

## PENGARUH PERILAKU EMOSIONAL MAHASISWA KOTA BOGOR TERHADAP *PODCAST SPOTIFY RINTIK SEDU*

Sifa Nurani<sup>1\*</sup>, Agustina Multi Purnomo<sup>2</sup>, Koesworo Setiawan<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Snurani49@gmail.com

<sup>2</sup>agustina.m@unida.ac.id

<sup>3</sup>koesworosetiawan@gmail.com

---

---

### ABSTRAK

Perilaku emosional mengacu pada emosi yang dirasakan seseorang sebagai respons terhadap suatu tindakan atau reaksi. Hal ini mencakup berbagai perilaku dan reaksi yang berkaitan dengan pengalaman emosional seseorang, seperti mengekspresikan emosi, mengelola emosi, cara mengatasi dan bereaksi terhadap emosi, serta cara mengekspresikan dan menahan emosi. Podcast adalah program audio berdasarkan permintaan. Artinya, pendengar dapat memutuskan sendiri topik mana yang ingin mereka dengar dan kapan. Salah satunya adalah podcast “Rintik Sedu” di Spotify. Penelitian ini guna untuk mengetahui dampak atau pengaruh perilaku emosi mahasiswa kota Bogor pada Podcast Spotify Rintik Sedu. Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknis analisis data penelitian ini menggunakan Regresi linier sederhana. Uji validitas dan reliabilitas penelitian ini menggunakan spss 29. Hasil penelitian ini menghasilkan bahwa perilaku emosional mahasiswa di Kota Bogor termasuk dalam kategori baik.

**Kata Kunci:** perilaku emosional, spotify, podcast Rintik Sedu.

### PENDAHULUAN

Perilaku emosional termasuk pada emosi dan pemikiran khas, keadaan biologis, psikologis, dan serangkaian kecenderungan perilaku (Goleman, 2015: -409). Menurut Tokan oleh Goleman (2016: 21), ada lima indikator emosi, yang pertama adalah kesadaran diri, dimana seseorang mengetahui emosi batinnya beserta dampaknya dan menggunakan untuk mengatur diri, untuk mengambil keputusan sendiri, memiliki standar realistis, dan kemampuan memantapkan diri, mempunyai rasa percaya diri tinggi dan menghubungkannya dengan sebab-sebab.

Kedua, yaitu manajemen diri atau self – regulation adalah kemampuan mengelola emosi, mengekspresikan dan pengendalian emosional, peka terhadap hati nurani yang di gunakan dalam sebuah hubungan dan dalam tindakan sehari-

hari (Goleman, 2016). Ketiga, *motivation* atau motivasi yaitu kemampuan menggunakan keinginan membangkitkan semangat setiap waktu, mengambil inisiatif dan bertindak efektif untuk mencapai situasi yang lebih baik dan bertahan ketika menghadapi kegagalan serta frustrasi (Goleman, 2016).

Keempat, yaitu kesadaran sosial dan kemampuan merasakan apa yang dirasakan orang lain, serta memahami sudut pandang orang lain, membina hubungan saling percaya, dan mampu berhubungan dengan berbagai tipe individu (Goleman, 2016).

Kelima adalah manajemen hubungan, yaitu kemampuan mengelola emosional dengan baik ketika sedang berhadapan dengan orang lain, mempengaruhi, membimbing, menasehati serta konflik. Kemampuan memecahkan masalah dan bekerja sama dalam satu tim.

