

# Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Baru Universitas Esa Unggul Angkatan 2014

Khairunnisa Nurbaiti, Yuli Asmi Rozali

Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul

Jln Arjuna utara Tol Tomang Kebon Jeruk, Jakarta 11510

[nurbabaiti@gmail.com](mailto:nurbabaiti@gmail.com)

## Abstract

Khairunnisa Nurbaiti. 2015. *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Baru Universitas Esa Unggul*. (Dibimbing olehn Yuli Asmi Rozali, M.Psi., Psi dan Dra. Safitri, Msi)

Mahasiswa baru di hadapkan dengan berbagai tuntutan, yaitu tuntutan akademik dan tuntutan sosial. Lingkungan kampus merupakan lingkungan sosial baru yang harus mereka jalani dengan tuntutan yang lebih tinggi. Agar mahasiswa baru dapat memenuhi tuntutan lingkungan tersebut, maka diperlukan untuk mengatur dan mengelola emosi. Pengelolaan emosi dapat membentuk kecerdasan emosional untuk membantu mahasiswa dalam melakukan penyesuaian sosial. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014.

Penelitian ini bersifat kuantitatif non-eksperimental, dengan jumlah sampel sebesar 130 mahasiswa, menggunakan teknik *probability sampling*. Dalam penelitian ini alat ukur yg digunakan yaitu dengan mengadaptasi alat ukur dari penelitian sebelumnya dengan uji validitas yang sudah dilakukan diperoleh 49 item dan 48 item dengan nilai reliabilitas 0,962 dan 0,981 untuk variabel penyesuaian sosial dan kecerdasan emosional.

Berdasarkan hasil uji statistik, diperoleh nilai sig. 0,000 ( $p < 0.05$ ) dengan korelasi ( $r$ ) sebesar 0.919, artinya terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014.

*Kata Kunci : kecerdasan emosional, penyesuaian sosial, mahasiswa baru*

### A. Latar Belakang Masalah

Universitas Esa unggul merupakan salah satu Universitas swasta yang terletak di daerah Jakarta Barat. Universitas yang telah berdiri sejak tahun 1993 telah berkembang menjadi salah satu perguruan tinggi swasta (PTS) yang dipercaya oleh masyarakat, terutama di wilayah jakarta barat dan tangerang. Hal ini terlihat dari berkembangnya jumlah fakultas, di awal pendiriannya Universitas Esa Unggul yang selanjutnya disingkat dengan UEU hanya memiliki satu program studi saja, yaitu program studi Manajemen. Namun seiring dengan berjalannya waktu UEU telah memiliki 10 fakultas dan 21 program studi.

Sebagai salah satu PTS yang dipercaya oleh masyarakat, UEU memiliki visi yaitu menjadi perguruan tinggi kelas dunia berbasis intelektualitas, kreatifitas dan kewirausahaan yang unggul dalam mutu pengelolaan (proses) dan hasil (output) kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi, yang akan dicapai melalui misinya berupa menyelenggarakan pendidikan yang bermutu dan relevan, menciptakan suasana akademik yang kondusif, serta memberikan pelayanan prima kepada seluruh pemangku kepentingan. <http://www.esaunggul.ac.id>

Dalam rangka mewujudkan visi dan misinya tersebut, UEU telah memiliki agenda-agenda kegiatan setiap tahunnya. Salah satu

agenda tetap yang ada di Universitas Esa Unggul yaitu ESGUL. ESGUL adalah tradisi tahunan yang dilaksanakan oleh Universitas Esa Unggul menyambut mahasiswa baru. ESGUL bertujuan untuk pengenalan terhadap sarana dan prasarana, serta fasilitas yang mendukung dalam proses pembelajaran mahasiswa, memperkenalkan intitusi, serta sejarah dan visi misi dari UEU. Selain itu ESGUL juga memiliki fungsi untuk mengenalkan lingkungan kampus bagi mahasiswa baru, agar lebih cepat beradaptasi dengan lingkungan kampus. Harapan yang ingin dicapai melalui ESGUL yaitu ingin menumbuhkan semangat kebersamaan dan kekeluargaan serta kecintaan terhadap keluarga besar Universitas Esa Unggul. (Humas UEU, 2013). ESGUL juga merupakan salah satu wadah untuk mahasiswa baru dalam pengenalan lingkungan kampus, baik dalam bentuk sarana dan prasarana maupun lingkungan sosial termasuk hal pertemanan. Agar mahasiswa baru dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik, maka di perlukan kecerdasan emosional sebagai salah satu faktor pembentuk kemampuan penyesusian sosial.

