

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWA D III ALIH PROGRAM PKN STAN

Syamatha Puspa Devi, Dinie Ratri Desiningrum

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,

Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

Syamatha@gmail.com

Abstrak

Setiap manusia mengalami transisi ke lingkungannya yang baru. Ketika menjadi mahasiswa, mereka akan mengalami perpindahan dari *school to school* ataupun *work to school*, yang membutuhkan kemampuan penyesuaian sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial mahasiswa D III alih program PKN STAN tahun pertama. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa D III alih program PKN STAN tahun pertama. Sampel penelitian berjumlah 145 mahasiswa dengan teknik pengambilan *cluster sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu skala kecerdasan emosional (33 aitem valid; dengan $\alpha = .85$) dan Skala Penyesuaian Sosial (45 aitem valid; dengan $\alpha = .92$) yang telah diujicobakan pada 110 mahasiswa D III alih program PKN STAN tahun pertama. Koefisien korelasi diperoleh berdasarkan hasil analisis regresi sederhana antara kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial adalah .83 dengan $p = 0,000$ ($p < .001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan Peneliti, yaitu ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial mahasiswa D III alih program PKN STAN tahun pertama dapat diterima. Nilai koefisien determinasi sebesar .70 berarti bahwa kecerdasan emosional memiliki sumbangan efektif sebesar 70% dalam meningkatkan penyesuaian sosial mahasiswa, sedangkan 30% sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Saran untuk peneliti selanjutnya agar meneliti faktor lain dari penyesuaian sosial.

Kata Kunci : Kecerdasan Emosi, Penyesuaian Sosial, Mahasiswa

Abstract

Every human being undergoes a transition to his new environment. When they become students, they will move from school to school or work to school, which requires social skills. This study aims to determine the relationship between emotional and social adjustment of the first year Diploma III transform program student PKN STAN. The subject of this research is the third student of the first year Diploma III transform program student PKN STAN. The sample used 145 students with cluster sampling technique. The measuring instrument used is the emotional intelligence scale (33 valid items, with $\alpha = .85$) and Social Adjustment Scale (45 valid items, with $\alpha = .92$) that have been tested in 110 of the first year Diploma III transform program student PKN STAN. The simple regression coefficient between emotional intelligence and social adjustment is 0.83 with $p = 0,000$ ($p < .001$). These results indicate the hypothesis proposed by the Researcher, that there is a positive relationship between emotional intelligence and social adjustment of the first year Diploma III transform program student PKN STAN is acceptable. Value of the coefficient of determination of .70 means that emotional intelligence has an effective contribution of 70% in improving student social adjustment, while the remaining 30% is determined by other factors not measured in this study. Suggestions for future researchers to examine other factors of social adjustment.

Keywords: Emotional Intelligence, Social Adjustment, Student

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial, artinya bahwa manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa bantuan individu lain. Manusia selalu bergantung satu sama lain dan memerlukan interaksi sesama individu maupun terhadap kelompok sosial. Setiap manusia akan mengalami transisi dari lingkungannya ke lingkungan yang baru. Ketika menjadi mahasiswa, mereka akan mengalami perpindahan dari *school to school* ataupun *work to school*, yang di dalamnya dibutuhkan kemampuan penyesuaian sosial.

Hurlock (2008) berpendapat bahwa penyesuaian sosial merupakan keberhasilan individu untuk menyesuaikan diri terhadap individu lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Schneiders (dalam Agustiani, 2009), memperkuat dengan penjelasan penyesuaian sosial sebagai kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan.

Rathus dan Nevid (2002) mengatakan bahwa mahasiswa yang memasuki perkuliahan memerlukan penyesuaian sosial karena lingkungan dan sistem pendidikan yang berbeda dari SMA. Penyesuaian sosial dilakukan pula oleh subjek pada penelitian ini yaitu Mahasiswa D III alih program PKN STAN.

Schneider (1964) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu kondisi fisik dan yang mempengaruhinya, perkembangan dan kematangan, faktor psikologis, dan kondisi lingkungan. Chaplin (2011) mengatakan bahwa kematangan emosional merupakan suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan karena itu individu yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosi yang pantas bagi anak-anak.

