

**PENYESUAIAN DIRI DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL DAN
KECERDASAN EMOSI PADA MAHASISWA BARU**



Skripsi

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun oleh:

Nindya Arum Sari

NIM. 16710053

Dosen Pembimbing Skripsi:

Sara Palila, S. Psi., M. A., Psikolog

NIP. 19811014 200901 2 004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2021

**PENYESUAIAN DIRI DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL DAN
KECERDASAN EMOSI PADA MAHASISWA BARU**



Skripsi

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun oleh:

Nindya Arum Sari

NIM. 16710053

Dosen Pembimbing Skripsi:

Sara Palila, S. Psi., M. A., Psikolog

NIP. 19811014 200901 2 004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nindya Arum Sari

NIM : 16710053

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Penyesuaian diri Ditinjau dari Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi Pada Mahasiswa Baru” adalah karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi manapun. Dalam penyusunan karya skripsi ini, saya tidak melanggar kode etik akademik, seperti bukan plagiasi atau penelitian orang lain, pemalsuan data dan manipulasi data.

Apabila di kemudian hari terdapat pelanggaran kode etik dalam karya skripsi saya, maka saya bersedia ditindak sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 30 Juli 2021



Nindya Arum Sari

NIM. 16710053

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga

Di Yogyakarta

Assalamualaikum Wr.Wb

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Nindya Arum Sari

NIM : 16710053

Prodi : Psikologi

Judul : Penyesuaian diri Ditinjau dari Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi Pada Mahasiswa Baru

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah. Demikian atas perhatiannya, terimakasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 24 Juli 2021

Dosen Pembimbing Skripsi



Sara Palila, S. Psi., M. A, Psikolog

NIP. 19811014 200901 2 004



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-630/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2021

Tugas Akhir dengan judul : PENYESUAIAN DIRI DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSI PADA MAHASISWA BARU

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NINDYA ARUM SARI
Nomor Induk Mahasiswa : 16710053
Telah diujikan pada : Jumat, 06 Agustus 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 6121a14f456a9



Penguji I

Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi
SIGNED

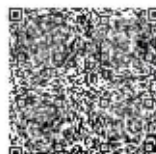
Valid ID: 6123173abd6cf



Penguji II

Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi
SIGNED

Valid ID: 6121a0a4992b0



Yogyakarta, 06 Agustus 2021
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si
SIGNED

Valid ID: 612334b4429b2

HALAMAN MOTTO

Have courage and be kind – Henry Manapiring



HALAMAN PERSEMBAHAN

Bimillahirrohmanirohim

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan nikmatNya, sehingga karya ini dapat terselesaikan. Karya ini saya persembahkan kepada:

ALMAMATER

Program Studi Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

KELUARGA

Orang tua yang saya cintai, Ibu Sri Puspita Murni dan Bapak Mujiyanto

Kepada adik yang saya sayangi Azza Nikmaturrocmah dan Nabila ulin Nuha

TEMAN-TEMAN SEPERJUANGAN

Psikologi Angkatan 2016 UIN Sunan Kalijaga

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, segala puji syukur senantiasa teriring dalam setiap hela nafas Kepada Sang Penggenggam hati dan pemeluk jiwa, Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya serta nikmat iman dan nikmat islam sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam tercurah Kepada Nabi dan Rasulullah Muhammad SAW, suri tauladan manusia sepanjang masa beserta keluarga dan sahabatnya.

Skripsi ini diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humanira UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Selama menyusun skripsi ini, peneliti mendapat dukungan, bantuan, motivasi serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti akan menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S. Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Sara Palila, S.Psi.,M.A.,Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa sabar dalam memberikan masukan selama proses penelitian ini berlangsung
3. Ibu Sabiqotul Husna, S. Psi., M. Sc., sebagai Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan bimbingan dan dukungan selama perkuliahan di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Ibu Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi, selaku Dosen Penguji Skripsi 1 dan Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku Dosen Penguji Skripsi 2.
5. Seluruh Dosen serta dan Staff Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan dukungan, bantuan dan saran selama perkuliahan di UIN Sunan Kalijaga.