White & Watt mengatakan bahwa mahasiswa baru lebih sering mengalami hambatan perilaku atau kesulitan dalam menyesuaikan diri, karena berada pada masa transisi yaitu masa peralihan dari sekolah menengah ke lingkungan perguruan tinggi. Mahasiswa baru dihadapkan pada situasi baru yang asing, suatu kehidupan baru yang penuh dengan tantangan, sedangkan ia telah memiliki pengalaman dan kebiasaan lama yang belum tentu sesuai dengan situasi baru (dalam Nike & Mulyati, 2006).

Mahasiswa baru di hadapkan dengan berbagai tuntutan, yaitu tuntutan akademik dan tuntutan sosial. Sebagai mahasiswa baru, lingkungan kampus telah menjadi lingkungan sosial baru yang harus mereka jalani dengan tuntutan yang lebih tinggi. Pada tuntutan sosial ini mahasiswa dituntut untuk berperilaku yang dapat diterima oleh lingkungan sosial, selain itu mereka juga dituntut untuk dapat

memainkan perannya di lingkungan sosial, dan mereka dituntut untuk memiliki sikap yang positif terhadap kelompok sosial. Artinya, agar mahasiswa baru dapat memenuhi tuntutan lingkungan tersebut, maka diperlukan adanya kemampuan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru. (Sepiyangingtyas, 2015)

Menurut Schneiders (dalam Susilowati, 2013) penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk bereaksi secara sehat dan efektif terhadap suatu hubungan, situasi, dan relasi sosial yang ada, sehingga dapat mencapai kehidupan sosial yang menyenangkan dan memuaskan. Jadi dari pengertian di atas dapat dikatakan bahwa penyesuaian sosial dilingkungan kampus dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan mahasiswa dalam berinteraksi dengan orang lain dan situasi-situasi tertentu yang ada di lingkungan kampus, yang merupakan lingkungan baru secara efektif dan sehat.

Mahasiswa baru yang memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang tinggi akan menampilkan respon-respon yang sesuai dengan keadaan dirinya, dan lingkungan sosialnya. Sebaliknya mahasiswa baru yang tidak memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang positif akan mengalami kondisi tertekan, dan mengakibatkan perilaku yang tidak rasional dan tidak efektif, serta mendorong mahasiswa tersebut melakukan usaha yang tidak realistis dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Seperti menghidari teman kelompok yang kurang disukai, memilih untuk tidak masuk kuliah karena tidak ada teman, mengabaikan tugas kelompoknya, menarik diri dari lingkungan sosial, dan lain-lain.

Menurut Salovey dan Mayer (dalam Setyowati, dkk, 2010), kecerdasan emosional merupakan kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakannya. Mahasiswa baru yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu

mengatasi berbagai masalah atau tantangan yang muncul dalam hidupnya. Ketika seorang mahasiswa baru mampu menyelesaikan masalah yang terjadi dalam lingkungan kampusnya tanpa berniat untuk menghindari masalah tersebut dan memiliki teman yang cukup banyak, maka diprediksi bahwa mahasiswa baru tersebut akan mampu melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Sedangkan mahasiswa baru yang tidak peduli dengan lingkungan sekitar, menarik diri dari lingkungan dan lebih memilih untuk membiarkan masalah yang terjadi antara dirinya dengan teman-temannya atau dengan kata lain memiliki kecerdasan emosional yang rendah, maka diprediksi bahwa mahasiswa baru tersebut kurang mampu dalam melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian, menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mempengaruhi penyesuaian sosial individu. Sebagai seorang mahasiswa baru, mahasiswa tersebut dituntut untuk mampu memahami dan mengenali ekspresi orang-orang baru yang berada sekitarnya. Namun ketika mahasiswa baru tersebut memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka diprediksi bahwa ia akan lebih mampu menyelesaikan tugas-tugasnya, sehingga mahasiswa baru mampu mengatur emosi dari dalam dirinya ketika berhadapan dengan orang lain, sehingga dapat tercipta hubungan yang harmonis. (Salovey dan Mayer, dalam Nurdin 2009). Dengan kata lain ketika mahasiswa baru memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka dapat diprediksi mahasiswa baru tersebut akan sukses dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosial dengan baik.

Dari uraian latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul dan ingin menjabarkan tentang hubungan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial.

## **A. Kecerdasan emosional**

### **1. Definisi kecerdasan emosional**

Kecerdasan emosional menurut Salovey dan Mayer (dalam Saptoto, 2010) adalah suatu bentuk intelegensi yang melibatkan kemampuan untuk menangkap perasaan dan emosi diri sendiri dan orang lain.

Berdasarkan definisi di atas kecerdasan emosional diartikan sebagai kemampuan individu untuk menangkap dan mengenali perasaan dan emosi diri sendiri dan orang lain serta menjalin hubungan dengan orang lain dengan lebih baik.

Kecerdasan emosional terbagi dalam beberapa wilayah kemampuan yang membentuknya.

Wilayah-wilayah kemampuan yang membentuk kecerdasan emosional tidak seragam untuk setiap ahli tergantung dari sudut pandang dan pemahaman. Solovey dan Mayer (dalam Nurdin, 2009) membagi wilayah kecerdasan emosional menjadi empat wilayah kecerdasan. Ke empat wilayah kecerdasan tersebut meliputi: (a) Kemampuan untuk mengidentifikasi emosi yaitu kemampuan untuk mengenali bagaimana individu dan orang-orang yang ada di dalam lingkungannya mengekspresikan perasaan; (b) Kemampuan untuk menggunakan emosi sebagai fasilitator untuk berpikir yaitu kemampuan-kemampuan yang melibatkan kemampuan untuk menghubungkan emosi dengan sensasi-sensasi mental seperti kemampuan merasa dan mewarnai serta menggunakan pemikiran dalam menyelesaikan masalah; (c) Pemahaman emosi yaitu kemampuan untuk memahami perasaan-perasaan yang kompleks; (4) Kemampuan untuk mengelola emosi yaitu kemampuan untuk mengatur emosi diri sendiri dan orang lain.

Goleman (2005) membagi kecerdasan emosional menjadi lima wilayah yang membentuk kecerdasan, kelima wilayah tersebut meliputi : (a) kemampuan untuk peduli, memahami dan mengekspresikan emosi, (b) kemampuan untuk peduli, memahami dan berhubungan dengan orang

lain, (c) kemampuan untuk mengatasi emosi-emosi yang kuat dan mengontrol emosi yang impulsif, (d) kemampuan untuk beradaptasi pada perubahan dan untuk menyelesaikan masalah-masalah personal atau sosial (e) kemampuan interpersonal, kemampuan untuk menyelesaikan masalah, mampu mengelola stress.

