

---

## PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP PENYESUAIAN SOSIAL MAHASISWA BARU IAKN KUPANG

Marleny Rambu Riada <sup>1</sup>, Irene Elvira Daik <sup>2</sup>, Ferderika Leuanan <sup>3</sup>

<sup>1</sup>, Program Studi Pastoral Konseling, Institut Agama Kristen Negeri Kupang, Kota Kupang

<sup>2</sup>, Program Studi Pastoral Konseling, Institut Agama Kristen Negeri Kupang, Kota Kupang

<sup>3</sup>, Program Studi Pastoral Konseling, Institut Agama Kristen Negeri Kupang, Kota Kupang

e-mail: lhenieriada@gmail.com ,elvirairene51@gmail.com

### ABSTRACT

This study aims to determine the effect of emotional intelligence on the social adjustment of IAKN Kupang students during the covid 19 pandemic. The research method used is quantitative. The sample of this study amounted to 95 semester 1 students of the Faculty of Social Sciences and Christian Religion who were selected using the non-probability sampling method with purposive sampling technique. Data were collected using the Goleman emotional intelligence scale and the Scheneider social adjustment. Data analysis using simple regression analysis technique. The results showed that the calculated F value was 69.774 with a significance of 0.000 ( $p < 0.05$ ), which means that there is an influence of emotional intelligence on students' social adjustment. The contribution of the emotional intelligence variable is seen in the R Square value of 0.429, meaning that 42.9% of first semester students' social adjustment during covid 19 was influenced by emotional intelligence.

**Keywords :** emotional intelligence, social adjustment, student, covid-19

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial mahasiswa IAKN Kupang selama pandemi covid 19. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Sampel penelitian ini berjumlah 95 orang mahasiswa semester 1 Fakultas Ilmu Sosial dan keagamaan Kristen yang dipilih dengan menggunakan metode nonprobability Sampling dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan skala kecerdasan emosional Goleman dan penyesuaian sosial Scheneider. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan nilai F hitung sebesar 69,774 dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0.05$ ) yang berarti ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial mahasiswa. Sumbangan variabel kecerdasan emosional dilihat pada nilai R Square sebesar 0.429 artinya 42,9 % penyesuaian sosial mahasiswa semester 1 selama covid 19 dipengaruhi kecerdasan emosional.

**Kata kunci:** kecerdasan emosional, penyesuaian sosial, mahasiswa , covid 19

### Pendahuluan

Dalam kehidupannya setiap individu akan dilibatkan dengan beberapa tahapan perkembangan yang harus dijalannya, salah satunya adalah dari periode transisi dari masa remaja ke masa dewasa. Santrock (2017) mengemukakan bahwa transisi dari masa

remaja ke dewasa disebut sebagai beranjak dewasa terjadi dari usia 18 sampai 25 tahun dan ditandai dengan masa eksperimen dan eksplorasi. Arnett (Santrock, 2017) mendeskripsikan ciri dari orang yang beranjak dewasa ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan, terfokus pada diri

sendiri, merasa seperti berada di peralihan, dan usia dengan berbagai kemungkinan, sebuah masa di mana individu memiliki peluang untuk mengubah kehidupan mereka. Sebagai peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa, individu yang berada pada tahap ini biasanya akan berhadapan dengan situasi baru dimana kebanyakan mereka yang sudah lulus pendidikannya di sekolah menengah atas (SMA) akan melanjutkan kuliah ke jenjang perguruan tinggi. Sebagai mahasiswa mereka akan menghadapi situasi sosial yang baru: mengembangkan relasi sosial baru dengan lingkungan kampus; membangun relasi sosial yang lebih luas dari beragam baik etnis, suku, agama dan budaya; merantau jauh dari keluarga; dituntut mampu mandiri mengatur kehidupannya sendiri

Dalam masa transisi ini, mahasiswa akan mengalami penyesuaian dari lingkungannya yang lama baik fisik maupun sosial ke lingkungan yang baru, semuanya ini membutuhkan kemampuan penyesuaian sosial yang baik. Hurlock (2018) berpendapat bahwa penyesuaian sosial merupakan keberhasilan individu untuk menyesuaikan diri terhadap individu lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Schneiders (dalam Devi & Desiningrum, 2017) menjelaskan penyesuaian sosial sebagai kemampuan bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan.

