



Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru di Universitas Aisyah Pringsewu Tahun 2023

Vivi Dwi Silfia¹, Rima Wilantika²

¹ Progam Studi Psikologi, Universitas Aisyah Pringsewu; vividwisilfia13@gmail.com

² Progam Studi Psikologi, Universitas Aisyah Pringsewu; rimawilantika671@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru di Universitas Aisyah Pringsewu. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu. Subjek penelitian berjumlah 94 yang berasal dari berbagai program studi yang ada di Universitas Aisyah Pringsewu. Pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosi (22 aitem dengan koefisien korelasi berkisar antara 0,283- 0,881; $\alpha = 0,951$) dan skala penyesuaian diri (38 aitem dengan koefisien korelasi berkisar antara 0,255-0,696; $\alpha = 0,909$). Berdasarkan koefisien determinasi, sumbangan efektif kecerdasan emosi dan penyesuaian diri sebesar 39,56%. Analisis data menggunakan korelasi *Product Moment* untuk uji korelasi dan menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru ($r = 0,629$; $p = 0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki, maka penyesuaian dirinya juga semakin tinggi, begitupun sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosinya maka semakin rendah juga penyesuaian dirinya.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi, Penyesuaian Diri, Mahasiswa Baru

DOI: <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i1.1954>

*Correspondence: Vivi Dwi Silfia dan Rima Wilantika

Email: vividwisilfia13@gmail.com,
rimawilantika671@gmail.com

Received: 08-09-2023

Accepted: 16-10-2023

Published: 27-11-2023



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: This study aims to determine the correlation between emotional intelligence and self-adjustment in new students at Aisyah University of Pringsewu. The population in this study were new students at the Aisyah University of Pringsewu. There were 94 research subjects who came from various study programs at Aisyah University of Pringsewu. Data collection used the emotional intelligence scale (22 items with correlation coefficients ranging from 0.283-0.881; $\alpha = 0.951$) and self-adjustment scales (38 items with correlation coefficients ranging from 0.255-0.696; $\alpha = 0.909$). The effective contribution of emotional intelligence and self-adjustment is 39.56%, according to the coefficient of determination. A positive correlation between emotional intelligence and adjustment in new students was found through data analysis using the Product Moment correlation ($r = 0.629$; $p = 0.000$). This demonstrates a positive correlation between emotional intelligence and self-adjustment, and a negative correlation between emotional intelligence and self-adjustment.

Keywords: Emotional Intelligence, Adjustment, New Students

Pendahuluan

Masa transisi mahasiswa baru dari SMA ke perguruan tinggi penuh tantangan, seperti masalah institusional, tuntutan akademis yang lebih besar, dan perubahan sosial

Baker dan Siryk (Credé & Niehorster, 2012). Masa ini juga dikenal sebagai "*shock cultural*" karena melibatkan adaptasi terhadap ide-ide baru dan temanteman dengan karakter dan keyakinan yang beragam. Mahasiswa perlu mengatasi tuntutan pendidikan dan beradaptasi dengan lingkungan sosial yang baru. Menurut Siswoyo (Papilaya & Huliselan, 2016) Mahasiswa adalah individu yang berpikir kritis, bertindak tepat, dan sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Mereka mengalami proses peningkatan pengetahuan dan wawasan (Hulukati & Djibran, 2018). Mahasiswa baru sering menghadapi kesulitan dalam penyesuaian diri, seperti perbedaan budaya dan kesulitan berkomunikasi. (Santrock, 2020) menyatakan bahwa *The Association for University and Collage Counseling Center Director Annual Survey* (2019) melakukan survey ke perguruan tinggi menyatakan banyak mahasiswa baru mengalami masalah kecemasan, depresi, dan kesulitan dalam relasi sosial. Tingkat keberhasilan menyelesaikan pendidikan bagi mahasiswa baru bervariasi, dengan sebagian mengalami kesulitan dan tidak berhasil menyelesaikan studinya. Beberapa mahasiswa juga mengalami putus studi akibat gagal bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan (Chandra, 2021).

