

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Komunikasi merupakan salah satu yang tidak dapat dilepaskan jika berbicara tentang aktivitas sosial, komunikasi adalah proses sosial dimana individu menggunakan simbol untuk membangun dan menafsirkan makna dalam lingkungan mereka (West & Turner, 2014). Dimana komunikasi melibatkan orang dan interaksi. Sedangkan komunikasi interpersonal sendiri adalah interaksi verbal dan nonverbal antara dua atau lebih orang yang saling bergantung (De Vito, 2013:5), komunikasi secara umum adalah “penggunaan simbol untuk mewakili ide sehingga makna dapat dibagi” (Solomon, D & J.Theiss, 2013:4).

Semua orang bisa untuk berbicara tapi tidak semua pandai untuk menyampaikan, orang dengan tingkat keterampilan komunikasi interpersonal yang lebih tinggi lebih mampu menghadapi tekanan stres, memiliki kepuasan yang lebih besar dalam hubungan dan lebih banyak teman, serta memiliki lebih sedikit depresi dan kecemasan (Hargie, 2011).Manusia sendiri tidak dilahirkan dengan semua keterampilan komunikasi interpersonal yang kita perlukan dalam hidup. Ini karena komunikasi interpersonal bersifat strategis, artinya kita sengaja membuat sebuah pesan untuk mencapai tujuan tertentu yang membantu kita berfungsi dalam masyarakat dan hubungan.

Uniknya dalam komunikasi interpersonal apa yang kita sampaikan meskipun isi dari pesan tersebut sama tapi hasil yang didapatkan akan berbeda jika itu disampaikan kepada orang yang berbeda bahkan diorang yang sama sekalipun jika itu berbeda waktu akan berbeda hasilnya dan masih banyak faktor yang menentukan agar terjalin komunikasi interpersonal yang efektif.Kita memiliki kebutuhan yang berbeda yang dipenuhi melalui berbagai hubungan,apa yang dapat memotivasi seseorang untuk berkomunikasi ?, kita sering terlibat dalam sebuah komunikasi yang

dirancang untuk mencapai tujuan instrumental seperti mendapatkan kepatuhan (membuat seseorang melakukan apa yang kita inginkan), mendapatkan informasi yang kita butuhkan, atau sekedar meminta dukungan (Burleson, Metts & Kirch, 2000).

Ketika kita berkomunikasi untuk mencapai tujuan relasional, individu akan mencoba untuk memepertahankan hubungan yang positif, hal ini berkaitan dengan bagaimana seseorang dapat memelihara hubungan lewat komunikasi. Komunikasi yang baik akan menghasilkan hubungan yang baik. Faktanya keberhasilan hubungan keluarga contohnya sangat bergantung pada komunikasi interpersonal, dalam sebuah survei terhadap 1001 orang yang berusia diatas 18 tahun, 53 persen merasa bahwa kurangnya komunikasi yang efektif adalah penyebab utama kegagalan pernikahan, persentase yang jauh lebih besar daripada mereka yang mengutip uang (38 persen) dan campur tangan mertua (14 persen) (Roper Starch, 1999).

Efek yang akan terjadi saat komunikasi tidak berjalan lancar adalah konflik interpersonal, konflik ini terjadi dalam interaksi di mana tujuan yang nyata atau dianggap tidak sesuai, sumber daya yang langka, atau sudut pandang yang berlawanan. Konflik interpersonal dapat diekspresikan secara verbal atau nonverbal sepanjang rangkaian mulai dari sikap yang dingin yang hampir tidak terlihat sampai kepada hal yang meledak-ledak dan terlihat sangat jelas. Namun yang perlu diperhatikan bahwa konflik sendiri sifatnya tidak selalu negatif ataupun tidak produktif. Faktanya, banyak studi penelitian yang menunjukkan bahwa kuantitas konflik dalam suatu hubungan tidak sepenting bagaimana konflik tersebut ditangani (Markman et al., 1993). Selain itu, ketika konflik dikelola dengan baik, konflik berpotensi mengarah pada hubungan yang lebih bermanfaat dan memuaskan (Canary & Messman, 2000)

Seringkali komunikasi dapat mempengaruhi kehidupan seseorang secara singkat baik dari panjangnya apa yang disampaikan individu ataupun 1 kata pun dapat merubah apa yang ada dalam

diri seorang , Kita terkadang tidak bermaksud kearah yang kita tidak inginkan saat berinteraksi, Sering kali kita terlibat dalam komunikasi interpersonal untuk memenuhi tujuan tertentu yang mungkin ingin kita capai, tetapi terkadang kita lebih sukses daripada apa yang kita harapkan.

Regulasi emosi sering kali jadi pemicu terganggunya sebuah komunikasi interpersonal. Regulasi emosi sendiri adalah kemampuan individu untuk mengatur atau mengelola emosi dalam menanggapi suatu hal yang akan diekspresikan oleh individu Hingga batas tertentu kita memiliki kendali atas pengalaman emosional kita dengan mengubah perilaku yang ada pada diri kita dengan menghindari situasi, orang dan pemicu yang menyebabkan kita merasa tidak enak, atau dengan cara mengubah pandangan kita terhadap situasi tersebut. Kemampuan tersebut dikenal sebagai *Emotion Regulation* (Gross 2002, 1998; Thompson 1994). Individu yang berusaha mengubah pengalaman emosional seseorang dikenal sebagai *Interpersonal Emotion Regulation (IER)* . Pada dasarnya, individu terlibat dalam pengaturan emosi dengan tujuan yang lebih luas untuk memberikan perhatian, mempengaruhi sikap atau perilaku bahkan untuk menolak seseorang. *Interpersonal emotion regulation* sendiri dianggap sebagai konstruksi yang berbeda karena tujuan utamanya untuk mempengaruhi emosi orang lain. Menurut Williams (2018) Ada beberapa faktor yang menyebabkan seseorang berusaha mengubah pengalaman emosional diantara lain : (1) Individu memiliki kecenderungan untuk mengejar *Interpersonal Emotion Regulation* dalam menanggapi peristiwa emosional dan (2) Sesuatu hal yang berhasil yang mereka rasakan dari *IER* meningkatkan kehidupan emosional mereka.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti mengambil kesimpulan bahwa komunikasi interpersonal mempengaruhi adanya sebuah regulasi emosi yang ditunjukkan untuk mengubah emosi orang lain. Namun yang jadi permasalahan adalah :