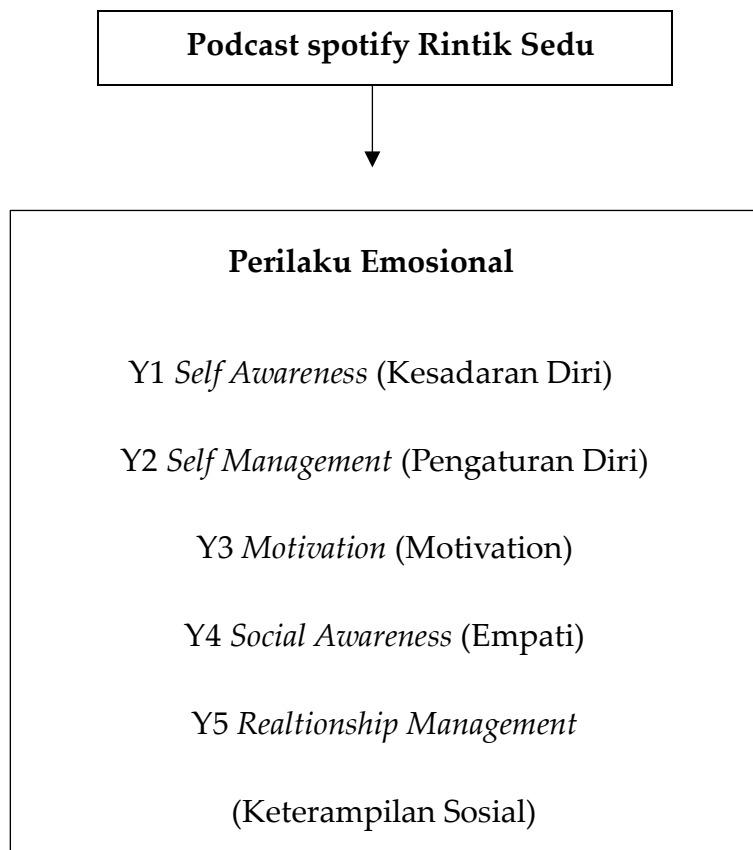
## **Landasan Teori**

### **Perilaku Emosional**

Emosional merupakan reaksi kompleks dari berbagai jenis emosi, mencakup aktivitas dan perubahan perilaku yang mendalam, kemudian disertai emosi yang kuat (Khodijah, 2014: 138). Emosional adalah perilaku yang mengungkapkan keadaan senang atau tidak senang. Ketika kita berbicara tentang emosi, kita biasanya memikirkan emosi yang dramatis seperti kemarahan yang ekstrem atau kegembiraan yang menggebu-gebu. Namun, meskipun psikolog mengklasifikasikan emosi ke dalam kategori yang berbeda, semua kategori ini biasanya menganggap emosi sebagai positif dan negatif (Santrock, 2007: 7).

Emosi positif muncul dari situasi yang menyenangkan. Contoh emosi positif termasuk antusiasme, kegembiraan, dan cinta. Sebaliknya, emosi negatif muncul dari hubungan yang mengancam atau situasi yang menyakitkan. Contoh emosi negatif antara lain ketakutan, kemarahan, rasa bersalah, dan kesedihan (Mashar, 2011: 31).

## Kerangka Konseptual



## Hipotesis

Hipotesis yaitu jawaban sementara yang diajukan berdasarkan akumulasi pengetahuan untuk memandu penelitian selanjutnya (Sari, 2016: 80). Hipotesis penelitian dalam penelitian dapat dijelaskan di bawah.

H<sub>0</sub> : tidak terdapat hubungan antar variabel X dan Y.

H<sub>a</sub> : terdapat sebuah hubungan antar variabel X dan Y.

## METODE PENELITIAN

Metode pada penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan Hipotesis Asosiatif. Metode kuantitatif biasanya di gunakan untuk populasi atau sampel yang tertentu. Penelitian ini bersifat deduktif, yaitu menggunakan sebuah

konsep dan teori guna menjawab rumusan masalah hingga bisa dibentuk Hipotesis. Sumber data diolah guna menjawab pertanyaan penelitian (Abdullah, 2015).

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner. Peneliti menyiapkan pertanyaan untuk diajukan ke responden. Survei yaitu suatu metode pengumpulan data menggunakan cara dengan menyebarkan pertanyaan-pertanyaan kepada responden dan responden menjawab semua pertanyaan (Abdullah, 2015:248).

Subjek pada penelitian ini yaitu mahasiswa Kota Bogor, populasi sebanyak 38.874 kemudian sampel sebanyak 100 responden. Kemudian data tersebut diskalakan menggunakan skala Likert yaitu skala perhitungan:

1 = sangat tidak setuju

2 = tidak setuju

3 = tidak berpendapat

4 = setuju

5 = sangat setuju

Teknik penelitian ini menggunakan probabilitas sampling. Pada penelitian seluruh jumlah sampel dihitung dengan menggunakan rumus slovin dengan error bar. Kesalahan toleransi besar 0,1. Rumus Slovin yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$n$ : jumlah ukuran sampel responden

$N$ : tingkat populasi

e: Presentasi kesalahan pengambilan sampel bisa di  
 tolelir  $e = 0,1\%$

Semua variabel di atas dimasukkan ke dalam rumus Slovin, maka:

$$n = \frac{38.874}{1 + 38.874(0,1)^2}$$

$$n = \frac{38.874}{389.74}$$

$$n = 99,793419$$

n= hasil bulat menjadi 100

Berdasarkan hasil keseluruhan perhitungan, maka jumlah sampel yang akan diteliti sebanyak 100 responden.