Koordinasi yang buruk bisa menimbulkan dampak kearah negatif, misalnya banyak mahasiswa baru yang mengundurkan dirinya selama proses perkuliahan berlangsung. Baker dan Siryk (Credé & Niehorster, 2012) menunjukkan bahwa menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan dan keadaan di perguruan tinggi bisa menentukan kinerja akademik siswa dan ketahanannya terhadap adanya rintangan, tantangan dan tekanan selama masa perkuliahan berjalan. Dampak negatif penyesuaian diri juga dapat termanifestasi dalam kelainan tingkah laku, seperti agresi, penganiayaan, penipuan, penggunaan obat terlarang, dan lain sebagainya (Daradjat, 2017). Scheineder (Susanto, 2018), menyatakan bahwasanya kemampuan seorang individu didalam beradaptasi terhadap lingkungannya dapat ditunjukkan dari adanya rasa menyenangkan yang tersirat dari perilaku dan sikap. Menurut pendapat Schneider (Hasan & Handayani, 2014), adaptasi ialah suatu langkah-langkah dimana seorang individu berupaya menyukupi keperluannya, menghadapi ketegangannya, menghadapi perasaan frustrasi dalam dirinya, dan juga konflik yang pada akhirnya bertujuan untuk tercapainya keselarasan diantara tuntutan lingkungan sekitar dan keperluan individu itu sendiri. (Zhang, 2020) Kecerdasan emosional termasuk salah satu faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap cara penyesuaian diri seseorang. Kemampuan memahami diri sendiri dan perasaan orang lain dalam kecerdasan emosi dapat memainkan peran penting dalam mencapai tujuan yang ditetapkan oleh individu (Li, 2020). Kecerdasan emosi penting bagi mahasiswa baru dalam menghadapi tekanan akademis dan sosial. Individu dengan kecerdasan emosi yang baik dapat merasakan, mengenali, dan mengatur emosi dengan baik. Mereka memiliki pemahaman diri yang baik, mampu menjaga hubungan sosial, dan mudah menyesuaikan diri. Kecerdasan dalam hal emosional memiliki peran penting didalam adaptasi seorang individu dalam kehidupan sehari-hari (Cleary, 2018). Peneliti khusus akan mempelajari adanya keterkaitan dan hubungan diantara kecerdasan emosional, serta cara menyesuaikan diri yang dilakukan oleh mahasiswa baru Universitas Aisha Pringsewu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan kemampuan beradaptasi mahasiswa semester pertama di Universitas Aisa Pringsewu.

Metode

Penelitian yang dilakukan memakai metode pendekatan kuantitatif, dengan Subyek yang digunakan dalam penelitian tersebut ialah mahasiswa baru Universitas Aisha Pringsewu. Populasi studi penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Aisyah Pringsewu. Pada penelitian ini, menggunakan teknik Purposive Sampling yang mana kriteria pada sampel penelitian yaitu mahasiswa baru semester 2 Universitas Aisyah Pringsewu serta mahasiswa yang berusia 18-23 tahun dengan banyak 94 responden. Variable dalam penelitian ini yakni, variable Independent (Variabel Bebas), yaitu kecerdasan emosi dan variable Dependent (Variabel Tergantung), yaitu kepercayaan diri. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyebaran skala psikologi melalui google form. Dalam penelitian ini Variabel yang akan diukur menggunakan aspek dari variabel yang dijabarkan dalam butir-butir pernyataan dan disajikan dalam bentuk skala. Kemudian peneliti akan melakukan penyekoran skala, skala yang dipakai yakni skala Likert. Analisis data menggunakan bantuan program SPSS 23.

Hasil dan Pembahasan

Uji Coba Kecerdasan Emosi

a. Skala Kecerdasan Emosi

Penelitian ini menggunakan skala kecerdasan emosi yang diadaptasi oleh (Utama, 2017) dengan 60 aitem. Skala tersebut telah melalui uji coba, validitas, dan reliabilitas.

Tabel 4.1 Putaran Satu

No	Aspek	Nomor Aitem Valid		Nomor Aitem Gugur	
		Favorable	Unfavorable	Favorable	Unfavorable
1.			13,33	41	11,31,51,53
2.	Regulasi Emosi	12,16	2,42,46,6	5,32,56,36	22,26
3.	Memotivasi Diri Sendiri	20	44,50,10	Mengenali Emosi Diri	1,3,21,23,43
4.	Empati	7,27	59,37,57	9,29,49,47	19,39,59,17
5.	Membangun Hubungan Keterampilan	25,18	15,35	5,45,58,38	55,48,28,8
	Jumlah	26		34	
	<i>Cronbach Alpha</i>				0.708

Berdasarkan putaran 1 item yang gugur sebanyak 34 aitem, yaitu pada aspek mengenali emosi diri: 41, 11, 31, 51, 53, aspek regulasi emosi: 5, 32, 56, 36, 22, 26, aspek memotivasi diri sendiri: 54, 34, 14, 60,40, 24, 4, 30, aspek membangun empati: 9, 29, 49, 47, 19, 39, 59,17, aspek membangun hubungan ketrampilan: 5, 45, 58, 38, 55, 48, 28, 8.