## 2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Salovey (dalam Goleman, 2007) membagi kecerdasan emosional menjadi lima aspek, yaitu:

a. Mengenali emosi diri adalah kesadaran diri yaitu tentang perasaan sewaktu perasaan terjadi, kemampuan mengenali emosi diri merupakan dasar kecerdasan emosional kehidupan. Bila suasana hatinya sedang buruk, tidak larut didalamnya dan mampu melepaskan diri dari suasana hal itu dengan lebih cepat. Ketajaman pola pikir dapat mengatur emosi.

b. Mengelola dan mengekspresikan emosi, menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas, sehingga berdampak positif dalam berinteraksi dengan rekan baru dan terjalin hubungan yang baik diantara mahasiswa baru.

c. Memotivasi diri sendiri, merupakan kemampuan untuk menata emosi diri sendiri yang digunakan sebagai alat pencapaian tujuan yang dikehendaki.

d. Mengenali emosi orang lain, merupakan kemampuan untuk mengetahui keadaan perasaan orang lain. Menumbuhkan hasrat saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. Membina hubungan, merupakan kemampuan yang dapat memudahkan seseorang masuk dalam lingkup pergaulan. Sehingga akan mampu berinteraksi dengan baik, menggunakan keterampilan sosial untuk bekerja sama dalam satu tim.

## B. Penyesuaian Sosial

### 1. Definisi Penyesuaian Sosial

Pengertian penyesuaian sosial menurut Chaplin (dalam Nurdin, 2009) menyebutkan bahwa sosial *adjustment* (penyesuaian sosial) adalah; (1) penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial; (2) mempelajari tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi suatu masyarakat sosial.

Schneider (dalam Maslihah, 2011) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai *“the capacity to react effectively and wholesomely to social realities, situations, and relations so that he requirements for social living is fulfilled in an acceptable and satisfactory manner”*.

Berdasarkan definisi di atas penyesuaian sosial diartikan sebagai kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan bermanfaat bagi kehidupan sosial, situasi sosial dan berhubungan sosial, sehingga tuntutan atau kebutuhan dalam kehidupan sosial dapat terpenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan.

### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial

Schneider mengelompokkan penyesuaian sosial menjadi empat faktor, yaitu a) kondisi fisik dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, meliputi hereditas, konstitusi fisik, kesehatan, sistem syaraf, kelenjar, dan otot; b) perkembangan dan kematangan, khususnya intelektual, sosial, moral, dan emosi; c) kondisi psikologis, meliputi pengalaman, proses belajar, pembiasaan, frustrasi, dan konflik; d) kondisi lingkungan, khususnya lingkungan rumah, keluarga, sekolah, dan masyarakat. e) faktor kebudayaan, termasuk agama.

### 4. Aspek-aspek penyesuaian sosial

Hurlock (2002) mengemukakan aspek-aspek dalam penyesuaian sosial sebagai berikut (a) Penampilan nyata. *Overt performance* yang diperlihatkan individu sesuai norma yang berlaku di dalam kelompoknya, berarti individu dapat memenuhi harapan kelompok dan ia di terima

menjadi anggota kelompok tersebut; (b) Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok. Artinya bahwa individu tersebut mampu menyesuaikan diri secara baik dengan setiap kelompok yang dimasukinya, baik teman sebaya maupun orang dewasa; (c) Sikap sosial. Artinya individu mampu menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, ikut pula berpartisipasi dan dapat menjalankan perannya dengan baik dalam kegiatan sosial; (d) Kepuasan pribadi, ditandai dengan adanya rasa puas dan perasaan bahagia karena dapat ikut ambil bagian dalam aktivitas kelompoknya dan mampu menerima diri sendiri apa adanya dalam situasi sosial.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental. Metode ini sebagai metode ilmiah atau *science* karena pengetahuan yang diperoleh berdasarkan penelitian yang sistematis, objektif, terkontrol, dan dapat diuji kebenarannya.

Dalam penelitian ini subjek yang digunakan yaitu mahasiswa/i reguler Universitas Esa Unggul 2014. Dari total populasi sebanyak 2621 mahasiswa/i, maka digunakan tabel *Yount* untuk menentukan jumlah sampel yaitu sebesar 5% dari populasi. Maka peneliti akan menggunakan minimum 130 mahasiswa/i sebagai sampel.