6. Seluruh pihak yang membantu menyebarkan dan mengisi kuesioner terimakasih atas segala bantuan yang diberikan
7. Kedua orang tua, kedua adik serta keluarga besar saya yang senantiasa memberikan dukungan serta bantuan dalam bentuk materi maupun non-materi.
8. Seluruh teman-teman Psikologi 2016 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
9. Sahabat saya Nabila, Azizah, Jihan yang selalu menemani, berbagi cerita, dan memberikan semangat sejak awal perkuliahan hingga saat ini.
10. Seluruh pihak yang memberikan bantuan, semangat, menemani, dan membantu peneliti selama menempuh pendidikan S1 hingga penulisan tugas akhir ini semoga segala kebaikan yang diberikan oleh semua pihak mendapatkan balaan dari Allah SWT.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, sehingga kritik dan saran yang membangun dari pembaca akan sangat peneliti hargai. Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 14 Juli 2021

Peneliti,



Nindya Arum Sari

NIM. 16710053

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI/ TUGAS AKHIR	iv
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	13
C. Manfaat Penelitian	13
D. Keaslian Penelitian	14
BAB II	22
DASAR TEORI	22
A. Penyesuaian Diri	22
1. Pengertian Penyesuaian Diri	22
2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri	24
3. Faktor Penyesuaian Diri	27
B. Dukungan Sosial	33
1. Pengertian dukungan sosial	33
2. Aspek dukungan sosial	34
C. Kecerdasan Emosi	37
1. Pengertian kecerdasan emosi	37

2. Aspek kecerdasan emosi.....	38
D. Dinamika hubungan antara, dukungan sosial, kecerdasan emosi dan penyesuaian diri	40
E. Hipotesis.....	50
BAB III.....	52
METODE PENELITIAN.....	52
A. Desain Penelitian.....	52
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	52
C. Definisi Operasional.....	53
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	55
E. Metode dan Alat Pengumpulan data.....	56
F. Validitas, Seleksi Aitem, Dan Reliabilitas Alat Ukur	64
G. Metode Analisis Data.....	66
BAB IV.....	69
PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	69
A. Orientasi Kacah.....	69
B. Persiapan Penelitian	69
1. Penyusunan Alat Ukur	69
2. Pelaksanaan <i>Try Out</i> Skala	70
3. Hasil <i>Try Out</i>	71
C. Pelaksanaan Penelitian.....	77
D. Hasil Penelitian.....	77
1. Analisis Deskriptif.....	77
2. Uji Asumsi	81
E. Pembahasan.....	85
BAB V.....	91
PENUTUP.....	91
A. KESIMPULAN	91
B. SARAN.....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN.....	cii

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Dinamika Antar Variabel.....	49
---------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Table 1. Blue print Skala Penyesuaian Diri	57
Table 2. Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Diri	59
Table 3. Blue print Skala Dukungan Sosial	60
Table 4. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial	61
Table 5. Blue print Skala Kecerdasan Emosional	62
Table 6. Sebaran Aitem Skala Kecerdasan Emosioanl	63
Table 7. Sebaran Aitem Skala Penyesuaian diri Sebelum Uji Coba	71
Table 8. Sebaran Aitem Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba	72
Table 9. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba	73
Table 10. Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba	74
Table 11. Sebaran Aitem Skala Kecerdasan Emosi Sebelum Uji Coba	74
Table 12. Sebaran Aitem Skala Kecerdasan Emosi Setelah Uji Coba	75
Table 13. Deskripsi statistik Skor Skala Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial, dan Kecerdasan Emosi	77
Table 14. Rumus Norma Kategorisasi Skor Subjek	78
Table 15. Kategorisasi Skor Penyesuaian Diri	79
Table 16. Kategorisasi Skor Dukungan Sosial	79
Table 17. Kategorisasi Skor Kecerdasan Emosi	80
Table 18. Hasil Uji Normalitas	81
Table 19. Hasil Uji Linearitas	81
Table 20. Hasil Uji Multikolinearitas	82
Table 21. Hasil Uji Heteroskedastisitas	82
Table 22. Hasil Uji Hipotesis Mayor	83
Table 23. Hasil Uji Hipotesis Minor	83
Table 24. Hasil Uji Sumbangan Efektif	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabulasi data uji coba skala penyesuaian diri	ciii
Lampiran 2. Tabulasi data uji coba skala dukungan sosial	cvii
Lampiran 3. Tabulasi data uji coba skala kecerdasan emosi	cx
Lampiran 4. Output seleksi aitem dan reabilitas skala penyesuaian diri	cxiii
Lampiran 5. Output Seleksi aitem dan reabilitas skala dukungan sosial	cxiv
Lampiran 6. Output seleksi aitem dan reabilitas skala kecerdasan emosi	cxv
Lampiran 7. Alat uji coba	cxvii
Lampiran 8. Tabulasi data penelitian skala penyesuaian diri	cxxxi
Lampiran 9. Tabulasi data penelitian skala dukungan sosial	cxl
Lampiran 10. Tabulasi data penelitian skala kecerdasan emosi	cxlv
Lampiran 11. Output analisis deskriptif	clv
Lampiran 12. Output uji normalitas	clv
Lampiran 13. <i>Output</i> uji linearitas	clv
Lampiran 14. <i>Output</i> uji multikolinearitas	clvi
Lampiran 15. <i>Output</i> uji heteroskedastisitas	clvi
Lampiran 16. <i>Output</i> hipotesis mayor, hipotesis minor, dan sumbangan efektif	clvii
Lampiran 17. Alat Ukur Penelitian	clix