Sejak tahun 2019 dunia dikejutkan oleh adanya kematian akibat covid 19. Virus ini pertama kali muncul di kota Wuhan China. Virus Covid 19 adalah virus yang menyerang sistem pernapasan manusia dan dalam waktu 2 tahun menyebabkan kematian jutaan orang di seluruh dunia. Covid 19 adalah virus yang mudah menyebar melalui udara masuk lewat sistem pernapasan ataupun lewat bersentuhan dengan orang yang telah terpapar corona. Untuk menekan penyebaran Corona maka dilakukan perubahan-perubahan yang berdampak pada perubahan sosial.

Pemerintah dari berbagai negara mewajibkan warganya agar memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan, membatasi aktivitas keluar rumah dan menghindari kerumunan.

Pelaksanaan upaya pencegahan penyebaran corona mengubah banyak hal dalam kehidupan manusia antara lain : bekerja, beribadah dan belajar dari rumah, bersosialisasi harus menjaga jarak dan menggunakan masker, bersosialisasi menggunakan media daripada tatap muka. Aktivitas sosial seperti rekreasi tidak boleh dilakukan, bersosialisasi dengan teman sebaya maupun keluarga serta masyarakat harus dibatasi baik dari segi intensitas pertemuan maupun tuntutan menjaga jarak jika bertemu. Dari sisi psikologis kondisi ini menimbulkan emosi ketakutan, kuatir, tidak nyaman, tertekan dan keputusasaan.

Selama wabah covid 19 melanda dunia, berbagai aktivitas belajar harus dijalani pelajar dan mahasiswa. Khususnya mahasiswa baru, mereka harus melakukan penyesuaian sosial seperti pada umumnya dan era ini mereka dituntut menghadapi perubahan akibat Corona yang menambah kesulitan melakukan penyesuaian sosial bagi para mahasiswa tersebut. Para mahasiswa ini menghadapi perubahan sosial jauh dari orangtua, menghadapi relasi sosial yang lebih luas baik dengan dosen maupun mahasiswa lainnya yang berbeda etnis, suku agama dan bahasa. Disisi lain mereka juga menghadapi perubahan yang disebabkan penyebaran covid 19 antara lain belajar dari rumah, kurangnya interaksi langsung antara dosen dan mahasiswa.

Kecerdasan emosional merupakan sesuatu hal yang perlu dimiliki untuk dapat sukses dalam melakukan penyesuaian sosial. Kecerdasan emosional memungkinkan individu untuk memanfaatkan emosi untuk menghadapi lingkungan sosial secara lebih efektif (Papalia & Feldman, 2014). Stein (dalam Devi dan Desiningrum, 2017) mengungkapkan bahwa 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. Goleman (dalam Jaleel & Verghis, 2017) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki kecerdasan emosi tingkat tinggi, maka ia akan mampu mengenal diri mereka dengan baik dan juga mampu merasakan emosi orang lain. Kemampuan mengenali dan memahami emosi inilah yang menjadi dasar agar individu bisa mengelola dan mengatasi tekanan emosi yang muncul. Peran kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial individu adalah ketika individu dihadapkan pada 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 (Devi dan Desiningrum,2017).

Penelitian terkait kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial pernah dilakukan sebelumnya. Hasil penelitian Devi & Desiningrum (2017) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial mahasiswa FIP UPI. Hal ini sejalan juga dengan penelitian Afif, Ismail, dan Nurdin (2018) pada mahasiswa pendidikan Biologi Fakultas Tarbyah UIN Aalauddin Makasar ditemukan ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan interaksi teman sebaya dengan penyesuaian sosial. Hasil penelitian dari Sulistio, Wiroko, dan Paramita (2018) menemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial remaja yang tinggal di pondok pesantren. Semakin tinggi kecerdasan emosi seseorang maka akan semakin dapat melakukan penyesuaian sosial sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional seseorang maka akan semakin rendah