Tabel 4.2 Putaran Duan

No	Aspek	Nomor Aitem Valid		Nomor Aitem Gugur	
		Favorable	Unfavorable	Favorable	Unfavorable
1.	Mengenali Emosi Diri	1,21,23	33	3,43	13
2.	Regulasi Emosi	12,16	42,46,6	-	2
3.	Memotivasi Diri Sendiri	20	44,50,10	-	-
4.	Empati	7,27	59,37,57	-	-
5.	Membangun Hubungan Ketrampilan	25,18	15,35	-	-
	Jumlah	22		4	
	<i>Cronbach Alpha</i>				0.903

Berdasarkan putaran II, jumlah aitem yang gugur sebanyak 4 item, yaitu pada aspek mengenali emosi diri: 3,43,13, dan aspek regulasi emosi: 2

Tabel 4.3 Putaran Tiga

No	Aspek	Nomor Aitem Valid		Nomor Aitem Gugur	
		Favorable	Unfavorable	Favorable	Unfavorable
1.	Mengenali Emosi Diri	1,21,23	33	-	-
2.	Regulasi Emosi	12,16	42,46,6	-	-
3.	Memotivasi Diri Sendiri	20	44,50,10	-	-
4.	Empati	7,27	59,37,57	-	-
5.	Membangun Hubungan Ketrampilan	25,18	15,35	-	-
	Jumlah	22		0	
	<i>Cronbach Alpha</i>				0.951

Didasarkan pada tes di putaran ketiga, dikatakan bahwa tidak terdapat item yang dijatuhkan. Lalu dari 60 artikel sisanya, 22 artikel dinyatakan valid (Brunsting, 2018; van Rooij, 2018). Didasarkan pada pemaparan hasil analisa tersebut diketahui koefisien reliabilitas skala alpha yaitu bernilai 0,951. Hasil tes reliabilitas kecerdasan emosional menunjukkan nilai alpha mendekati 1,00 sehingga skala tersebut dinilai reliabel dan layak digunakan sebagai alat penelitian. Sebaran elemen sesudah dilakukan pengujian bisa diamati pada tabel blueprint dibawah ini (Liran, 2019):

Tabel 4.4 Blue Print Skala Kecerdasan Emoosi Setelah Uji Coba

No	Aspek	Nomor Aitem	Jumlah
1.	Mengenali Emosi Diri	1,6,11,12,14	5
2.	Regulasi Emosi	2,5,8,17,19	5
3.	Memotivasi Diri	4,10,18,20	4

	Sendiri		
4.	Empati	3,13,16,21,22	5
5.	Membangun Hubungan Ketrampilan	7,9,15	3

b. Skala Penyesuaian Diri

Skala ini memiliki 72 aitem. Setelah dilakukan uji coba alat ukur kepada responden, selanjutnyadilakukan pengujian validitas dan realibilitas sebanyak tiga kali putaran, denga rincian yang dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.5 Putaran Satu

No	Aspek	Nomor Aitem Valid		Nomor Aitem Gugur	
		Favorable	Unfavorable	Favorable	Unfavorable
1.	<i>Self Knowledge and Self Insight.</i>	1,16,39,26, 20,38,67	37,55,13,69	2,71	21,29,66,59,3
2.	<i>Self Objectifity and Self Acceptance.</i>	5,14,46,22, 47	33,6,42,72	28,54,60, 30	4,18,44,23, 65
3.	<i>Self Development and self Control</i>	51,8,63,9	27,41,24,34, 49	31,57,15,9,43	7,52,70
4.	<i>Satisfication</i>	25, 53, 40, 11, 32, 50	10,17,61,45, 48,35	64,36,68	56,12,62
	Jumlah	42		30	
	<i>Cronbach Alpha</i>			0.704	

Berdasarkan putaran 1 aitem yang gugur sebanyak 30 item, yaitu pada aspek *Self Knowledge and self insight*: 2,71,21,29,66,59,3, aspek *Self Objectifity and Self Acceptance*: 28,54,60,30,4,18,44,23,65, aspek *Self Development and self Control*: 31,57,15,9,43,7,52,70, aspek *Satisfication*: 64,36,68,56,12,62.

