan dapat dilakukan dengan teknik wawancara atau kuesioner yang menanyakan isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut:

a. Pendidikan

Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin banyak pula seseorang menerima informasi dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak.

b. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat membantu seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

c. Umur

Bertambahnya umur mengakibatkan perubahan fisik dan psikologis (mental). Perubahan fisik terdiri dari: perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru. Sedangkan, perubahan psikologis menyebabkan taraf berfikir seseorang menjadi semakin matang dan dewasa.

d. Minat

Minat sebagai kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu.

e. Pengalaman

Pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

f. Kebudayaan di lingkungan sekitar

Lingkungan adalah seluruh kondisi yang ada sekitar manusia dan pengaruhnya dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku atau kelompok. Lingkungan sangat berpengaruh dalam pembentukan pribadi atau sikap seseorang.

g. Informasi

Dalam memperoleh informasi dapat mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru.

5. Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut Nursalam (2016) pengetahuan seseorang dapat diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

1. Pengetahuan Baik : 76% - 100%
2. Pengetahuan Cukup : 56% - 75%
3. Pengetahuan Kurang : <56%

6. Cara Memperoleh Pengetahuan

Berbagai macam cara yang telah digunakan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan sepanjang sejarah, dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu:

a. Cara memperoleh kebenaran Non Ilmiah

1. Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan beberapa kemungkinan dalam memecahkan berbagai masalah dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil lalu dicoba kembali kemungkinan yang lain sampai seterusnya.

2. Secara kebetulan

Pemenuhan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak disengaja oleh orang yang bersangkutan.

3. Para pemegang otoritas, baik pemimpin pemerintah, tokoh agama, maupun ahli ilmu pengetahuan pada prinsipnya mempunyai mekanisme yang sama di dalam penemuan pengetahuan.

4. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa yang lalu.

5. Cara akal sehat

Akal sehat atau *common sense* kadang-kadang dapat menemukan teori atau kebenaran. Pemberian hadiah dan hukuman (*reward and punishment*) merupakan cara yang masih dianut oleh banyak orang untuk mendisiplinkan anak dalam konteks pendidikan.

b. Cara ilmiah memperoleh pengetahuan

Cara ilmiah atau modern dalam pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis dan ilmiah, cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer disebut metodologi penelitian (*research methodology*). Penelitian ini mencakup tiga hal pokok:

1. Segala sesuatu yang positif

Gejala tertentu yang muncul pada saat dilakukan pengamatan.

2. Segala sesuatu yang negatif

Gejala tertentu yang tidak muncul pada saat dilakukan penelitian.

3. Segala sesuatu

Gejala-gejala yang berubah-ubah pada kondisi-kondisi tertentu (Notoatmodjo, 2010).

B. Sikap

1. Pengertian Sikap

Setiap individu memiliki sikap yang berbeda-beda satu sama lain. Individu memiliki sikap yang positif ketika individu merasa senang dan mampu menempatkan dirinya pada tingkatan sikap yang ada (Sarlito, 2009).

Sedangkan menurut Notoatmodjo (2010) menjabarkan sikap merupakan respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang – tidak senang, setuju – tidak setuju, baik – tidak baik dan sebagainya). Jadi sikap merupakan suatu sindrom atau kumpulan gejala dalam merespon stimulus atau objek. Sehingga sikap itu melibatkan pikiran, perasaan, perhatian dan gejala yang lain.

Newcomb, salah seorang ahli psikolog sosial menyatakan bahwa sikap merupakan pelaksanaan motif tertentu. Dalam kata lain fungsi sikap merupakan tindakan (reaksi terbuka) atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi perilaku (tindakan) atau reaksi tertutup (Notoatmodjo, 2010).

Sikap adalah keadaan mental dan saraf dari kesiapan yang diatur melalui pengalaman yang memberikan pengaruh dinamik atau terarah terhadap respon individu pada semua objek dan situasi yang berkaitan dengannya (Widyatun, 2009).

2. Sifat-Sifat Sikap

Sifat sikap ada 2 macam, dapat bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif (Wawan, 2010).

- a. Sikap positif yaitu kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangkan dan mengharapkan objek tertentu.
- b. Sikap negatif yaitu terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci dan tidak menyukai objek tertentu.

3. Tingkatan Sikap

Menurut Notoatmodjo (2010), tingkat sikap antara lain:

a. Menerima (*Receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) dan memperhatikan stimulus yang diberikan objek.

b. Merespon (*Responding*)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengajarkan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengajarkan tugas yang diberikan, terlepas pekerjaan itu benar atau salah, berarti seseorang menerima ide tersebut.

c. Menghargai (*Valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengajarkan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

d. Bertanggung Jawab (*Responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

4. Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Azwar (2013) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi sikap adalah sebagai berikut:

a. Pengalaman pribadi

Apa yang dialami seseorang akan mempengaruhi penghayatan dalam stimulus sosial, tanggapan akan menjadi salah satu dasar dalam pembentukan sikap untuk dapat memiliki tanggapan dan penghayatan, seseorang harus memiliki pengamatan yang berkaitan dengan objek psikologis. Sikap yang diperoleh lewat pengalaman akan menimbulkan pengaruh langsung dapat berupa predisposisi perilaku yang akan direalisasikan hanya apabila kondisi dan situasi memungkinkan.

b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Orang lain di sekitar kita merupakan salah satu di antara komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap kita, seseorang yang kita anggap penting, akan banyak mempengaruhi pembentukan sikap kita terhadap sesuatu.

c. Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan di mana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Tanpa kita sadari, kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah.

d. Media massa

Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain-lain yang mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan hilang. Pesan-pesan sugestif yang dibawa informasi, apabila menilai sesuatu hal sehingga terbentuklah arah sikap tertentu.

e. Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Lembaga pendidikan atau lembaga agama sebagai suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap dikarenakan keduanya melakukan dasar pengertian dan konsep moral diri individu, pemahan akan baik dan buruk, garis pemisah antara sesuatu yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan, diperoleh dari pusat keagamaan serta ajaran-ajarannya.

f. Pengaruh faktor emosional

Tidak semua bentuk sikap yang ditentukan oleh situasi lingkungan dan oengalaman pribadi seseorang. Kadang-kadang suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang disadari oleh emosi yang

berfungsi sebagai penyaluran frustasi atau pengalihan bentuk mekanisme.