Kecerdasan emosional merupakan sekumpulan kemampuan untuk mengenali dan membangkitkan perasaan yang berfungsi untuk membantu pikiran manusia, memahami dan memaknai suatu perasaan, dan mengendalikan perasaan secara mendalam yang berlangsung akan membantu perkembangan emosional dan intelektual pada diri individu (Stein, 2004). Peran kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial pada individu adalah ketika individu dihadapkan di suatu masalah, individu dengan kemampuan pengaturan emosi yang baik akan menangani masalah dengan kepala dingin dan dapat mengontrol tingkat agresivitas individu sehingga akan dapat menyelesaikan masalah tersebut dan melakukan penyesuaian sosial yang baik pula.

Setiap individu khususnya pada masa dewasa awal akan menjumpai berbagai masalah di lingkungan yang baru. Ketika harus menghadapi masalah tersebut, individu dapat memahami dan mengendalikan emosi atau perasaannya sendiri merupakan peran yang penting yang melekat di setiap individu. Ketika individu ditempatkan di kondisi yang baru, pengendalian emosi dapat membantu penyesuaian sosial yang terjadi. Begitu pula mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi tentunya memiliki motivasi berprestasi yang tinggi dan mudah bergaul. Hal tersebut sangat diperlukan agar mahasiswa dapat *survive* dalam masa perkuliahannya. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Nikooyeh, Zarani, dan Fathabadi (2017) bahwa cerdas secara emosional dapat membantu siswa memahami dan mengelola emosinya dengan lebih baik, kemudian memiliki hubungan yang lebih berhasil dengan atasan dan teman sekelas mereka karena memperoleh keterampilan sosial yang lebih baik, dan juga dapat membantu mencegah mereka melakukan kejahatan atau perilaku menyimpang. Jadi, individu menyesuaikan lingkungan dengan

lebih baik secara emosional, sosial dan akademis. Pernyataan tersebut membuktikan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam berhasilnya pendidikan yang sedang dijalani individu tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Kyalo dan Chumba (2011) mendapatkan hasil bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan penyesuaian akademik yang tinggi dibandingkan penyesuaian sosialnya, yaitu yang relatif rendah. Hasil tersebut diperkuat dengan penelitian Sharma (2012) yang menunjukkan bahwa penyesuaian sosial pada mahasiswa tahun pertama cenderung rendah.

Penelitian ini membahas bagaimana penyesuaian dari *work to school* berbeda dengan beberapa penelitian yang sering ditemui yaitu membahas mengenai transisi *school to work* seperti penelitian yang dilakukan oleh Pastore (2009) mengenai *school to work* di Mongolia membahas mengenai bagaimana keterbatasan pendidikan untuk mempersiapkan individu ketika bekerja. Oleh karena itu, peneliti tertarik meneliti mengenai hubungan kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial subjek yang harus menyesuaikan diri di lingkungan dengan aktivitas yang baru yaitu dari lingkungan kerja ke perkuliahan (*work to school*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial mahasiswa D III alih program PKN STAN belum pernah diteliti sebelumnya.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa D III alih program PKN STAN dengan karakteristik subjek penelitian yaitu mahasiswa alih program tahun pertama (semester 4). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik *cluster random sampling*. Menurut Azwar (2014) menjelaskan bahwa teknik cluster random sampling adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan jika populasi yang akan diteliti berjumlah besar dan randomisasi dilakukan terhadap kelompok bukan terhadap subjek secara individual. Sampel penelitian yang diperoleh berdasarkan teknik *cluster random sampling* sebanyak 4 kelas (145 mahasiswa). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala yaitu Skala kecerdasan emosi berjumlah 33 aitem $\alpha = .85$ yang disusun berdasarkan aspek kecerdasan emosional oleh Goleman (2016) yaitu mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi individu lain, dan membangun hubungan. Sedangkan skala penyesuaian sosial berjumlah 45 aitem $\alpha = .92$ yang disusun berdasarkan aspek penyesuaian sosial menurut Schneiders (1964) yaitu *recognition, participation, social approval, altruism, dan conformity*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Proses analisa data dalam penelitian ini dibantu dengan program komputer *Statistical Package for Science (SPSS) 21 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pengujian hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa DIII alih program PKN STAN. Hasil uji hipotesis tersebut menunjukkan angka koefisien korelasi sebesar .83. Koefisien memiliki hasil yang positif menunjukkan semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial

pada mahasiswa D III alih program dan sebaliknya. Koefisien korelasi tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial pada mahasiswa D III alih program **diterima**.