#### **Pembahasan**

Bedasarkan hasil analisis *correlation pearson product moment* diperoleh nilai sig. 0,000 ( $p < 0,05$ ). Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial. Dengan kata lain dapat dikatakan hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 diterima. Sedangkan, nilai koefisien korelasi diperoleh ( $r$ ) 0,919 menunjukkan hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial. Hubungan positif diartikan bahwa kecerdasan emosional

memberikan pengaruh yang positif terhadap penyesuaian sosial, jadi semakin tinggi kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 maka semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya. Hubungan signifikan berarti kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014.

Nilai koefisien determinasi ( $r^2$ ) sebesar 84%. Artinya, kecerdasan emosional memberikan sumbangan yang cukup besar yaitu 84% dalam membentuk penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014. Selain faktor kecerdasan emosi, masih terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial diantaranya adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu berupa faktor fisik dan faktor psikologis. Faktor fisik terdiri atas kondisi jasmani dan perkembangan/kematangan individu, sedangkan faktor psikologis berupa pengalaman yang dialami individu, pembelajaran akan sesuatu yang telah terjadi, serta konflik yang dihadapi individu. Faktor eksternal yang mempengaruhi yaitu keluarga, terdiri dari pengaruh pola asuh keluarga, hubungan yang harmonis dalam keluarga, yaitu hubungan yang melibatkan antara orangtua dan anak, serta dengan saudara, untuk terciptanya suasana yang penuh cinta kasih, kehangatan, keceriaan, serta peran masyarakat, peranan sekolah beserta anggotanya, guru, konselor, dan lain sebagainya, budaya dan agama. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial namun tidak diteliti memberikan sumbangan pengaruh sebesar 16%. Hal ini juga didukung dari hasil penelitian Showi yang menunjukkan hasil bahwa kecerdasan emosional memberikan sumbangan dalam membentuk penyesuaian sosial dengan nilai koefisien determinasi ( $r^2$ ) sebesar 65%. Artinya kecerdasan emosional memiliki hubungan dalam membentuk penyesuaian sosial.

Hasil tersebut sejalan dengan pernyataan Goleman (2005) apabila individu mampu menyesuaikan diri dengan suasana hati orang lain atau dengan kata lain mampu berempati, maka individu tersebut akan memiliki tingkat emosi yang tinggi, sehingga akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Pendapat tersebut juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Septianingtyas (2015) dengan judul “Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Penyesuaian Sosial Siswa Kelas V Sd Se-Gugus Puren Condongcatur Depok Sleman Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014”, yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial siswa.

Menurut Greenberg, Kusche dan Quamma (Septianingtyas, 2015) kecerdasan emosi berkontribusi terhadap penyesuaian sosial dan penyesuaian akademik di sekolah. Artinya ketika mahasiswa 2014 dapat melaksanakan tugas, peranan, dan tanggung jawabnya di lingkungan kampus dengan baik, tanpa melanggar norma-norma, dan nilai yang ada di lingkungannya maka dapat dikatakan bahwa mahasiswa tersebut mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi. Sebaliknya, ketika mahasiswa 2014 tidak dapat melaksanakan tugas, peranan, dan tanggung jawabnya di lingkungan kampus dengan baik, tanpa melanggar norma-norma, dan nilai yang ada di lingkungannya maka dapat dikatakan bahwa mahasiswa tersebut memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Karena kecerdasan emosional seseorang akan mempengaruhi tingkah laku yang akan dikeluarkan terhadap lingkungan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Elias (Lusi, 2013) yang mengungkapkan kecerdasan emosional yang dimiliki setiap individu selalu mengarah pada tingkah lakunya, baik itu untuk dirinya sendiri maupun untuk lingkungan (sosial). Seperti hasil data lapangan pada pernyataan kecerdasan emosional, beberapa mahasiswa menyatakan bahwa mereka dapat menerima pendapat orang lain (aitem 13). Mereka juga

akan membantu jika temannya sedang dalam kesulitan (aitem 16). Mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan dapat menerima perbedaan pendapat, mampu berempati, sehingga mahasiswa baru tersebut dapat melaksanakan tugas, peranan, dan tanggung jawabnya dengan baik.

Pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial juga didukung oleh Sunarto dan Hartono (dalam Septianingtyas, 2015), yang mengatakan bahwa dalam penyesuaian sosial, kematangan emosi merupakan kemampuan yang diperlukan dalam membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sehingga dapat mengatasi segala macam konflik, dan kesulitan, sehingga respon emosi yang dikeluarkan sesuai pada setiap situasi. Berkaca dengan pendapat Sunarto dan Hartono, penyesuaian sosial dapat dicapai apabila mahasiswa memiliki kematangan emosi. Kematangan emosi yang dimiliki mahasiswa tersebut membuat ia mampu menggunakan emosi yang dimilikinya dengan baik pada saat bertindak di kehidupan sehari-hari untuk menyelesaikan segala permasalahan yang dialaminya dengan baik dan tetap dalam kemampuan kesadaran diri, mampu mengendalikan emosi yang berdampak pada penggunaan emosi secara produktif, dimana tetap memiliki rasa empati dan membina hubungan baik dengan orang lain. Sehingga mahasiswa tersebut dapat melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampus dengan baik.

Penyesuaian sosial merupakan tingkah laku individu yang bertujuan untuk menyesuaikan diri dengan individu ataupun kelompok yang sesuai dengan tuntutan di lingkungan yang disertai dengan penguasaan emosi. Penguasaan emosi dapat diraih apabila mahasiswa tersebut memiliki kecerdasan emosional yang baik, dengan menguasai setiap aspek dari kecerdasan emosional. Aspek-aspek dari kecerdasan emosional seperti kesadaran diri, mengelola emosi, motivasi, empati, dan membina hubungan, akan membantu mahasiswa dalam melakukan

penyesuaian sosial, karena apabila mahasiswa memiliki dan menerapkan aspek-aspek kecerdasan emosional tersebut dalam kegiatan sehari-hari, maka mahasiswa akan mudah diterima di lingkungan sosialnya. Mudah diterimanya mahasiswa di lingkungan sosial dikarenakan mahasiswa tersebut mampu dalam membina hubungan baik dengan orang lain.

Hasil dari uji z score dalam mencari dimensi dominan kecerdasan emosional diketahui mahasiswa dengan dimensi dominan kesadaran diri memiliki kecerdasan emosional yang tinggi memiliki jumlah yang lebih banyak dengan jumlah 30 mahasiswa. Menurut Salovey & Mayer (Saptoto,2010) mengenali emosi diri atau kesadaran diri merupakan kemampuan untuk mengenali dan menyadari saat perasaan itu terjadi. Mengenali atau menyadari saat perasaan itu terjadi artinya mahasiswa mengetahui perasaannya sendiri ketika sedang dalam keadaan marah, bahagia ataupun kecewa, sehingga mahasiswa mampu mengendalikan emosi secara produktif, sehingga mahasiswa tetap memiliki rasa empati dan membina hubungan baik dengan orang lain.

Mahasiswa baru yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai masalah atau tantangan yang muncul dalam hidupnya. Ketika seorang mahasiswa baru mampu menyelesaikan masalah yang terjadi dalam lingkungan kampusnya tanpa berniat untuk menghindari masalah tersebut dan memiliki teman yang cukup banyak, maka diprediksi bahwa mahasiswa baru tersebut akan mampu melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya. Sedangkan mahasiswa baru yang tidak peduli dengan lingkungan sekitar, menarik diri dari lingkungan dan lebih memilih untuk membiarkan masalah yang terjadi antara dirinya dengan teman-temannya atau dengan kata lain memiliki kecerdasan emosional yang rendah, maka diprediksi bahwa mahasiswa baru tersebut kurang mampu dalam melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya.