C. Perilaku

1. Pengertian Perilaku

Perilaku menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2014) Perilaku adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan dan lingkungan. Sedangkan menurut Notoatmodjo, perilaku adalah bentuk dari aktivitas yang dilakukan oleh manusia. Sedangkan menurut Robert Kwick, perilaku adalah sebagian tindakan seseorang yang dapat dipelajari dan diamati (Donsu, 2017).

Menurut sudut pandang biologis, perilaku adalah suatu aktivitas seseorang dan perilaku terbentuk berdasarkan pengamatan. Sedangkan berdasarkan sudut pandang operasional, perilaku merupakan tanggapan seseorang ketika diberikan rangsangan dari luar. Berbeda dengan Ensiklopedia Amerika yang mengatakan perilaku adalah suatu bentuk aksi-reaksi yang dipengaruhi oleh lingkungan. Reaksi inilah yang biasa disebut rangsangan (Donsu, 2017).

Berdasarkan pendapat di atas dapat diartikan sebagai proses interaksi manusia dengan lingkungannya. Hal inilah yang menjadi bentuk manifestasi bahwa manusia adalah makhluk sosial yang

membutuhkan bantuan orang lain untuk bertahan hidup dan mempertahankan dirinya (Donsu, 2017).

Perilaku merupakan resultan dari berbagai faktor, baik internal maupun eksternal (lingkungan) sehingga faktor penentu atau determinan perilaku manusia sulit untuk dibatasi. Perilaku memiliki 3 aspek, yaitu aspek fisik, aspek psikis dan aspek sosial. Akan tetapi dari ketiga aspek tersebut sulit untuk ditarik garis tegas yang mempengaruhi perilaku (Notoatmodjo, 2014).

Menurut Skinner dalam Notoatmodjo (2010) seorang ahli psikologi, merumuskan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Perilaku manusia dari segi biologis adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas seperti berjalan, berbicara, menangis, bekerja dan sebagainya.

Menurut Skinner dalam Notoatmodjo (2010) mengemukakan bahwa perilaku adalah hasil hubungan antara perangsang (stimulus) dan tanggapan atau respon. Aspek-aspek dalam diri individu yang sangat berperan atau berpengaruh dalam perubahan perilaku adalah persepsi, motivasi dan emosi.

2. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang adalah faktor genetik, meliputi: jenis raas, jenis kelamin, sifat fisik

dari luar individu: faktor lingkungan, pendidikan, agama, sosial ekonomi, kebudayaan dan faktor0faktor lain.

3. Karakteristik Perilaku

Ada beberapa karakteristik perilaku yaitu: perilaku adalah perkataan dan perbuatan individu, jadi semua apa yang dikatakan dan dilakukan oleh seseorang itu merupakan karakteristik perilakunya, perilaku mempunyai satu atau lebih individu yang dapat diukur yaitu frekuensi, durasi dan intensitasnya. Perilaku dapat diobservasi, dijelaskan dan direkam oleh orang lain atau orang yang terlibat dalam perilaku tersebut, perilaku mempengaruhi lingkungan baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial.

4. Domain Perilaku

Perilaku terbagi dalam 3 domain (ranah atau kawasan) yaitu ranah kognitif (*cognitive*), ranah affektif (*affective*) dan ranah psikomotor (*psychomotor*).

Dalam perkembangannya, teori bloom ini dimodifikasi untuk pengukuran hasil pendidikan kesehatan yaitu:

1) Pengetahuan (*Knowledge*)

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah

yang dihadapi. Ada enam tingkatan domain pengetahuan yaitu: tahu (*know*), memahami (*comprehensif*), aplikasi, analisis, sintesa dan evaluasi.

2) Sikap

Menurut Notoatmodjo (2012), sikap adalah reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap belum merupakan suatu tindakan ataupun aktivitas, namun merupakan predisposisi tindakan atau perilaku. Menurut Allport, seperti dikutip Notoatmodjo (2012), sikap mempunyai tiga komponen pokok yaitu: keercayaan (*keyakinan*), ide, konsep terhadap suatu objek, kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek, kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*). Seperti halnya pengetahuan, sikap ini terdiri dari berbagai tingkatan yaitu menerima, merespon, menghargai dan bertanggung jawab.

3) Praktik atau Tindakan (*Practice*)

Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan (*overt behavior*). Untuk mewujudkan sikap menjadi suatu perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain adalah fasilitas dan faktor dukungan (*support*) praktik ini mempunyai beberapa tingkatan yaitu respon terpimpin, mekanisme dan adopsi.

5. Ciri-Ciri Perilaku

Menurut Sarlito Sarwono (2017), perilaku memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1) Kepekaan Sosial

Kepekaan sosial atau yang disebut juga kecerdasan sosial adalah kunci keberhasilan dalam interaksi sosial. Tidak hanya dituntut mengikuti norma sosial, baik berupa konflik sosial ataupun kerja sama. Agar tercapai kerja sama dan kesepakatan, kita membutuhkan sensitivitas terhadap lingkungan.