Hasil deskripsi subjek dalam variabel kecerdasan emosional menunjukkan bahwa sebanyak 0,7% mahasiswa D III alih program berada pada kategori kecerdasan emosional yang rendah, 68,9% mahasiswa berada pada kategori kecerdasan emosional yang tinggi, dan 30,34% pada kategori yang sangat tinggi. Sedangkan pada variabel penyesuaian sosial mayoritas mahasiswa D III alih program PKN STAN (71,8%) ada pada kategori tinggi. Pada kategori rendah terdapat 3,4% mahasiswa dan 24,8% mahasiswa menduduki kategori sangat tinggi.

Hasil nilai koefisien determinasi R^2 yang dapat menunjukkan besarnya sumbangan efektif adalah sebesar .70. Hasil tersebut memiliki arti bahwa kecerdasan emosional memiliki sumbangan efektif sebesar 69% dalam meningkatkan penyesuaian sosial pada mahasiswa, sedangkan 31% sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang sangat besar dalam meningkatkan penyesuaian sosial pada mahasiswa. Hasil yang didapat sesuai dengan faktor penyesuaian sosial oleh Schneiders yang salah satunya adalah kematangan yaitu kematangan emosi yang menjadi bagian dari kecerdasan emosi.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Laksamana (2014) mengenai hubungan kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial pada siswa SMP juga memiliki hubungan positif. Hasil penelitian dengan variabel-variabel tersebut pada subjek mahasiswa yang dilakukan oleh Yuliati (2015) juga memiliki hubungan yang positif. Hasil tersebut menandakan bahwa memang terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial. Kecerdasan emosional memiliki peran yang penting bagi mahasiswa dalam melakukan penyesuaian sosial di lingkungan barunya karena ketika mereka memiliki pengendalian emosi dengan baik berbagai masalah yang ada di sekitarnya akan teratasi dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil penelitian yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan di antara variabel kecerdasan emosional dan variabel penyesuaian sosial. Hubungan tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi, maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian sosial pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan emosi, maka semakin rendah kemampuan penyesuaian sosial pada mahasiswa. Variabel kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 69% pada variabel penyesuaian sosial. Sedangkan sisanya 31% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, Hendriati. (2009). *Psikologi perkembangan (Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja)*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi*. Edisi kedua. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

- Chaplin, J. P. (2011). *Dictionary of psychology, (Terjemah. Kartini Kartono) Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.*
- Goleman. (2016). *Emotional intelligence (terjemahan).* Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gray, Rebecca., Vitak, Jessica., Easton, Emily W., & Ellison, Nicole B. (2013). Examining social adjustment to college in the age of social media: Factors influencing successful transitions and persistence. *Computers & Education*, doi:10.1016/j.compedu.2013.02.021
- Hurlock, E.B. (2008), *Perkembangan Anak.* Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hurlock, E.B. (2014), *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.* Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Julia, M., & Veni, B. (2012). An analysis of the factors affecting students adjustment at a university in Zimbabwe. *International Education Studies*, 5(6), 244–251, doi:10.5539/ies.v5n6p244
- Kyalo, Paul M & R Chumba. (2011). Selected factors influencing social & academic adjustment of undergraduate student of Egerton University : Njoro Campus. *International journal of business and social science.*
- Laksamana, Burhan. (2014). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas VII SMPN Semarang. *Jurnal Empati.*
- Lusianawati. (2013). Kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada remaja awal yang tinggal di panti asuhan Uswtun Hasanah Samarinda. *Jurnal Psikologi.*
- Nikooyeh, Elika., Zarani, Fariba., dan Fathabadi, Jalil. (2017). The mediating role of social skills and sensation seeking in the relationship between trait emotional intelligence and school adjustment in adolescents. *Journal of Adolescence*, doi: [10.1016/j.adolescence.2017.05.012](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.05.012).
- Pastore, Francesco. (2009). School to work transitions in Mongolia. *The European Journal of Comparative Economics*. ISSN: 1722-4667
- Rathus, S.A & Nevid, Jeffrey S. (2002). *Psychology: The challenges of life: Adjustment n the new millenium.* John Wiley & Sons, Inc. USA
- Sharma, Bharti. (2012). Adjustment and emotional maturity among first year college students. *Pakistan Journal of Social and Cultural Psychology.*
- Stein, S.J. (2004). *Ledakan EQ: 15 Prinsip dasar kecerdasan emosional meraih sukses.* Bandung: Mizan Pustaka.
- Schneider, A.A., (1964)., *Personal Adjusment and Mental Health*, New York: Holt, Rinehart and Winston