## Teknik Analisis Data

### A. Uji Validitas

Uji Validitas guna mengukur valid tidak nya survei. hasil penelitian dinyatakan valid apabila terdapat persamaan antara data yang dikumpulkan dengan data yang sebenarnya terjadi pada objek yang diteliti (Sugiyono, 2016: 172). Untuk menguji validitas digunakan persamaan korelasi produk moment.

### B. Uji Reliabilitas

Realbilitas instrumen adalah kesamaan data pada titik waktu berbeda. Reliabilitas merupakan alat untuk mengukur variabel indikator atau konstruk kuesioner. Suatu kuesioner dinyatakan variabel apabila jawaban respondennya konsisten atau stabil dari waktu ke waktu (Ghozali, 2016: 47).

Rumus yang digunakan untuk menguji reliabilitas

$$r_{hitung} = \frac{k-1}{k} \left( 1 - \frac{t}{\sum S^2} \right)$$

$r_{hitung}$      $k-1$      $S_i^2$

Keterangan;

$r_{hitung}$  = Realibilitas Instrument

k = Banyak Pertanyaan

$\sum S_i^2$  = jumlah varian butir

$S_i^2$  = Varians total

### Uji Hipotesis (T)

Uji (T) Parsial bertujuan guna mengetahui jumlah atau besar variabel bebas adalah isi pesan podcast (X), sebagai didasarkan pada variabel terikat yaitu perilaku emosional (Y).

### HASIL DAN PEMBAHASAN

No	Indikator	Skor	Kriteria	Interpretasi
1	<i>Self awareness</i> atau kesadaran diri	4,03	<b>Setuju</b>	<i>Self awareness</i> atau kesadaran diri yaitu kemampuan guna mengetahui perasaan batin, mengenali kemampuan, dan memercayai diri sendiri. Setelah mendengarkan pesan podcast spotify Rintik Sedu sebanyak mungkin, kini pendengar sudah bisa mengenali emosi dan dampak dari emosi tersebut.

2	<i>Self Management</i> atau pengaturan diri	4,00	<b>Setuju</b>	Manajemen diri atau pengaturan diri mengacu pada kemampuan untuk mengendalikan dan mengekspresikan emosi. setelah mendengarkan podcast tersebut, kita akan bisa lebih mengontrol emosi.
3	<i>Motivation</i> atau motivasi	4,10	<b>Setuju</b>	Motivation atau motivasi mengenai pesan yang disampaikan podcast Rintik Sedu dapat membangun atau membangkitkan pendengarnya.
4	<i>Social awareness</i> atau empati	4,29	<b>Sangat Setuju</b>	Empati yaitu kemampuan merasakan apa yang dirasakan orang lain sehingga mengedepankan rasa saling percaya, seperti memberikan solusi untuk mendengarkan podcast Rintik Sedu.

5	<i>Relationship Management</i> atau keterampilan sosial	4,16	Setuju	<i>Relationship management</i> Adalah kemampuan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain. salah satunya yaitu yang emosinya labil, namun mampu membangun hubungan baik dengan tim.
Rata-rata Perilaku Emosional		4,11	Setuju	

### **Pengaruh Perilaku Emosional Mahasiswa Kota Bogor Terhadap Podcast Spotify Rintik Sedu**

Berdasarkan hasil tabel rekapitulasi, variabel perilaku emosional (Y) memperoleh skala penilaian sebesar 4,11 dan termasuk dalam kategori “setuju”. Variabel perilaku emosional mempunyai lima indikator. Indikator kesadaran sosial atau empati mempunyai lima indikator. Indikator kesadaran sosial atau empati mempunyai skor penilaian tertinggi yaitu 4,29 termasuk kategori “sangat setuju”, dan indikator pengendalian diri atau pengaturan diri mempunyai skor penilaian terendah yaitu termasuk kategori “setuju”.