penyesuaian sosialnya. Jdaitawi, Ishak, dan Mustafa (dalam Sulistio dkk, 2018) dalam penelitiannya menyatakan kecerdasan emosional memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa baru di North Jordan. Merujuk pada penelitian di atas, ditemukan ada hubungan antara kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial pada mahasiswa dan pengaruh pada remaja yang tinggal di pondok pesantren, sehingga penelitian yang akan dilakukan kali ini untuk melihat pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada mahasiswa di kampus IAKN Kupang, situasi selama masa pandemi COVID-19 yang sudah berlangsung dari tahun 2020 membuat adanya pembatasan dalam banyak hal seperti: aktivitas perkuliahan yang tidak dilangsungkan secara tatap muka sehingga interaksi sosial antara teman kampus maupun dosen menjadi minim, adanya pembatasan dalam berbagai macam aktivitas seperti tidak bisa berkumpul secara berkelompok dalam jumlah besar, kalau mau beraktivitas harus menerapkan prokes seperti memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan, menghindari kerumunan, dan kalau mau berpergian ke luar daerah harus menjalani Rapid Tes Antigen sebagai bukti untuk bisa masuk ke daerah yang dituju, aktivitas rekreasi bersama teman-teman juga terbatas. Hal ini membuat mahasiswa cukup kesulitan dalam menyesuaikan diri secara sosial terhadap situasi yang terjadi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap mahasiswa IAKN Kupang mereka mengaku merasa kuatir, takut sekaligus putus asa menghadapi perubahan sosial akibat penyebaran covid. Rasa kuatir muncul karena mereka harus belajar hidup mandiri karena terpisah dari orangtua, menghadapi perkuliahan minim interaksi tatap muka baik dengan dosen maupun mahasiswa lainnya, tidak maksimal mengerjakan tugas kelompok dari jarak jauh.

Rasa takut muncul disebabkan karena virus Corona mudah menular dan dapat menyebabkan kematian sedangkan rasa putus asa disebabkan jaringan tidak stabil dan keterbatasan paket data menghambat perkuliahan, dan pembatasan aktivitas sosial yang harus dilakukan untuk menekan penyebaran virus Corona.

Kecerdasan emosional diperlukan dalam menghadapi perubahan hidup yang berpotensi menimbulkan stress pada setiap individu. Khususnya mahasiswa baru, mereka menghadapi berbagai perubahan hidup termasuk situasi sosial yang baru. Wabah Covid 19 menambah berat tantangan yang harus mereka hadapi dalam upaya penyesuaian sosial dewasa ini. Penelitian terdahulu menunjukkan kecerdasan emosi memberikan pengaruh pada penyesuaian sosial. Untuk itu penelitian ini bertujuan meneliti pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru IAKN Kupang selama masa pandemi Covid 19.

### **Penyesuaian Sosial**

Menurut Hurllock (dalam Vincencia dkk, 2019) penyesuaian sosial adalah keberhasilan seseorang untuk beradaptasi dengan orang lain dalam satu kelompok.

Schneiders (dalam Nurhusni, 2017) menyatakan social adjustment signifies the capacity to react actively and wholesomely to social realities social, situation and relations do that requirement for social living are fulfilled in an acceptable and satisfactory manner. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan penyesuaian sosial adalah kemampuan individu bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas sosial, situasi dan relasi untuk memenuhi berbagai kebutuhan hidupnya dengan cara yang memuaskan serta dapat diterima.

Menurut Schneiders ( dalam Estiane, 2019) penyesuaian yang baik ditandai dengan adanya pengetahuan dan pemahaman tentang diri sendiri dan orang lain, adanya objektivitas dan penerimaan sosial,

pengendalian diri dan perkembangan diri yang baik, miliki tujuan dan arah yang jelas, memiliki sudut pandang, penilaian dan pandangan hidup yang memadai, memiliki humor, memiliki tanggungjawab sosial, memiliki kemampuan bekerjasama dan menaruh minat terhadap orang lain, memiliki minat yang besar dalam melakukan pekerjaan dan bermain, adaptabilitas, memiliki kepuasaan dalam bekerja dan bermain, memiliki orientasi yang memadai akan adanya realitas sosial.