PENYESUAIAN DIRI DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSI PADA MAHASISWA BARU

Nindya Arum Sari

16710053

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 107 mahasiswa baru UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang diambil dengan menggunakan *accidental sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala penyesuaian diri yang memiliki nilai koefisien *alpha* sebesar 0,915, skala dukungan sosial memiliki nilai koefisien *alpha* 0,842, serta skala kecerdasan emosi memiliki nilai koefisien *alpha* 0,867. Teknik analisis yang digunakan regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Sumbangan efektif yang diberikan dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian diri sebesar 62,1%. Selanjutnya terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri dengan sumbangan efektif sebesar 3,4%. Terakhir terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dan penyesuaian diri dengan sumbangan efektif sebesar 58,7%.

**Kata Kunci: Dukungan Sosial, Kecerdasan Emosi, Penyesuaian Diri
Mahasiswa Baru**

ADJUSTMENT REVIEW OF SOCIAL SUPPORT AND EMOTIONAL INTELLIGENCE TOWARD NEW STUDENT

Nindya Arum Sari

16710053

ABSTRACT

This research aims to determine the relation between social support and emotional intelligence on the adjustment of new students. The subjects in this research were 107 new students of UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta and use accidental sampling. The data collection technique in this research is using self-adjustment scale which has an alpha coefficient of 0.915, the social support scale has an alpha coefficient of 0.842, and the emotional intelligence scale has an alpha coefficient of 0.867. Analysis technique in this research is multiple regression. The results showed that there was a positive relation between social support and emotional intelligence on self-adjustment in new students with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The effective contribution given by social support and emotional intelligence to self-adjustment is in the amount of 62.1%. Furthermore, there is a positive relation between social support and adjustment with an effective contribution of 3.4%. Finally, there is a positive relation between emotional intelligence and self-adjustment with an effective contribution of 58.7%.

Keyword: *Adjustment of New Student, emotional intelligence, Social Support*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk yang selalu mengalami transisi dalam fase kehidupan. Masa transisi manusia dalam tahap perkembangan dimulai dari bayi dilanjutkan fase anak-anak, selanjutnya menuju remaja, kemudian menjadi dewasa. Selain dalam tahap perkembangan, manusia juga mengalami transisi dalam perkembangan sekolah, disebut dengan transisi sekolah yaitu siswa yang mengalami perpindahan dari sekolah lama menuju sekolah baru yang memiliki tingkatan lebih tinggi dari pada sekolah sebelumnya. Siswa mengalami perpindahan dimulai dari sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi, pada masa transisi perpindahan menuju ke perguruan tinggi siswa akan melibatkan banyak hal positif (Santrock, 2011). Melly (2008) mengungkapkan pada tahun pertama masa kuliah, mahasiswa dikenal dengan mahasiswa baru. Mahasiswa merupakan sebutan baru bagi siswa yang sudah menyelesaikan jenjang sekolah menengah atas dan siap untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi yaitu memasuki perguruan tinggi (Gunandar dan Utami, 2017).

Mahasiswa baru yaitu mahasiswa yang sudah melakukan proses pembelajaran di perguruan tinggi yang sudah menyelesaikan kurang lebih tiga semester atau kurang dari lima belas bulan (Wijaya & Praktitis, 2012).

Perubahan transisi sekolah yang muncul menuntut individu untuk dapat menyesuaikan diri pada lingkungan yang baru. Agustiani (2009) penyesuaian diri adalah sesuatu yang bersifat mutlak atau absolut. Ketika menyesuaikan diri individu tidak ada yang melaksanakan dengan sempurna dan penyesuaian diri bersifat relatif yaitu yang membutuhkan penilaian dan evaluasi dengan kemampuan setiap individu dalam memenuhi tuntutan terhadap dirinya. Kemampuan setiap individu dalam melakukan penyesuaian diri memiliki perbedaan bergantung pada tahap perkembangan dan juga kepribadian setiap individu.