1. *Interpersonal emotion regulation* ini menjadi masalah yang harus dihadapi oleh individu seperti Individu sendiri memiliki tendensi dalam mengejar *interpersonal emotion regulation* hal ini berkaitan dengan individu dapat secara emosional untuk ekspresif, empatik dan secara sosial terhubung.
2. Bagaimana seseorang dapat mengatur emosinya saat mencoba untuk merugulasi perasaan seseorang, secara khusus, orang bervariasi berdasarkan kecenderungan mereka untuk menggunakan strategi *emotion regulation*, dan keyakinan mereka bahwa *emotion regulation* dapat mengubah emosi mereka secara efektif (Gratz & Roemer, 2004; Gross & John, 2003). Penelitian menunjukkan bahwa orang memang berbeda dalam penggunaan dan persepsi mereka *tentang interpersonal emotion regulation* intrinsik. Sehubungan dengan tendensi, individu berbeda dalam tendensi mereka untuk menyiarkan emosi mereka kepada orang lain melalui tampilan wajah dan komunikasi verbal (Gross & John, 1997; Rime. 2009).
3. Dan juga masalah tentang keyakinan dimana individu menganggap *Interpersonal emotion regulation* ini sangat bekerja untuk meningkatkan emosi mereka, peningkatan ini berkaitan dengan apakah individu menggantungkan hal tersebut pada *Interpersonal emotion regulation* atau dapat di atur oleh individu itu sendiri. Sehingga peneliti mencoba untuk menemukan seberapa besar pengaruh dari komunikasi interpersonal ini terhadap *interpersonal emotion regulation*.

Dasar pemikiran penelitian ini dibangun mengikuti beberapa kajian penelitian terdahulu, diantaranya :

“*The effect of self and interpersonal emotion regulation on athletes’ anxiety and goal achievement in competition*” oleh Katherine A. Tamminen, Jeemin Kim, Chad Danyluck, Carolyn E. McEwen,

Christopher R.D Wagstaff, Svenja A. Wolf dengan menggunakan desain kuantitatif dengan hasil penerimaan regulasi emosi interpersonal tidak berkaitan dengan kecemasan selama kompetisi, meskipun regulasi diri yang memburuk secara positif memberikan perubahan perilaku cemas selama kompetisi. Ketika pengaruh dari *emotional self-regulation* dan pencapaian tujuan ditetapkan ke nol, Peningkatan pengaruh dan pengaruh buruk *Intepersonal Emotion Regulation* dikaitkan dengan perilaku kecemasan selama kompetisi. Sehingga dapat dijelaskan bahwa *emotion regulation* antara rekan satu tim penting untuk perilaku kecemasan dan hasil kinerja, meskipun pengaruh ini dilemahkan dengan adanya pengaturan emosi dari atlit itu sendiri.

Berdasarkan kajian dari penelitian terdahulu, yang memberikan hasil jika regulasi emosi dalam interpersonal mempunyai pengaruh terhadap perilaku kecemasan. Oleh karena itu peneliti mencoba untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan *Interpersonal Emotion Regulation* secara lebih mendalam dan lebih terfokus pada cara komunikasi interpersonal untuk menghadapi *interpersonal emotion regulation*.

## **1.2 Identifikasi masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Seberapa besar pengaruh Komunikasi interpersonal (X) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?
2. Seberapa besar pengaruh Openess (X1) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?
3. Seberapa besar pengaruh Positiveness (X2) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?

4. Seberapa besar pengaruh Supportiveness (X3) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?
5. Seberapa besar pengaruh Interest terhadap (X4) *interpersonal emotion regulation* (Y) ?
6. Seberapa besar pengaruh Truthfulness (X5) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?
7. Seberapa besar pengaruh Involvement (X6) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?
8. Seberapa besar pengaruh Value (X7) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?
9. Seberapa besar pengaruh Equity (X8) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y) ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah yang telah dipaparkan maka tujuan dari penelitian ini dimaksudkan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Komunikasi interpersonal (X) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Openess (X1) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)
3. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Positiveness (X2) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)
4. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Supportiveness (X3) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)
5. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Interest terhadap (X4) *interpersonal emotion regulation* (Y)

6. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Truthfulness (X5) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)
7. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Involvement (X6) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)
8. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Value (X7) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)
9. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Equity (X8) terhadap *interpersonal emotion regulation* (Y)

### **1.3.1 Kegunaan Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut :

#### **1. Kegunaan Teoritis**

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap bidang komunikasi, tentang pengaruh Komunikasi interpersonal terhadap *Interpersonal emotion regulation* dan juga dapat dijadikan referensi terhadap kajian berkenaan dengan Komunikasi interpersonal.

#### **2. Kegunaan Praktis**

Secara praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan wawasan bagaimana pengaruh komunikasi interpersonal terhadap *Interpersonal Emotion Regulation*.