Dapat disimpulkan bahwa hasil dievaluasi berdasarkan kategori interpretasi yang telah ditentukan, dan faktor – faktor yang mempengaruhi perilaku emosional, indikator Kesadaran diri, manajemen diri, motivasi, kognisi sosial dan manajemen hubungan, merangsang perilaku emosional mahasiswa Kota Bogor.



## KESIMPULAN

Hasil penelitian dan uji statistik yang digunakan mengenai Pengaruh Isi Pesan Podcast Spotify “Rintik Sedu” Terhadap Perilaku Emosional Mahasiswa Kota Bogor, dapat disimpulkan sebagai berikut:

Berdasarkan analisis regresi linear sederhana nilai (a) atau konstanta sebesar 1,881, nilai tersebut menunjukkan bahwa pada saat isi pesan podcast (X) bernilai 0,01, maka perilaku emosional (Y) tetap bernilai 1,881 koefisien regresi nilai (b) sebesar, 1,497 (positif), maka perilaku emosional akan meningkat sebesar 1,497 .

Hasil uji koefisien determinasi memperoleh nilai sebesar 0,783 atau 78,3% yang artinya dapat disimpulkan variabel X isi pesan podcast yang terdiri dari indikator tingkat kejelasan isi pesan podcast, tingkat kelengkapan isi pesan podcast, tingkah kemudahan memahami isi pesan podcast dan tingkat keefektifan isi pesan podcast mempengaruhi perilaku emosional mahasiswa Kota Bogor sebesar 78,3 % kemudian sisanya dipengaruhi di luar variabel yang tidak masuk dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil analisis uji T dalam penelitian ini diperoleh, bahwa isi pesan podcast yang terdiri dari indikator tingkat kejelasan isi pesan podcast, tingkat kelengkapan isi pesan podcast, tingkat kemudahan memahami isi pesan podcast dan tingkat keefektifan isi pesan podcast berpengaruh terhadap perilaku emosional. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji t yang diperoleh dengan  $t_{hitung} = 10,038 > 1,946 = t_{tabel}$  dan  $sig = 0,01 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  diterima. Dapat disimpulkan bahwa isi pesan podcast mempunyai pengaruh secara positif dan signifikan terhadap perilaku emosional.

## REFERENSI

Ashary, Y., & Fatimah, J. M. (2015). Pengendalian perilaku emosional anak tk melalui komunikasi antara guru dengan orang tua di kec. Biringkanaya kota makassar. *KAREBA: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 415-434.

Gitosaroso, M. (2012). Kecerdasan emosi (emotional intelligence) dalam tasawuf.

Jurnal Khatulistiwa LP2M IAIN Pontianak, 2(2), 182-200.

Luan, J. J. S. A., & Blegur, J. (2019). Potret kecerdasan *emosional* mahasiswa pada perkuliahan seminar pendidikan jasmani. *Sebatik*, 23(1), 195-202.

Mulyana, E. H., Gandana, G., & Muslim, M. Z. N. (2017). Kemampuan Anak Usia Dini Mengelola Emosi Diri pada Kelompok B di TK Pertiwi DWP Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. *Jurnal PAUD Agapedia*, 1(2), 214-232.

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848.

Rauf, R., Dorawati, A., & Hardianti, H. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Semen Tonasa Kabupaten Pangkep. *SEIKO: Journal of Management & Business*, 2(2), 225-245.

Santi, Y. (2019). Proses Produksi Program Keluarga Asmara Di Radio Baiturahman (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).

Ingratubun, R. R. S., & Aprianti, A. (2022). Pengaruh *Podcast* Rintik Ssedu Terhadap Perilaku *Celebrity Worship k-popers* (Episode *WHEN YOU FALL IN LOVE WITH YOUR IDOL*). *Mega Aktiva: Jurnal Ekonomi dan Manajemen*, 11(2), 46-61

Wachidah, N. R., & Habibie, M. L. H. (2021). Kecerdasan Spritual dan Emosional dalam Pendidikan Tahfizd Al-Qur'an. *Qiro'ah: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 11(2), 65-99.

#### Sumber Buku

Suryana, M.Si. *Metodologi Penelitian* (Model Praktis Penlitian Kuantitatif dan Kualitatif).