Tantangan berat dalam interaksi sosial adalah menghadapi konflik. Konflik berasal dari persepsi dan ketidaksesuaian pandangan. Seseorang atau individu yang memiliki kepekaan sosial cenderung mementingkan kepentingan orang lain yang disebut altruis. Manusia sebagai makhluk sosial, saling tolong-menolong menjadi bagian yang sangat penting untuk dilakukan. Ada banyak hal yang menyebabkan perilaku kita seringkali berbeda dari yang seharusnya kita inginkan, hal tersebut dapat disebabkan oleh faktor situasional.

2) Orientasi Pada Tugas

Perilaku manusia memiliki orientasi pada tugas, seperti halnya kita yang berpandangan ke depan merupakan bentuk optimisme dari segala hal bentuk kegiatan. Orientasi pada tugas

juga menjadi salah satu cara menjaga semangat untuk melangkah ke depan. Bentuk orientasi bersifat umum dan dapat dilakukan oleh siapapun tanpa batasan usia tertentu.

3) Bekerja Keras

Manusia umumnya memiliki tujuan yang ingin dicapai, tujuan tersebut dapat bersifat berat atau ringan. Syarat agar tujuan dapat dicapai adalah dengan berusaha dan bekerja keras.

4) Kelangsungan Perilaku

Setiap manusia memiliki perilaku dan karakter yang unik. Keunikan ini yang menyebabkan perilaku dan pemikiran antar orang berbeda. Perilaku manusia terkadang terlihat abstrak, akan tetapi terjadinya perilaku tersebut saling berkesinambungan, baik disadari ataupun tidak.

Bentuk kesinambungan perilaku adalah hubungan masa lalu dan masa kini. Karena adanya masa lalu maka munculah masa kini dan masa mendatang. Kedua masa inilah yang membentuk sebuah fase perkembangan manusia, perkembangan yang selalu bergerak dinamis karena setiap orang memiliki perkembangan yang unik dan bermacam-macam.

6. Proses Adopsi Perilaku

Proses adopsi perilaku menurut Notoatmodjo (2017) sebelum seseorang mengadopsi perilaku, di dalam diri orang tersebut terjadi suatu proses yang berurutan (akronim AIETA) yaitu:

- a. Kesadaran (*Awareness*) yaitu individu menyadari adanya stimulus.
- b. Tertarik (*Interest*) yaitu individu mulai tertarik pada stimulus.
- c. Menimbang-nimbang (*Evaluation*) yaitu individu menimbang-nimbang tentang baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Pada proses ketiga ini subjek sudah memiliki sikap yang lebih baik lagi.
- d. Mencoba (*Trial*) yaitu individu sudah mulai mencoba perilaku baru.
- e. Adopsi (*Adoption*) yaitu individu telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, sikap dan kesadarannya terhadap stimulus.

D. Emosional

1. Pengertian Emosional

Pengendalian emosional sangatlah penting dalam kehidupan manusia, khususnya untuk mereduksi ketegangan yang timbul akibat konflik batin yang memuncak. Dalam konteks ini Al-Qur'an memberi petunjuk pada manusia agar mengendalikan emosinya guna mengurangi ketegangan-ketegangan fisik dan psikis serta efek negatifnya (Dian, 2015).

Morgan, King dan Robinson (dalam Manz, 2009) menyatakan bahwa emosi adalah perasaan subjektif individu yang berkaitan dengan ekspresi raut muka dan gerak tubuh. Emosi adalah keadaan yang ditimbulkan oleh situasi tertentu disertai ekspresi sehingga orang lain mengetahui bahwa seseorang mengalami emosi (Walgito, 2010).

Menurut Thomon definisi regulasi emosi lebih diperluas lagi yaitu lebih memfokuskan pada fungsi emosi agar dapat mencapai hasil yang diinginkan dan tujuan yang lebih luas. Dia juga menjelaskan bahwa regulasi emosi terjadi karena faktor internal (misalnya, menafsirkan ulang peristiwa) dan eksternal (mendapat simpati dari orang lain) dan menetapkan bahwa regulasi emosi akan terjadi secara efektif jika individu memiliki kemampuan untuk mencari dan mengevaluasi emosi pada diri sendiri. Emosi menurut Gross, seharusnya tidak hanya dianggap sebagai peningkatan daya pengalaman diri secara positif atau negatif tetapi sebagai aspek perubahan pada pengalaman emosional seperti perilaku dan ekspresi (Karen Livingstone, 2009)

Gratz dan Roemer regulasi emosi meliputi kesadaran dan pemahaman emosi, penerimaan emosi, kemampuan untuk mengendalikan impuls perilaku yang sesuai dengan tujuan yang diinginkan bila seandainya mengalami emosi negatif, kemampuan untuk mengatur situasi. Regulasi emosi merupakan suatu strategi

dalam memodifikasi sebuah respon emosional yang diinginkan untuk memenuhi tujuan individu dan tuntutan situasi (Pranchi Saxena, 2011).

Holyoak (Widanti, 2012) mengemukakan bahwa individu dengan kestabilan emosi yang baik mampu untuk mengelola situasi yang tidak terduga dan mempunyai *problem solving* yang efektif. Individu yang rendah kestabilan emosinya mungkin tidak hanya pesimis apakah masalah dapat diselesaikan tetapi juga mungkin membuat atribusi emosi negatif, individu tersebut terlihat melihat masalah sebagai krisis bukan sebagai tantangan yang harus diatasi (Watson dkk. dalam Mueller & Judge and Scott, 2009).

Sari dan Widodo (2014) mengemukakan hal kepatuhan tersebut bahwa disiplin merupakan sikap dan perilaku patuh terhadap tatanan nilai, norma dan moral yang berlaku secara universal atau semesta dalam masyarakat. Kepatuhan terhadap tatanan nilai, norma dan moral sangat dinilai sebagai sikap dan perilaku indiscipliner.