### **Aspek-Aspek Penyesuaian Sosial**

Menurut Schneiders (dalam Sari dan Fauziah, 2019) terdapat beberapa aspek penyesuaian sosial:

1. Recognition atau pengakuan artinya individu mengakui orang lain memiliki hak. ia mau menerima kebenaran tersebut dan menghormati hak orang lain.
2. Participation atau partisipasi dalam arti individu berpartisipasi dalam relasi sosial dengan orang lain.
3. Social Approval atau penerimaan sosial artinya individu memiliki minat dan perhatian terhadap kesejahteraan orang lain
4. Altruisme atau perilaku menolong artinya individu mau peduli, menolong dan mementingkan kepentingan orang lain.
5. Conformity artinya kesesuaian yakni kesadaran dalam diri untuk menghormati dan mematuhi peraturan dan tradisi yang berlaku

### **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial**

Kemampuan penyesuaian sosial setiap orang berbeda-beda. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku penyesuaian sosial. Menurut Schneiders (dalam Esthiane, 2015) ada beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial individu antara lain:

1. Faktor fisik
2. Perkembangan dan kematangan,
3. Faktor psikologis,

4. Kondisi lingkungan meliputi kondisi rumah, keluarga dan sekolah baik fisik maupun non fisik.
5. Faktor budaya.

### Ciri-ciri Penyesuaian Sosial

Setiap individu diharapkan mampu mengembangkan tingkah laku yang dapat diterima dalam lingkungan sosial dimana ia berada. Menurut Schneiders (dalam Kau dan Idris 2015) mengemukakan ciri penyesuaian sosial yang baik sebagai berikut:

1. Memiliki pengendalian diri yang tinggi dalam menghadapi situasi atau persoalan dengan kata lain tidak menunjukkan emosi yang berlebihan.
2. Tidak menunjukkan mekanisme psikologis yang berlebihan, bertindak wajar dalam memberikan reaksi terhadap mesalah dan konflik yang dihadapi.
3. Mampu mengolah pikiran dan perasaan dengan baik sehingga menemukan cara-cara tepat untuk menyelesaikan masalahnya.
4. Memiliki pertimbangan rasional dan pengendalian diri, memiliki kemampuan dasar berfikir serta dapat memberikan pertimbangan terhadap tingkah laku yang diperbuat untuk mengatasi masalah yang dihadapinya.

### Kecerdasan Emosional

Teori Kecerdasan emosional pertama kali dicetuskan oleh Salovey dan Mayer. Menurut Salovey dan Mayer (Astrina & Rinaldi, 2019), seorang individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik, akan cenderung menunjukkan sikap yang mudah menyesuaikan diri, gigih, dan optimis. Salovey dan Mayer (Yuliantini, 2017) mendefinisikan bahwa kecerdasan emosional sebagai suatu kecerdasan sosial yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam memantau baik emosi dirinya maupun emosi orang lain, dimana kemampuan ini digunakan untuk mengarahkan pola pikir dan perilakunya.

Goleman menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain (Sulistio, Wiroko, dan Paramita, 2018)

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional (emotional quotient) adalah kemampuan individu dalam mengendalikan dan mengatur emosi yang baik atau buruk sehingga dapat memahami perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain.

### Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Goleman (2017) membagi kecerdasan emosional menjadi 5 (lima) wilayah, yaitu:

1. Mengenali emosi diri (Self awareness)

Kemampuan individu untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu yang ditandai dengan mengenal dan merasakan emosi sendiri, memahami sebab perasaan yang terjadi dan mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan

2. Mengelola Emosi (Regulasi Diri)

Berarti mampu menanggapi perasaan agar perasaan terungkap dengan tepat. Hal ini ditandai dengan mampu mengungkapkan amarah dengan tepat, memiliki perasaan positif dengan diri sendiri dan orang lain, dan memiliki kemampuan dalam mengatasi stres dan kecemasan.

3. Memotivasi diri sendiri

Motivating self adalah kemampuan mengendalikan emosi dan mengatur emosi. Ditandai dengan mampu mengendalikan kecemasan, bersikap optimis, dan mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan.

4. Mengenali emosi orang lain (empati)

Empati menyatakan kemampuan menerima sudut pandang orang lain, memiliki kepekaan terhadap orang lain dan mampu mendengarkan orang lain.

5. Membina hubungan dengan orang lain adalah keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam bergaul dengan orang lain. Hal ini ditandai dengan mampu bergaul dan berkomunikasi yang baik dengan orang lain, mampu bersikap dewasa dalam menyelesaikan konflik dengan orang lain.