Schneiders (dalam Agustiani, 2009) mengatakan individu yang memiliki keterbatasan pada dirinya, belajar untuk bereaksi terhadap dirinya serta lingkungan dengan cara yang efisien, matang, memuaskan, bermanfaat dan individu tersebut mampu untuk menyelesaikan dalam kondisi memiliki frustrasi, konflik ataupun terdapat kesulitan sosial serta pribadi tanpa mengganggu perilaku individu disebut bahwa individu dapat menyesuaikan diri dengan baik. Mutadin (2002) menjelaskan suatu keberhasilan individu menyesuaikan diri dilihat dengan individu tersebut tidak memiliki rasa kecewa, lari dari tanggung jawab dan kenyataan, benci, atau individu tidak mampu menerima keadaan yang dialaminya (Misnita, dkk, 2017).

Manusia merupakan makhluk sosial yang akan menyatu terhadap lingkungan, dimanapun keberadaan individu mereka akan berhadapan dengan tuntutan serta harapan dari lingkungan yang harus dipenuhi oleh individu tersebut. Namun, setiap individu pasti memiliki kebutuhan, tuntutan dan

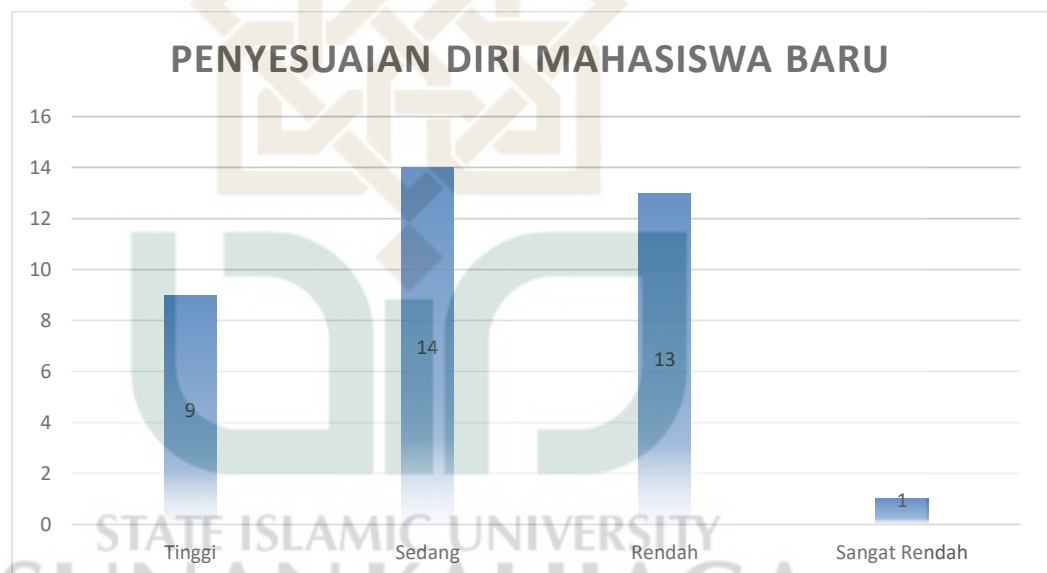
harapan yang muncul dari dalam diri individu, serta harapan individu mampu untuk dapat menyeimbangkan antara tuntutan yang berasal dari lingkungan tempat individu berada dan juga yang berasal dari dalam diri individu. Jika individu tersebut mampu menyeimbangkan kedua hal tersebut, individu dikatakan mampu dalam melakukan penyesuaian diri.

Menurut Schneiders (1964) Penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup tingkah laku serta respon-respon mental individu ketika berada dalam kondisi frustrasi, konflik, ketegangan, dan kebutuhan. Individu melakukan usaha yang memiliki tujuan untuk dapat memperoleh keseimbangan antara tuntutan yang ada di lingkungan individu berada dan juga yang berasal dari dalam diri individu. Penyesuaian diri memiliki tujuh aspek menurut Schneiders (1964), yaitu meminimalkan mekanisme pertahanan diri, mengontrol emosi yang berlebihan, berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri, mengurangi rasa frustrasi, memanfaatkan pengalaman masa lalu, kemampuan untuk belajar, serta sikap realistis dan objektif (dalam Sasmita dan Rustika, 2015).