Teori psikologi sosial yang dikemukakan oleh Baron dan Bryne (2012) bahwa kita bertindak sebagai warga masyarakat dan ingin mengendalikan diri, maka kita juga harus mengetahui bagaimana sikap itu berkembang dan bagaimana sikap itu berselisih. Apakah sikap itu didefinisikan sebagai suatu sistem, maka sikap ini menekankan pada hubungan antara tiga komponen yang terdiri dari: 1. Komponen kognitif, yaitu keyakinan individu tentang subjek objek; 2. Komponen

perasaan, yaitu mengenai emosi yang berhubungan dengan objek; dan

3. Komponen kecenerungan bertindak, yaitu kesiapan perilaku bergabung dengan sikap.

Goleman (2016) menyatakan kecerdasan emosi adalah kemampuan mengenali perasaan pribadi dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri maupun dalam hubungan dengan orang lain.

Emosi tidak hanya memberi kontribusi terhadap intelegensi, tetapi juga keseluruhan kehidupan manusia, sehingga diperlukan suatu kecekapan emosional yang disebut kecerdasan emosional guna mengendalikan diri dan memberikan arahan untuk keseluruhan kehidupan seseorang agar tercapai suatu kesuksesan hidup.

Individu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi lebih mampu mengelola gejolak emosional mereka, mampu menjalin hubungan yang akrab dengan orang lain, dapat mengelola stress serta mampu mengatasi tantangan dalam hidup mereka. Mereka juga tidak mudah putus asa, tidak mudah tegang serta mampu bertahan dalam menghadapi masalah. Selain itu individu yang cerdas emosinya, secara sosial akan mantap, mudah bergaul, sehingga memiliki kemampuan yang besar untuk melibatkan diri dengan orang lain.

Telah disebutkan sebelumnya bahwa kecerdasan emosional ini sangat mempengaruhi kehidupan seseorang secara keseluruhan mulai dari kehidupan keluarga, pekerjaan, sampai interaksi lingkungan sosial, termasuk dalam penyerapan dan penerapan norma-norma lalu lintas. Kecerdasan emosional juga mencakup kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan orang lain, dalam hal ini meliputi rasa tanggung jawab terhadap nyawa diri sendiri maupun orang lain di jalan raya.

2. Aspek Kecerdasan Emosi

Goleman (2016) menyatakan bahwa kecerdasan emosi terdiri dari lima aspek, yaitu:

a. Mengenali Emosi Diri

Kesadaran diri mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional. Kemampuan memantau perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologis dan pemahaman diri. Ketidakmampuan mencermati perasaan kita yang sesungguhnya membuat kita berada dalam kekuasaan perasaan. Orang yang memiliki keyakinan yang lebih tentang perasaannya adalah pilot yang handal bagi kehidupan mereka, karena mempunyai kepekaan yang tinggi akan perasaan mereka yang sesungguhnya atas pengambilan keputusan-

keputusan masalah pribadi, mulai dari masalah siapa yang akan dinikahi sampai ke pekerjaan apa yang akan diambil.

b. Mengelola Emosi

Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri. Kemampuan menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya ketrampilan ini akan terus-menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

c. Memotivasi Diri Sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri dan untuk berkreasi. Kendali diri emosional – menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Mampu menyesuaikan diri dalam “*flow*” memungkinkan terwujudnya kinerja yang tinggi dalam segala bidang. Orang-orang yang memiliki ketrampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.

d. Mengenal Emosi Orang Lain

Empati, kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emosional. Merupakan “ketrampilan bergaul” dasar. Orang yang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikendalikan orang lain.

e. Membina Hubungan

Seni membina hubungan, sebagian besar merupakan ketrampilan mengelola emosi orang lain. Ini merupakan ketrampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Orang-orang yang hebat dalam ketrampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain, mereka adalah bintang-bintang pergaulan.

E. Berkendara

1. Pengertian Keselamatan Berkendara

Keselamatan berkendara adalah perilaku mengemudi yang aman dan bisa membantu untuk menghindari terjadinya kecelakaan lalu lintas. Keselamatan berkendara merupakan dasar pelatihan berkendara yang lebih memperhatikan keselamatan bagi pengemudi dan penumpang. Keselamatan berkendara di desain guna untuk

meningkatkan kesadaran (*awareness*) pengemudi terhadap segala kemungkinan yang terjadi selama berkendara (Ariwibowo, 2013).

Keselamatan berkendara merupakan suatu kegiatan yang menyangkut banyak aspek sehingga harus memperhatikan faktor keamanan dan keselamatan diri pribadi serta orang lain. Prioritas sasaran program keselamatan berkendara antara lain melengkapi kendaraan dengan spion, lampu sein dan lampu rem (kelengkapan kendaraan), menggunakan helm standar dan memastikannya berbunyi klik (kelengkapan keselamatan), menyalakan lampu pada siang hari untuk roda dua, menggunakan lajur kiri bagi kendaraan roda dua (Puspitasari, 2013).

Menurut Ikhsan, M (2009) kecelakaan lalu lintas pada umumnya terjadi karena berbagai faktor penyebab, antara lain manusia, kondisi kendaraan, kondisi jalan dan kondisi lingkungan. Faktor manusia memegang peranan yang sangat dominan, karena cukup banyak faktor yang mempengaruhi perilakunya. Ia menambahkan, faktor manusia menyumbang 80% sampai 90% terjadinya kecelakaan, sedangkan faktor lainnya hanya berperan 10% sampai 20%. Dari data Ditlantas Polri, ditunjukkan pula mengenai kecelakaan lalu lintas yang sebagian besar diakibatkan oleh faktor manusia yaitu 89,6%.