### **COVID-19.**

Covid-19 adalah jenis virus yang menular melalui udara maupun bersentuhan dengan orang atau benda yang dipegang oleh penderita Covid- 19. Virus ini telah mengakibatkan kematian jutaan orang di seluruh dunia.

Covid-19 membawa dampak dan perubahan yang besar bagi dunia. Penyebaran virus ini yang cepat menular menyebabkan pemerintah baik secara global maupun nasional menetapkan berbagai kebijakan. Pemerintah Indonesia melakukan berbagai upaya untuk mencegah penyebaran virus Covid-19. Selain menerapkan protokol kesehatan yang ketat, pemerintah juga menetapkan pembatasan sosial berskala besar (PSBB), Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) secara darurat. Pemerintah juga menetapkan belajar, bekerja dan beribadah dari rumah.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah responden didasarkan pada kriteria mahasiswa. Teknik Sampling yang digunakan adalah teknik purposive sampling yang didasarkan pada kriteria mahasiswa semester I/mahasiswa baru pada Fakultas Ilmu Sosial Keagamaan Kristen IAKN Kupang sebanyak 95 orang.

**Tabel 1 Data Responden Fakultas Ilmu Sosial Keagamaan Kristen**

No	Program Studi	Semester	Jumlah		Total
			L	P	
<b>Jurusan Ilmu Keagamaan Kristen</b>					
1	Pastoral Konseling	I	9	18	27
2	Kepemimpinan Kristen	I	3	12	15
<b>Jurusan Ilmu Sosial Kristen</b>					

1	Sosiologi	I	20	25	45
2	Misiologi	I	6	9	15
3	Psikologi Kristen	I	12	40	52
<b>Jumlah</b>			50	104	154

### **Instrumen Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuisioner/angket yang memakai 4 alternatif jawaban sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai dengan menggunakan skala kecerdasan emosi yang telah disusun dan dimodifikasi oleh peneliti menggunakan teori kecerdasan emosional Goleman dan skala Penyesuaian sosial Schneiders.

### **Teknik Analisis Data**

Teknik Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linear sederhana dengan menggunakan program SPSS versi 21

### **Uji Hipotesis.**

Ho : tidak ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial mahasiswa IAKN Kupang

Ha : Ada pengaruh positif dan signifikan kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial mahasiswa IAKN Kupang

### **Hasil dan Pembahasan**

#### **Gambaran Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru IAKN Kupang**

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa 73% mahasiswa semester 1 Fakultas Ilmu Sosial dan Keagamaan Kristen Intitut Agama Kristen Negeri Kupang memiliki penyesuaian sosial tinggi sedangkan 27% lainnya kemampuan penyesuaian sosial ada pada kategori sangat tinggi.

#### **Gambaran Kecerdasan Emosional Mahasiswa Baru IAKN Kupang**

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa mahasiswa semester 1 Fakultas Ilmu Sosial dan Keagaaman sebanyak 67% memiliki kecerdasan emosi pada kategori tinggi, dan 33 % berada pada kategori sangat tinggi.

## Hasil Uji Hipotesis

Tabel 2 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana  
signifikansi nilai F

ANOVA<sup>a</sup>

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regressi on	9733,970	1	9733,970	69,774	,000 <sup>b</sup>
1 Residua l	12974,178	93	139,507		
Total	22708,147	94			

a. Dependent Variable: Penyesuaian Sosial

b. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosional

Berdasarkan tabel ANOVA di atas, diperoleh nilai F hitung sebesar 69,774 dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh signifikan kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial mahasiswa semester 1 Fakultas Ilmu Sosial dan Keagamaan Kristen Institut Agama Kristen Negeri Kupang. dari hasil perhitungan ini maka hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Tabel 3 Hasil Analisa Regresi Sederhana  
Kecerdasan Emosi terhadap Penyesuaian  
Sosial Mahasiswa  
Model Summary<sup>b</sup>

Mod el	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,655 <sup>a</sup>	,429	,423	11,811