4.6 Putaran Dua

No	Aspek	Nomor Aitem Valid		Nomor Aitem Gugur	
		Favorable	Unfavorable	Favorable	Unfavorable
1.	<i>Self Knowledge and Self Insight.</i>	1,16,39,26, 20,38,67	37,55	-	13,69
2.	<i>Self Objectifity and Self Acceptance.</i>	5,14,46,22, 47	33,6,42,72	-	-
3.	<i>Self Development and self Control</i>	51,8,63,9	41,24,34,49	-	27
4.	<i>Satisfication</i>	25,53,40,1 1,32,50	10,61,45,48, 35	-	17
	Jumlah	38		4	

	<i>Cronbach Alpha</i>				0.905
--	-----------------------	--	--	--	-------

Berdasarkan putaran 2 aitem yang gugur sebanyak 4 aitem, yaitu pada aspek Self Knowledge and Self Insight: 13,69, aspek Self Development and self Control: 27, aspek Satisfaction: 17.

Tabel 4.7 Putaran Tiga

No	Aspek	Nomor Aitem Valid		Nomor Aitem Gugur	
		Favorable	Unfavorable	Favorable	Unfavorable
1.	<i>Self Knowledge and Self Insight.</i>	1,16,39,26, 20,38,67	37,55	-	13,69
2.	<i>Self Objectifity and Self Acceptance.</i>	5,14,46,22, 47	33,6,42,72	-	-
3.	<i>Self Development and self Control</i>	51,8,63,9	41,24,34,49	-	27
4.	<i>Satisfaction</i>	25,53,40,1 1,32,50	10,61,45,48, 35	-	17
	Jumlah	38		0	
	<i>Cronbach Alpha</i>				0.909

Tidak terdapat item yang dijatuhkan atau hilang pada putaran ketiga. Dari 72 aitem sisanya, 38 aitem masih dikatakan dan dinilai valid. Didasarkan pada hasil analisa didapatkan bahwa koefisien reliabilitas skala alpha sebesar 0,909. Hasil uji reliabilitas skala regulasi diri menunjukkan nilai alpha hampir menyentuh angka 1,00 sehingga skala tersebut dinilai reliabel dan layak untuk dipakai dan menjadi salah satu alat penelitian (Mascia, 2020; Rodrigues, 2019). Sebaran aitem sesudah pengujian bisa diperhatikan pada tabel blueprint di bawah ini:

Tabel 4.8 Blue Print Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba

No	Aspek	Nomor Aitem	Jumlah
1.	<i>Self Knowledge and Self Insight.</i>	1,9,21,14,10, 20,37,19,33	9
2.	<i>Self Objectifity and Self Acceptance.</i>	2,8,26,22,11, 16,3,24,38	9
3.	<i>Self Development and self Control</i>	31,4,36,23,12, 17,29,34,5	9
4.	<i>Satisfaction</i>	13,32,22,7,15,30, 6,35,25,28,18	11
	Total	38	38

Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu yang berjumlah 94 mahasiswa. Subjek berasal dari berbagai program studi, yaitu S1 Psikologi, S1 Akuntansi, S1 Pendidikan Teknologi Informasi, S1 Penjas, S1 Keperawatan, S1 Rekayasa Perangkat Lunak, S1 Gizi, S1 Teknik Informatika, S1 Farmasi, D3 Bidan.

Skor Variabel Penelitian

Berdasarkan skor yang diperoleh, didapatkan gambaran umum mengenai variable Kecerdasan Emosi dan variable Penyesuaian Diri.