2. Pelanggaran Lalu Lintas

Dikatakan oleh Ikhsan, (2009) melanggar lalu lintas dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

- a. Melanggar dalam surat-surat antara lain SIM dan STNK
 - b. Melanggar dalam perbuatan, antara lain:
 - 1) Melanggar rambu-rambu lalu lintas
 - 2) Melakukan kesalahan saat di perjalanan seperti mengendarai sepeda motor melebihi batas kecepatan maksimal sesuai rambu lalu lintas.
 - 3) Motor tidak sesuai dengan aturan yang berlaku
- ### 3. Aspek Perilaku Berlalu Lintas

Pendapat Ikhsan, (2009) tersebut dapat disimpulkan menjadi aspek perilaku berlalu lintas, yaitu tentang:

- a. Kelengkapan syarat berkendara
Pengendara tidak membawa SIM atau STNK saat mengendarai sepeda motor
- b. Rambu-rambu lalu lintas
Melanggar rambu-rambu lalu lintas
- c. Perilaku mengendarai sepeda motor
 - 1) Melakukan kesalahan saat di perjalanan seperti mengendarai sepeda motor melebihi batas kecepatan maksimal sesuai tanda rambu lalu lintas.

2) Motor tidak sesuai dengan aturan yang berlaku

Faktor kelelahan dan kejenuhan sangat berpengaruh terhadap kemampuan pengemudi dalam mengemudikan kendaraan bermotor secara wajar sebagaimana terdapat pada UU No. 22 Tahun 2009 tentang lalu lintas dan angkutan jalan.

Dapat disimpulkan terjadinya perilaku melanggar peraturan lalu lintas meliputi pribadi individu, kurangnya informasi tentang peraturan lalu lintas, lingkungan keluarga, nilai moral yang mulai turun dalam diri pengendara dan aparat lalu lintas, lingkungan luar serta kelelahan dan kejenuhan.

F. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescencia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Bangsa primitif demikian pula orang-orang zaman purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode lain dalam rentang kehidupan; anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi. Remaja berasal dari bahasa Latin yaitu *adolescence* yang memiliki *arti to grow maturity* (Golinko, 2011). Remaja mengalami perubahan fisik, kognitif, emosi dan harga diri (Papalia & Fieldman, 2014).

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial dan emosional. Pada masa ini keadaan emosi remaja masih labil karena erat hubungan dengan keadaan hormon. Emosi remaja lebih mendominasi dan menguasai mereka dari fikiran yang realistis (Mansur, 2009).

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa, banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja tersebut. Perubahan yang terjadi yaitu perubahan secara fisik yang merupakan gejala primer dari pertumbuhan remaja. Sedangkan perubahan psikologis muncul akibat dari perubahan fisik remaja tersebut (Sarwono, 2013).

Perubahan biologis adalah percepatan pertumbuhan, perubahan hormonal dan kematangan seksual yang datang dengan pubertas (Santrock, 2011). Perubahan fisik yang sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan jiwa remaja adalah pertumbuhan tinggi badan yang semakin tinggi, berfungsinya alat-alat reproduksi (ditandai dengan haid pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki) dan tanda-tanda seksual sekunder yang tumbuh. Perubahan fisik tersebut dapat menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada

dirinya, sehingga dapat berpengaruh pada perubahan psikologi remaja tersebut (Sarwono, 2013).

Pekembangan atau perubahan kognitif yang terjadi selama masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja adalah peningkatan dalam berpikir abstrak, idealis dan logis. Ketika mereka melakukan transisi tersebut, remaja mulai berpikir secara lebih egosentris, sering merasa bahwa berada di panggung, unik dan tidak terkalahkan. Dalam menanggapi perubahan tersebut, orang tua memberikan lebih banyak tanggung jawab untuk pengambilan keputusan yang dilakukan oleh para remaja (Santrock, 2011).

Perubahan sosio-emosional yang dialami remaja adalah pencarian bukaan diri. Ketika untuk kebebasan, konflik dengan orang tua dan keinginan untuk menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya. Percakapan dengan teman-teman menjadi lebih intim dan memasukkan lebih banyak keterbukaan diri. Ketika anak-anak memasuki masa remaja mereka akan mengalami kematangan seksual sehingga mereka akan mengalami ketertarikan yang lebih besar dalam hubungan dengan lawan jenis. Remaja akan mengalami perubahan mood yang lebih besar daripada masa kanak-kanak (Santrock, 2011).

2. Dinamika Masa Remaja

Menurut Pieter & Lubis (2010), masa remaja adalah masa peralihan dari masa pubertas menuju masa dewasa. Selama periode ini, anak

remaja banyak mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis ataupun sosial. Untuk memudahkannya, maka kita membagikan masa remaja menjadi 3 bagian, yaitu:

a. Remaja Awal dengan rentang usia sekitar (12 – 15 tahun)

Ciri-ciri dinamika remaja awal:

- 1) Mulai menerima kondisi dirinya.
- 2) Berkembangnya cara berpikir.
- 3) Menyadari bahwa setiap manusia memiliki perbedaan potensi.
- 4) Bersikap *overestimate*, seperti meremehkan segala masalah, meremehkan kemampuan orang lain dan terkesan sombong.
- 5) Akibat sombong menjadikan dia gegabah dan kurang waspada.
- 6) Proporsi tubuh semakin proporsional.
- 7) Tindakan masih kanak-kanak, akibat ketidakstabilan emosi.
- 8) Sikap dan moralitasnya masih bersifat egosentris.
- 9) Banyak perubahan dalam kecerdasan dan kemampuan mental.

b. Remaja Tengah dengan rentang usia sekitar (15 - 18 tahun)

Ciri-ciri dinamika remaja tengah:

- 1) Bentuk fisik makin sempurna dan mirip dengan orang dewasa.
- 2) Perkembangan sosial dan intelektual lebih sempurna.
- 3) Semakin berkembang keinginan untuk mendapatkan status.
- 4) Ingin mendapatkan kebebasan sikap, pendapat dan minat.
- 5) Keinginan untuk menolong dan ditolong orang lain.