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosional

b. Dependent Variable: Penyesuaian Sosial

Sumber: SPSS for Windows Versi 21.00

Dari hasil analisa juga menunjukkan bahwa Nilai R (koefesien korelasi) sebesar 0.655, menggambarkan bahwa adanya korelasi kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial. Koefesien R square sebesar 0,429 menggambarkan besarnya sumbangan pengaruh variabel kecerdasan

emosi terhadap penyesuaian sosial mahasiswa semester 1 Fakultas Ilmu Sosial dan Keagamaan Kristen sebesar 42,9 %, sedangkan sisanya 57,1% di pengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Selain itu, dalam uji homogenitas dengan Levenes Test memperoleh Fhitung sebesar 0,260 dengan signifikansi 0,612 (( $p > 0,05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa varian dari kedua kategori homogen. Hasil uji t yaitu  $t = -1,337$  dengan nilai signifikansi 0,185 ( $p > 0,05$ ) maka Ho diterima. Hal ini bermakna tidak ada perbedaan penyesuaian sosial antara mahasiswa laki-laki dan perempuan di IAKN Kupang.

Hasil pengujian di atas membuktikan hipotesis yang menyatakan ada pengaruh positif dan signifikan kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial mahasiswa IAKN Kupang dinyatakan diterima. Hal ini dilihat dari Fhitung sebesar 69,774 dengan tingkat signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,429. Dengan demikian penyesuaian sosial mahasiswa dipengaruhi oleh kecerdasan emosional sebesar 42,9% dan sisanya 57,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, maka akan semakin dapat melakukan penyesuaian sosial. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional seseorang maka semakin rendah juga penyesuaian sosialnya.

Dari hasil uji di atas menunjukkan bahwa Kecerdasan emosional berperan dalam terwujudnya penyesuaian sosial seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Sulistio, Wiroko, dan Paramita (2018) menemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial remaja yang tinggal di pondok pesantren dan Jdaitawi, Ishak, dan Mustafa (dalam Sulistio dkk, 2018) dalam penelitiannya menyatakan kecerdasan emosional memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa baru di North Jordan. Walaupun sama-sama subjek penelitiannya pada mahasiswa baru,

Karakteristik yang membedakan penelitian ini dengan penelitian Jdaitawi, Ishak, dan Mustafa adalah penelitian ini dilakukan pada masa pandemi COVID-19, dimana selain harus beradaptasi dengan situasi baru di kampus, juga beradaptasi aturan protokol kesehatan yang ketat dari pemerintah dalam melakukan berbagai kegiatan yang diinginkan.

Berdasarkan respon jawaban yang diberikan, mahasiswa baru berada pada kategori tinggi sebesar 73% dan 27% pada kategori sangat tinggi dalam melakukan penyesuaian sosial. Hal ini didukung juga dengan kecerdasan emosional yang berada pada kategori tinggi sebanyak 67% dan sangat tinggi sebanyak 33%. Dalam melakukan penyesuaian sosial yang baik tentu bukanlah hal yang mudah bagi setiap orang, tetapi ketika didukung oleh kecerdasan emosional yang baik mereka dapat menyesuaikan diri dengan situasi, suasana, dan lingkungan yang baru dengan baik. Sejalan dengan lima aspek kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman (2017) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Hurlock (2018) juga mengungkapkan bahwa individu yang berada pada kategori masa dewasa awal, sebagian besar individu memperlihatkan lebih sedikit perubahan suasana hati dibandingkan ketika remaja, mereka juga lebih bertanggung jawab dan lebih jarang berperilaku yang mengandung resiko. Hal ini memudahkan mereka dalam melakukan penyesuaian sosial dalam lingkungan yang baru.

Manusia selalu berhadapan dengan perubahan yang menuntutnya melakukan penyesuaian sosial. Mahasiswa baru harus menjalani perubahan sistem belajar di perguruan tinggi, perubahan lingkungan sosial, dan hidup jauh dari orangtua. Munculnya virus Corona juga membawa perubahan yang berdampak pada pelajar dan mahasiswa. Wabah covid 19 yang terjadi sejak Desember 2019 membawa dampak

besar dalam kehidupan diseluruh dunia. Dalam berinteraksi wajib menggunakan masker, menjaga jarak, rajin mencuci tangan, membatasi aktivitas diluar rumah dan menghindari kerumunan. Peningkatan kematian karena kasus Corona menyebabkan pemerintah mengeluarkan kebijakan bekerja dan belajar dari rumah. Proses perkuliahan dilakukan dosen dari rumah. Perkuliahan dengan jaringan/ daring dan tuntutan menerapkan pola relasi sosial baru membutuhkan penyesuaian sosial yang baik agar mahasiswa terhindar dari covid 19 dan tidak menulari orang lain. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian sosial yang baik akan mampu menjalani perkuliahan dan kehidupan sosial dengan baik.