Tabel 4.10 Gambaan Umum Hasil Skor Variabel Penelitian

Statistik	Kecerdasan Emosi		Penyesuaian Diri	
	Hipotetik	Empirik	Hipotetik	Empirik
Skor Minimal	22	46	38	72
Skor Maksimal	88	82	152	140
Mean	55	62,74	95	108,03
Standar Deviasi	11	8,07	19	12,37

Berdasarkan tabel di atas, subjek-subjek dikategorikan dalam tiga kelompok berdasarkan skornya, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Kategorisasi ini didasarkan pada satuan standar deviasi dengan rentang angka minimal dan maksimal secara hipotetis.

a. Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi

Berdasarkan kategorisasi kecerdasan emosi pada 94 subjek penelitian, terdapat 62 (66%) subjek yang memiliki kecerdasan emosi sedang, 32 (34%) subjek yang memiliki kecerdasan emosi tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu memiliki kecerdasan emosi yang sedang (Nguyen, 2018).

b. Kategorisasi Variabel Penyesuaian Diri

Berdasarkan kategorisasi penyesuaian diri pada 94 subjek penelitian, terdapat 11 (11,7%) subjek yang memiliki penyesuaian diri rendah, 51 (54,3%) subjek yang memiliki penyesuaian diri sedang, 32 (34%) subjek yang memiliki penyesuaian diri tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu memiliki penyesuaian diri yang sedang (Enns, 2018).

c. Distribusi Responden Kecerdasan Emosi dan Penyesuaian Diri

Mahasiswa baru dengan kecerdasan emosional tinggi berjumlah 34% atau 32 siswa, dan mahasiswa baru dengan kemampuan beradaptasi tinggi berjumlah 34% atau 32 siswa. Mahasiswa baru dengan kecerdasan emosional bernilai menengah atau sedang berjumlah 66% atau 62 siswa, dan mahasiswa baru dengan tingkat menyesuaikan diri sedang berjumlah 54,3% atau 51 siswa. Mahasiswa baru tak mempunyai kecerdasan emosional yang rendah, dan 11 mahasiswa (11,7%) memiliki kemampuan beradaptasi yang rendah (Bosman, 2018).

Uji Asumsi

Tujuan pengujian hipotesis pada penelitian ini adalah guna mempertimbangkan persyaratan yang dibutuhkan untuk data bisa diolah dan dilakukan analisa. Hasil uji normalitas menyatakan skor kecerdasan emosional Kolmogorov-Smirnov senilai 0,872, $p = 0,433$ ($p > 0,05$). Artinya data kecerdasan emosional berdistribusi normal. Regulasi diri juga menunjukkan sebaran data normal dengan skor Kolmogorov-Smirnov senilai 0,732, $p = 0,658$ ($p > 0,05$).

Selain itu uji linearitas keterkaitan diantara kecerdasan emosional dengan regulasi diri menyajikan nilai linearitas yang signifikan senilai 0,000 ($p < 0,05$), sehingga didasarkan

pada perolehan itu dapat disimpulkan keterkaitan diantara kecerdasan emosional dengan regulasi diri menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan regulasi diri, penyesuaian hubungan linier antara pengaturan diri (Herlina, 2019).

Uji Hipotesis

Correlations

		KECERDASAN EMOSI	PENYESUAIAN DIRI
KECERDASAN EMOSI	Pearson Correlation	1	,629***
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	94	94
PENYESUAIAN DIRI	Pearson Correlation	,629**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	94	94

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kecerdasanemosi dan penyesuaian diri (Herlina, 2019).

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis pada penelitian yang dilaksanakan, memakai suatu korelasi product-moment guna mencari adanya keterhubungan diantara kecerdasan emosional dan regulasi diri. Analisis dari data yang ada, menunjukkan adanya keterkaitan secara positif dan cukup signifikan diantara kecerdasan emosional terhadap regulasi diri 0,000 (p < 0,01 (Sugiyono, 2013).

Sumbangan Efektif

Peneliti juga melakukan analisis tambahan mengenai koefisien determinasi. Setelah dilakukan analisis korelasi product moment, kemudian nilai r digunakan untuk mengindikasikan sejauh mana kecerdasan emosi berkontribusi terhadap penyesuaian diri (Moeller, 2020; Trigueros, 2020). Koefisien determinasi ini digunakan untuk mengukur sejauh mana pengaruh kecerdasan emosi terhadap kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri (Sugiyono, 2017).