- 6) Pergaulan sudah mengarah pada heteroseksual.
- 7) Belajar bertanggung jawab.
- 8) Apatis akibat selalu ditantang sehingga malas mengulangnya.
- 9) Perilaku agresif akibat diperlakukan seperti kanak-kanak.

c. Remaja Akhir dengan rentang usia sekitar (18 -21 tahun)

Ciri-ciri dinamika remaja akhir:

- 1) Disebut dewasa muda dan meninggalkan dunia kanak-kanak.
- 2) Berlatih mandiri dalam membuat keputusan.
- 3) Kematangan emosional dan belajar mengendalikan emosi.
- 4) Dapat berpikir objektif sehingga mampu bersikap sesuai dengan situasi.
- 5) Belajar menyesuaikan diri dengan norma-norma yang berlaku.
- 6) Membina hubungan sosial secara heteroseksual.

3. Perubahan Fisik Masa Remaja

Perkembangan fisik mulai pada masa remaja awal hingga remaja akhir sedikit mengalami penurunan. Penurunan terutama perkembangan eksternal, sehingga perkembangan internal lebih menonjol dibandingkan dengan perkembangan eksternal (Pieter & Lubis, 2010).

a. Perubahan Eksternal

1) Tinggi dan berat badan

Penambahan tinggi badan remaja putri rata-rata pada usia 17 – 19 tahun. Perubahan berat badan remaja mengikuti jadwal yang sama dengan tinggi dan terjadi pada bagian-bagian tubuh yang mengandung lemak sedikit atau tidak sama sekali.

2) Organ seks dan ciri-ciri seks sekunder

Perkembangan organ-organ seksual akan mencapai ukuran yang matang pada masa remaja akhir. Namun, fungsinya belumlah matang hingga beberapa tahun. Adapun, perkembangan ciri-ciri seks sekunder akan sempurna matang pada remaja akhir.

3) Proporsi tubuh

Beberapa dari bagian anggota tubuh lambat laun akan mencapai perbandingan proporsi tubuh yang lebih seimbang, misal badan yang melebar dan memanjang sehingga tidak kelihatan panjang.

b. Perubahan Internal

1) Sistem pencernaan

Bentuk perut lebih panjang dan tidak lagi berbentuk pipa. Usus bertambah panjang dan besar, otot-otot perut dan

dinding usus menjadi lebih kuat dan tebal. Berat hati akan bertambah dan kerongkongan semakin memanjang.

2) Sistem peredaran darah dan sistem pernafasan

Ketika usia 17 – 18 tahun jantung tumbuh pesat. Panjang dan tebal dinding pembuluh darah meningkat dan mencapai kematangan seiring bertambah matang kekuatan jantung. Kapasitas paru-paru remaja perempuan akan meningkat ketika usia 17 tahun dan lebih cepat matang daripada remaja pria.

3) Sistem endokrin dan jaringan tubuh

Ketika masa remaja kegiatan dari gonad yang meningkat menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan sementara dalam seluruh sistem endokrin. Kelenjar-kelenjar seksual berkembang pesat dan semakin berfungsi hingga tahap remaja akhir dan awal dewasa. Sementara, jaringan otot dan tulang terus berkembang pesat dan akan berhenti ketika usia 18 tahun.

4. Perkembangan Psikis Masa Remaja

Widyastuti (2009) menjelaskan tentang perubahan kejiwaan pada masa remaja. Perubahan-perubahan yang berkaitan dengan kejiwaan pada masa remaja adalah:

a. Perubahan emosi. Perubahan tersebut berupa kondisi:

- 1) Sensitif tau peka misalnya mudah menangis, cemas, frustrasi dan sebaliknya bisa tertawa tanpa alasan yang jelas. Utamanya sering terjadi pada remaja putri, lebih-lebih sebelum menstruasi.
- 2) Mudah bereaksi bahkan agresif terhadap gangguan atau rangsangan luar yang mempengaruhinya. Itulah sebabnya mudah terjadi perkelahian. Suka mencari perhatian dan bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu.
- 3) Ada kecenderungan tidak patuh pada orang tua dan lebih senang pergi bersama dengan temannya daripada tinggal di rumah.

b. Perkembangan intelegensia. Pada perkembangan ini menyebabkan remaja:

- 1) Cenderung mengembangkan cara berpikir abstrak, suka memberikan kritik.
- 2) Cenderung ingin mengetahui hal-hal baru, sehingga muncul perilaku ingin mencoba-coba.

Tetapi dari semua itu, proses perubahan kejiwaan tersebut berlangsung lebih lambat dibandingkan perubahan fisiknya.

5. Perkembangan Kognitif Masa Remaja

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir dan bahasa (Jahja, 2012).

Seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Dalam pandangan Piaget, remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, di mana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja ke dalam skema kognitif mereka. Remaja telah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibanding ide lainnya, lalu remaja juga mengembangkan ide-ide ini. seorang remaja tidak saja mengorganisasikan apa yang dialami dan diamati, tetapi remaja mampu mengolah cara berpikir mereka sehingga memunculkan suatu ide baru.