Sedangkan mahasiswa baru yang memiliki kecerdasan emosional rendah dengan penyesuaian sosial rendah cenderung akan sulit dalam menjalin pertemanan karena kurangnya kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Sehingga menyebabkan peranannya dalam lingkungan kampus tidak akan berjalan dengan baik. Ketika peranan mahasiswa dalam lingkungan kampus tidak dapat berjalan dengan baik maka akan berpengaruh juga dengan nilai tugas-tugas yang harus dikerjakan sebagai seorang mahasiswa.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik kategorisasi kecerdasan emosional diketahui mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi lebih banyak jumlahnya yaitu 67 mahasiswa (51,5%) dari pada mahasiswa dengan kecerdasan emosional rendah yaitu sebanyak 63 mahasiswa (48,5%). Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru angkatan 2014 memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Selanjutnya, hasil perhitungan statistik kategorisasi penyesuaian sosial didapat mahasiswa dengan penyesuaian sosial tinggi lebih banyak dengan jumlah 68 mahasiswa (52%) daripada mahasiswa dengan penyesuaian sosial rendah sebanyak 62 mahasiswa (48%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru angkatan 2014 memiliki penyesuaian sosial yang tinggi.

Hal serupa juga dapat dilihat dari hasil crosstab antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial diketahui mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi memiliki penyesuaian sosial yang tinggi sejumlah 49 mahasiswa. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, maka semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya.

## SIMPULAN DAN SARAN

Pertama, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial. Dengan kata lain dapat dikatakan hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 diterima. Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 maka semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional pada mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 maka semakin rendah pula penyesuaian sosialnya.

Kedua, dari hasil penelitian mengenai aspek dominan kecerdasan emosional yang dimiliki oleh mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 adalah aspek kesadaran diri 27%. Artinya, mahasiswa baru Universitas Esa Unggul angkatan 2014 cenderung dapat mengenali emosi mereka pada saat emosi itu terjadi.

Ketiga, hasil pada kategorisasi variabel kecerdasan emosional berdasarkan data yang telah diolah, mahasiswa baru angkatan 2014 Universitas Esa Unggul masuk dalam kategori kecerdasan emosional tinggi sebanyak 51,5%. Artinya mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi adalah mahasiswa yang dapat melaksanakan tugas, peranan, dan tanggung jawabnya di lingkungan kampus dengan baik, tanpa melanggar norma-norma, dan nilai yang ada di lingkungannya.

Keempat, mahasiswa baru Universitas Esa Unggul Angkatan 2014 yang masuk dalam kategorisasi penyesuaian sosial tinggi sejumlah 52%. Sedangkan mahasiswa baru Universitas Esa Unggul Angkatan 2014 yang masuk dalam kategorisasi penyesuaian sosial rendah sejumlah 48%.

Kelima, hasil crosstab antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial diketahui mahasiswa yang memiliki kecerdasan

emosional tinggi, juga memiliki penyesuaian sosial yang tinggi pula.

### A. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dikemukakan saran sebagai berikut ini:

Bagi Mahasiswi Reguler Universitas Esa Unggul

- Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memberi sumbangan yang cukup besar yaitu 84% dalam membentuk penyesuaian sosial. Maka dari itu, para mahasiswi diharapkan mampu meningkatkan kecerdasan emosional mereka, sehingga dapat membantu dalam mekukukan penyesuaian di lingkungan sosialnya, dalam hal ini yaitu di kampus khususnya.

Bagi Penelitian Selanjutnya

- Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama, disarankan untuk lebih menggali faktor dominan yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial. Dalam penelitian ini faktor dominan dari kecerdasan emosional hanya sebesar 27% yaitu kesadaran diri. Karena pada dasarnya aspek pembentukan kecerdasan emosional ada lima, yaitu kesadaran diri, mengelola emosi, motivasi, empati, dan membina hubungan .
- Penelitian ini hanya menggunakan populasi dari Universitas Esa Unggul, akan lebih baik bagi peneliti selanjutnya penelitian ini dapat dilakukan dengan populasi yang lebih luas dan beragam lagi, sehingga akan mendapat hasil yang lebih baik.
- Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti tentang kecerdasan emosional, diharapkan untuk menggunakan variabel yang lain guna memperkaya hasil penelitian.



## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, T. 2012. Sikap Mahasiswa 2011 Universitas Esa Unggul Terhadap *Esgul Welcoming Days*. Skripsi. Jakarta: Universitas Esa Unggul
- Azwar, S. 2012. Penyusunan Skala Psikologi Edisi Dua. Jogjakarta: Pustaka Pelajar
- Dwiyanti, R. 2006. Peranan Kecerdasan Emosi Terhadap Kontrak Psikologis. *Jurnal Psikologi Tahun 4, No. 2. Juli 2006*
- Fabiola, R.A. 2005. Analisis Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosi Dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Kinerja Karyawan. Tesis. Semarang: Universitas Diponegoro
- Goleman, D. 2007. Kecerdasan Emosional, Mengapa EI Lebih Penting Dari Pada IQ. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- \_\_\_\_\_. 2005. *Emotional Intelligent* (Kecerdasan Emosional). Penerjemah: T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- <http://www.esaunggul.ac.id/tentang-kami/profil-esa-unggul/visi-misi-2/>
- Hurlock, E.B. 2002. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Penerjemah: Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga
- Lusianawati. 2013. Kecerdasan Emosi Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal Yang Tinggal Di Panti Asuhan Uswtun Hasanah Samarinda. *Jurnal Psikologi, Vol. 1 No. 1. 9 September 2013*
- Maslihah, S. 2011. Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa Smpit Assyfa *Boarding School* Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Vol. 10 No. 2, Oktober 2011*
- Nurdin. 2009. Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Sosial Siswa Di Sekolah. *Jurnal Administrasi Pendidikan, Vol. IX, No. 1, April 2009*
- Ramadan, Mariana Panji (2013) Hubungan Antara Penerimaan Perkembangan Fisik Dengan Kematangan Emosi Pada Remaja Awal. S1 thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Risveni, N Dan Rina M. 2006. Perbedaan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Baru Ditinjau Dari Jenis Kelamin. Yogyakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Indonesia
- Saptoto, R. 2010. Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan *Coping* Adaptif. *Jurnal Psikologi, Vol. 37, No. 1, Juni 2010*
- Sarwoo, J. Metode Riset Skripsi: Pendekatan Kuantitatif (Menggunakan Prosedur Spss). Jakarta: Pt Elex Media Komputindo
- Septianingtyas, R. 2015. Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Penyesuaian Sosial Siswa Kelas V Sd Se-Gugus Puren Condongcatur Depok Sleman Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014. Skripsi. Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta
- Setianingsih E, Zahrotul U, Susatyo Y. 2006. Hubungan Antara Penyesuaian Sosial Dan Kemampuan Menyelesaikan Masalah Dengan Kecenderungan Perilaku Delinkuen Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, Vol.3, No. 1, Juni 2006*
- Setyowati, Sri H, Dian R.S. 2010. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Resiliensi Pada Siswa Penghuni Rumah Damai. *Jurnal Psikologi Undip, Vol. 7, No. 1, April 2010*
- Showi, A. 2009. Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Sosial Siswa Akselerasi Smun 1 Malang. Skripsi. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

- Sugiyono. 2009. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Alfabeta. Bandung
- Susilowati, E. 2013. Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Akselerasi Tingkat Smp. Jurnal *Online Psikologi*, Vol. 01 No. 01, Thn. 2013, <http://ejournal.umm.ac.id>
- Susyanti, L. 2013. Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Pada Siswa/I SMAN "X". Skripsi. Jakarta. Universitas Esa Unggul
- Suwono. 2011. Definisi Mahasiswa. *Available Online At* <http://definisipengertian.com/2014/pengertian-mahasiswa/>
- Winanti S. Respati, Wildan P. Arifin, Ernawati. 2007. Gambaran Kecerdasan Emosional Siswa Berbakat Di Kelas Akselerasi Sma Di Jakarta. Jurnal Psikologi, Vol. 5 No. 1, Juni 2007