Koefisien determinasi diperoleh dengan memperkuat atau mengkuadratkan nilai koefisien korelasi (r) sebelumnya, hasilnya kemudian dikalikan dengan 100%. Koefisien determinasi (penentu) diungkapkan sebagai persentase. Rumus untuk menghitung korelasi determinan adalah sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KD : Nilai Koefisien Determinan

R : Nilai Koefisien Korelasi

Maka hasil koefisien determinan pada variabel kecerdasan emosi dan penyesuaian dirisetelah mengetahui koefisien korelasi (r) dari product moment yaitu:

$$\begin{aligned}KD &= r^2 \times 100\% \\KD &= (0,629)^2 \times 100\% \\KD &= (0,629 \times 0,629) \times 100\% \\KD &= 0,3956 \times 100\% \\KD &= 39,56\%.\end{aligned}$$

Pembahasan

Temuan dari studi mengindikasikan bahwa terdapat korelasi positif antara kecerdasan emosional dengan kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri. Semakin meningkatnya tingkat kecerdasan emosi, semakin besar kemampuan adaptasi yang dimiliki oleh mahasiswa baru. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi akan semakin sulit menyesuaikan diri (Maunder, 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Astriani & Rinaldi, 2014), ditemukan bahwa terdapat korelasi positif antara kecerdasan emosi dan kemampuan beradaptasi. Penelitian yang dilakukan oleh Maria pada tahun 2021 menyimpulkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara kecerdasan emosi dan kemampuan penyesuaian diri. Pernyataan ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Utama (2017) yang menyimpulkan bahwa memiliki keterampilan emosional yang tinggi berarti memiliki keahlian dalam menyesuaikan diri.

Sumbangan yang dinilai efektif terhadap kecerdasan emosi dan penyesuaian diri adalah sebesar 39,56%, sedangkan 60,44% sisanya diberikan pengaruh oleh beberapa faktor lain seperti faktor fisik, faktor perkembangan kematangan, faktor lingkungan, faktor budaya, dan faktor agama (Himmah & Desiningrum, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu memiliki tingkat kecerdasan emosi yang sedang sebesar 62 dengan presentase (66%) mahasiswa, 32 dengan presentase (34%) mahasiswa baru yang memiliki tingkat kecerdasan emosi rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu memiliki kecerdasan emosi yang sedang.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi sebesar 11 dengan presentase (11,7%), tingkat penyesuaian diri mahasiswa baru yang sedang sebesar 51 dengan presentase 54,3%, tingkat penyesuaian diri mahasiswa baru yang rendah sebesar 32 dengan presentase 34%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu memiliki penyesuaian diri yang sedang (Abe, 2018; Bender, 2019).

Keterbatasan pada penelitian ini peneliti hanya mengambil sampel sebanyak 94 subjek mahasiswa baru Universitas Aisyah Pringsewu (Morales, 2019). Sehingga disarankan pada peneliti selanjutnya untuk dapat menambahkan jumlah sampel agar mendapatkan keakuratan data yang lebih baik dalam penelitiannya.

Kesimpulan

Dilihat dari perolehan hasil analisa dan pembahasan dalam penelitian, bisa disimpulkan bahwasanya ada keterkaitan dan keterhubungan yang bernilai positif serta

signifikan diantara kecerdasan emosional, terhadap cara penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa baru Universitas Aisha Pringsewu. Apabila tingkat kecerdasan emosional Anda cukup tinggi, maka akan semakin tinggi juga tingkat adaptasi diri Anda.

Hal sebaliknya juga terjadi, bahwa apabila tingkat kecerdasan emosional semakin rendah, maka semakin rendah pula tingkat adaptasi diri individu tersebut. Sumbangan yang efektif dari kecerdasan emosional kepada kemampuan adaptasi diri senilai 39,56%. Menurut penelitian ini, 39,56% variasi regulasi diri diberikan pengaruh oleh kecerdasan emosional, dan 60,44% diberikan pengaruh oleh faktor lain misalnya daei faktor fisik, dari faktor perkembangan, dari faktor lingkungan, dan juga faktor kebudayaan, serta faktor agama yang dianut.