Kekuatan pemikiran remaja yang sedang berkembang membuka cakrawala kognitif dan cakrawala sosial baru. Pemikiran mereka semakin abstrak (remaja berpikir lebih abstrak daripada anak-anak), logis (remaja mulai berpikir seperti ilmuwan, yang menyusun rencana-rencana untuk memecahkan masalah-masalah dan menguji secara sistematis pemecahan-pemecahan masalah) dan idealis (remaja sering berpikir tentang apa yang mungkin. Mereka berpikir tentang ciri-ciri ideal diri mereka sendiri, orang lain dan dunia); lebih mampu menguji pemikiran diri sendiri, pemikiran orang lain dan apa yang

orang lain pikirkan tentang diri mereka; serta cenderung menginterpretasikan dan memantau dunia sosial (Santrock, 2002).

Masa remaja awal (sekitar usia 11 atau 12 sampai 14 tahun), transisi keluar dari masa kanak-kanan, menawarkan peluang untuk tumbuh bukan hanya dalam dimensi fisik, tetapi juga dalam kompetensi kognitif dan sosial.

6. Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja

Tugas perkembangan pada masa remaja adalah mulai mencari jati diri di luar bagian dari suatu keluarga. Pada saat yang sama, konformitas dengan teman-teman sebaya juga amat penting, remaja lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebaya dan lebih sedikit dengan keluarga (Papalia, 2009).

- a. Menerima keadaan jasmani yang sebenarnya.
- b. Memperoleh hubungan baru dan lebih matang dengan teman-teman sebaya antara dua jenis kelamin.
- c. Memperoleh kebebasan emosional dari orang tua.
- d. Mendapatkan perangkat nilai hidup dan falsafah hidup.
- e. Memiliki citra-diri yang realistis.

Tugas perkembangan remaja yang paling mendasari untuk peneliti ini adalah tugas perkembangan di mana remaja mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain, berperilaku yang diterima

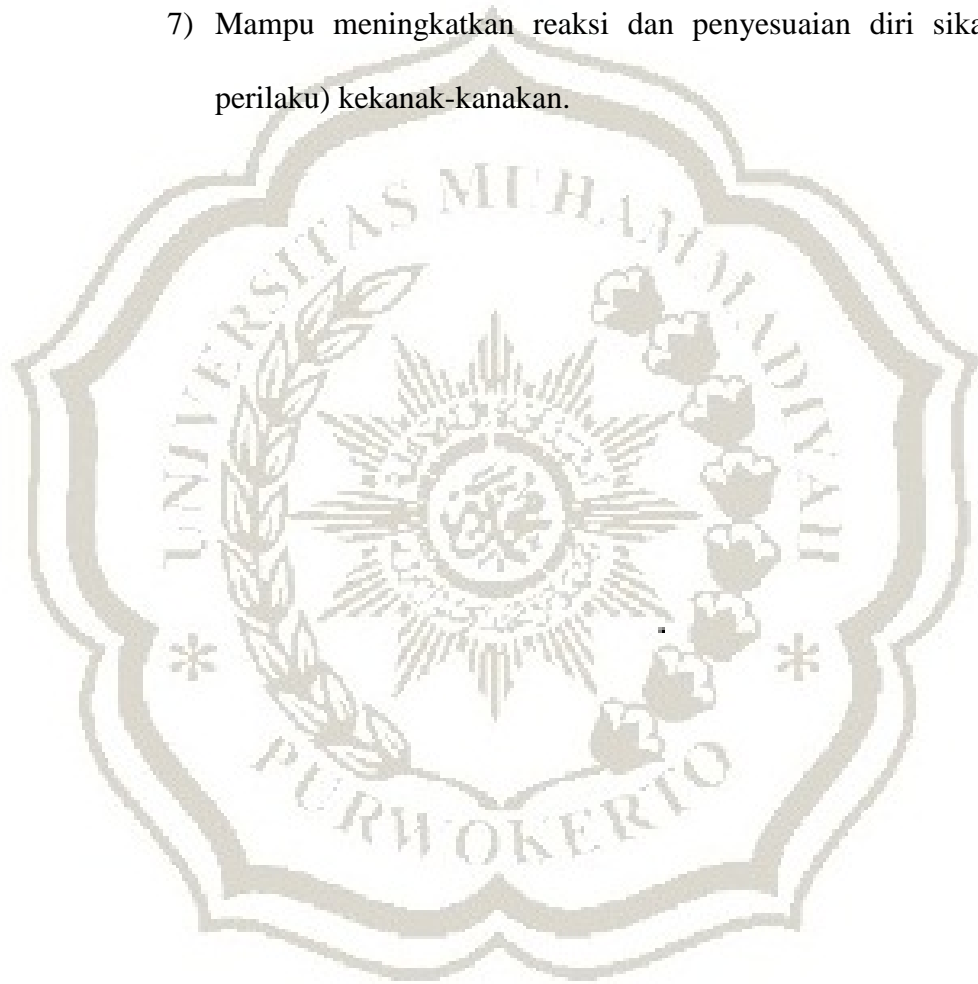
oleh sosial dan mengakui tata nilai dan sistem etika yang membimbing segala tindakan dan pandangan. Memenuhi tugas tersebut, remaja sangat membutuhkan ketrampilan sosial.

Remaja diharapkan memiliki gambaran diri realistis, tidak lagi berdasarkan khayal (fantasi) tentang gambaran yang muluk-muluk seperti apa yang seringkali mereka pikirkan dan alami pada masa pubertas atau masa kanak-kanak (Pieter & Lubis, 2010).

Kay (2012) mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
- 2) Mencapai kemandirian emosional, dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
- 3) Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok.
- 4) Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.
- 5) Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuan sendiri.