Kecerdasan emosi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial. Di samping itu ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu faktor fisik, faktor psikologis, perkembangan dan kematangan, lingkungan dan faktor budaya (Schneider dalam Esthiane, 2015). Faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk melihat sumbangsih faktor lain terhadap penyesuaian sosial mahasiswa semester 1 Fakultas Ilmu Sosial dan Keagamaan Kristen Institut Agama Kristen Negeri Kupang.

Dari hasil analisis dengan menggunakan uji t dalam melihat perbedaan dari jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan penyesuaian sosial antara mahasiswa laki-laki dan perempuan di IAKN Kupang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sulistio, Wiroko, & Paramita (2018) menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan dalam penyesuaian sosial

## Simpulan

Berdasarkan uraian dan hasil analisis statistik, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh positif dan signifikan pada penyesuaian sosial mahasiswa di IAKN Kupang. Hal ini

dilihat dari Fhitung sebesar 69,774 dengan tingkat signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,429. Dengan demikian penyesuaian sosial mahasiswa dipengaruhi oleh kecerdasan emosional sebesar 42,9% dan sisanya 57,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Dari hasil analisis uji tmenunjukkan bahwa tidak ada perbedaan penyesuaian sosial antara mahasiswa laki-laki dan perempuan di IAKN Kupang Semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, maka akan semakin dapat melakukan penyesuaian sosial. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional seseorang maka semakin rendah juga penyesuaian sosialnya.

## SARAN

### Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa agar terus meningkatkan kecerdasan emosi dan penyesuaian social

### Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini hanya meneliti tentang pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial, sehingga disarankan untuk melihat faktor yang lain untuk penelitian selanjutnya.

## Daftar Pustaka

- Afiif, A., Ismail. W., & Nurdin, S. (2018). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Interaksi Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb*, 10 (1), 59-71.
- Astrina, C., & Rinaldi, R. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Tahun Pertama Jurusan Psikologi. *Jurnal Riset Psikologi*, 4, 1-11.
- Burhan Laksmana. (2014). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas

VII SMP Negeri 20 Semarang. *Jurnal Empati*, Vol (3), 32-41.

Devi, S.P.,& Desiningrum, D.P. (2017). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa D III Alih Program PKN STAN. *Jurnal Empati*, 6 (4), 169-173.

Goleman, D. (2017). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Hurlock, E.B. (2018). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga

Jaleel, S., & Verghis, A. M. (2017). Comparison between emotional intelligence and aggression among student teachers at secondary level. *Universal Journal of Educational Research*, 5(1), 137–140. doi: 10.13189/ujer.2017.050117

Khairunnisa Nurbaiti, Yuli Asmi Rozali. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Baru Universitas Esa Unggul Angkatan 2014. *Jurnal Psikologi*.

Ikha Novita Putri & Dahlia. (2020). Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Sosial pada Remaja Etnis Tionghoa di Kota Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Unsyiah*. Vol (3), 48-64s

Laras Rama Tania, Hadiwinarto,Rita Sinthia. (2018). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Penyesuaian Diri yang Salah Pada Siswa SMP Negeri 6 Kota Bengkulu. *Ejurnal.Unib*, vol (1), 79-90

- 
- Papalia, D.E.,& Feldman, R.D., (2014). Menyelami Perkembangan Manusia Edisi 12 Buku 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, J.W. (2017). Life Span Development Jilid 2. Jakarta:Erlangga
- Sarwono, Sarlito W &Eko A Meinarno, (2014). Psikologi Sosial. Salemba Humanika:Yogyakarta
- Sulistio, W.,Wiroko, E.P., & Paramita, A.D. (2018). Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Penyesuaian Sosial Remaja di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi*, 2 (17), 37-44.
- Sugiyono. (2017). Statistika untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Yuliantini, S. (2017). Hubungan Kecerdasan emosi dan Penyesuaian Sosial dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa. *Psikoborneo*, 5 (2), 215-223.