Daftar Pustaka

- Abe, K. (2018). Associations between emotional intelligence, empathy and personality in Japanese medical students. *BMC Medical Education*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1165-7>
- Astriani, C., & Rinaldi. (2014). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Penyesuain Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Jurusan Psikologi. *Jurnal*.
- Bender, M. (2019). Social Support Benefits Psychological Adjustment of International Students: Evidence from a Meta-Analysis. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 50(7), 827–847. <https://doi.org/10.1177/0022022119861151>
- Bosman, R. (2018). Teacher-student relationship quality from kindergarten to sixth grade and students' school adjustment: A person-centered approach. *Journal of School Psychology*, 68, 177–194. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2018.03.006>
- Brunsting, N. (2018). Predictors of undergraduate international student psychosocial adjustment to US universities: A systematic review from 2009-2018. *International Journal of Intercultural Relations*, 66, 22–33. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2018.06.002>
- Chandra, Y. (2021). Online education during COVID-19: perception of academic stress and emotional intelligence coping strategies among college students. *Asian Education and Development Studies*, 10(2), 229–238. <https://doi.org/10.1108/AEDS-05-2020-0097>
- Cleary, M. (2018). Promoting emotional intelligence and resilience in undergraduate nursing students: An integrative review. *Nurse Education Today*, 68, 112–120. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.05.018>
- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Adjustment to college as measured by the student adaptation to college questionnaire: A quantitative review of its structure and relationship with correlates and consequences. *Educational Psychology Review*, 24, 133–165.
- Enns, A. (2018). Perceived stress, coping strategies, and emotional intelligence: A cross-sectional study of university students in helping disciplines. *Nurse Education Today*, 68, 226–231. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.06.012>
- Hasan, S. A., & Handayani, M. M. (2014). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Tunarungu di Sekolah Inklusi. *Psikologi Perkembangan Dan Pendidikan*, 3(2), 128–135.

- Herlina, V. (2019). *Panduan Praktis Mengolah Data Kuesioner Menggunakan SPSS*. Pt Elex Media Komputindo.
- Himmah, L. H., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Diri pada Santri Remaja Kelas VII Pondok Pesantren Askhabul Kahfi. *Empati*, 6(3), 337–350.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 2(1), 73–80.
- Li, C. (2020). A Positive Psychology perspective on Chinese EFL students' trait emotional intelligence, foreign language enjoyment and EFL learning achievement. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 41(3), 246–263. <https://doi.org/10.1080/01434632.2019.1614187>
- Liran, B. H. (2019). The Role of Psychological Capital in Academic Adjustment Among University Students. *Journal of Happiness Studies*, 20(1), 51–65. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9933-3>
- Mascia, M. L. (2020). Emotional Intelligence, Self-Regulation, Smartphone Addiction: Which Relationship with Student Well-Being and Quality of Life? *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00375>
- Maunder, R. (2018). Students' peer relationships and their contribution to university adjustment: the need to belong in the university community. *Journal of Further and Higher Education*, 42(6), 756–768. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2017.1311996>
- Moeller, R. (2020). Emotional Intelligence, Belongingness, and Mental Health in College Students. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00093>
- Morales, F. M. (2019). The role of anxiety, coping strategies and emotional intelligence on general perceived self-efficacy in university students. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01689>
- Nguyen, A. M. T. D. (2018). Short term, big impact? Changes in self-efficacy and cultural intelligence, and the adjustment of multicultural and monocultural students abroad. *International Journal of Intercultural Relations*, 66, 119–129. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2018.08.001>
- Rodrigues, A. P. (2019). The contribution of emotional intelligence and spirituality in understanding creativity and entrepreneurial intention of higher education students. *Education and Training*, 61(7), 870–894. <https://doi.org/10.1108/ET-01-2018-0026>
- Santrock, J. W. (2020). *Educational Psychology (5th edition)*. New York: McGrawHill.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Bisnis Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi Dan R&D* (S. Y. Suryandari, Ed.; 3rd ed.). Alfabeta.
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori dan Aplikasinya*. Prenadamedia Group.
- Trigueros, R. (2020). The influence of emotional intelligence on resilience, test anxiety, academic stress and the mediterranean diet. A study with university students.

International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(6).
<https://doi.org/10.3390/ijerph17062071>

Utama, A. B. S. (2017). *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi pada Mahasiswa Tahun pertama.*

van Rooij, E. C. M. (2018). First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *European Journal of Psychology of Education*, 33(4), 749–767.
<https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8>

Zhang, G. (2020). Prospective relationships between mobile phone dependence and mental health status among Chinese undergraduate students with college adjustment as a mediator. *Journal of Affective Disorders*, 260, 498–505.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.047>