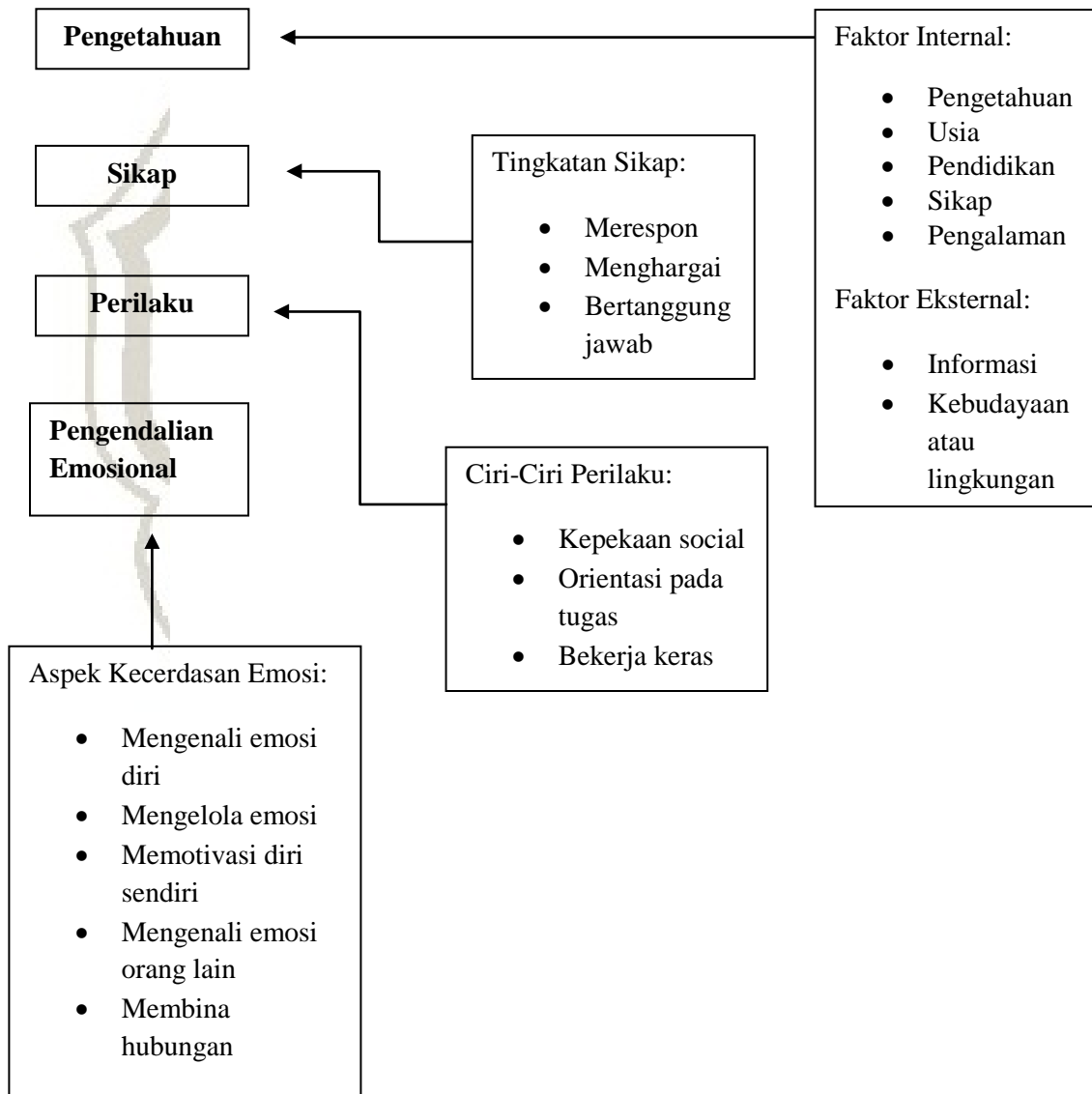
- 6) Memperkuat self-control (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup (Weltanschauung).
- 7) Mampu meningkatkan reaksi dan penyesuaian diri sikap atau perilaku) keanak-kanakan.



G. Kerangka Teori

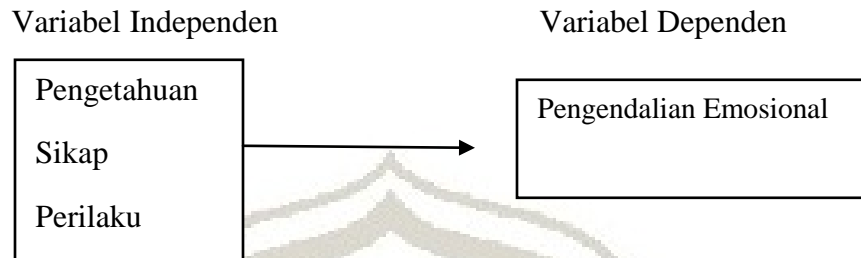
Berdasarkan tujuan penelitian yang telah diuraikan. Maka kerangka teori pada penelitian ini adalah

Gambar 2.1 Kerangka Teori



Notoatmodjo (2010), Goleman (2016) dan Sarwono (2017)

H. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

I. Hipotesis Penelitian

Ha:

- Ada hubungan antara pengetahuan remaja dengan pengendalian emosional dalam berkendara sepeda motor.
- Ada hubungan antara sikap remaja dengan pengendalian emosional dalam berkendara sepeda motor.
- Ada hubungan antara perilaku remaja dengan pengendalian emosional dalam berkendara sepeda motor.

Ho:

- Tidak ada hubungan antara pengetahuan remaja dengan pengendalian emosional dalam berkendara sepeda motor.
- Tidak ada hubungan antara sikap remaja dengan pengendalian emosional dalam berkendara sepeda motor
- Tidak ada hubungan antara perilaku remaja dengan pengendalian emosional dalam berkendara sepeda motor.