Sari (2016) mengungkapkan bahwa pada tahun 2001, penelitian yang dilakukan oleh Voikane pada mahasiswa baru tahun pertama Universitas Latvia sebanyak 607 mahasiswa, dan mendapatkan hasil bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam menghadapi hubungan baru sebanyak 52,6%. Hasil penelitian dari Nur (2015) yang dilakukan di Universitas Padjajaran atau UNPAD didapatkan hasil bahwa sekitar 60% mahasiswa mengalami kesulitan untuk dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dengan

baik (Maulina dan Sari, 2018). Santrock (2011) mengungkapkan jika mahasiswa saat ini merasa depresi serta menghadapi stres yang lebih besar dari masa sebelum memasuki jenjang kuliah, menurut studi nasional terhadap 200.000 mahasiswa lebih yang berasal dari 400 lebih perguruan tinggi.

Peneliti melakukan *preliminary research* kepada mahasiswa baru. Pada *preliminary research* peneliti menggunakan 37 subjek pada mahasiswa baru angkatan 2019, pengambilan *preliminary research* dengan menggunakan kuesioner dengan hasil sebagai berikut:



Hasil dari *preliminary research* peneliti pada 37 mahasiswa baru ditemukan bahwa sembilan mahasiswa memiliki penyesuaian tinggi, empat belas mahasiswa memiliki penyesuaian sedang, tiga belas mahasiswa mempunyai penyesuaian diri rendah dan satu mahasiswa mempunyai penyesuaian diri yang sangat rendah.

Permasalahan yang sering dialami mahasiswa pada tahun pertama perkuliahan yaitu *top-dog phenomenon* atau perpindahan posisi yaitu

perpindahan posisi dari siswa senior di sekolah menengah atas yang setelah itu jadi mahasiswa baru di perguruan tinggi, siswa juga mengalami perbedaan gaya hidup, disiplin, hubungan sosial, sasaran prestasi, metode belajar serta terdapat masalah lain yang dapat membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam tahun pertama masa perkuliahnya (Santrock, 2011). Dalam transisi keperguruan tinggi mahasiswa mengalami banyak perubahan dalam gaya hidup dan hubungan pertemanan. Secara akademis perguruan tinggi lebih ketat dan lebih menantang daripada sekolah menengah atas (SMA) (Asoinwall dan Taylor 1992: Martijin et al, 2002: Park, Edmodson, & Lee, 2012). Mahasiswa baru hadapi kesusahan pada tahun awal perkuliahnya diakibatkan terdapatnya perbandingan kurikulum, hubungan sosial, disiplin, cara belajar, gaya hidup, target prestasi dan masalah lainnya (Santrock dalam Pratiwi dan Wilani, 2019).

Permasalahan yang dialami oleh mahasiswa baru ketika tidak mampu menyesuaikan diri memiliki dampak buruk yaitu dapat mempengaruhi performa akademik dengan hasil ujian yang tidak sesuai harapan dan memiliki keinginan untuk keluar dari kampus (Elis, Noordin, & Mahyuddin dalam Oetomo, Yuwanto, & Rahaju 2017). Dampak dari mahasiswa baru tidak dapat menyesuaikan diri adalah keinginan untuk berhenti atau mundur dari perkuliahan, terkait dengan lingkungan akademik maupun sosialnya (Oetomo, Yuwanto, & Rahaju 2017).

Ketidakmampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri pada lingkungan baru dapat membuat mahasiswa baru akan timbul berbagai masalah yaitu

permasalahan dalam bersosialisasi (Widyastuti, 2017). Fisher & Reason (1988) menyatakan bahwa mahasiswa yang mengalami kegagalan dalam mengatasi permasalahan serta penyesuaian terhadap kejadian yang menekan akan mengakibatkan timbulnya depresi serta berbagai emosi negatif lainnya seperti munculnya perasaan sedih, pesimis atau marah, merasa dirinya tidak berharga ditambah dengan tuntutan akademik yang lebih besar ketika masih berada di jenjang sekolah menengah atas (SMA), pasti lebih banyak membutuhkan energi serta tenaga (Widyastuti, 2017).

Menurut Mutadin (2012) ketika individu tersebut dalam melakukan penyesuaian diri mengalami kegagalan akan ditandai dengan ketidakpuasan, kecemasan, guncangan emosi serta keluhan terhadap nasib yang tidak cocok antara individu dengan lingkungannya (Misnita, dkk, 2017). Perry et al (2001) masa transisi dapat membuat stres bagi sebagian mahasiswa, bahkan banyak siswa mundur sebelum lulus (Tinto, 1996 dalam Elis, Noordin, & Mahyudin, 2010).

Individu dikatakan dapat melaksanakan penyesuaian diri dengan baik disebut penyesuaian diri positif, yang ditandai dengan bentuk sebagai berikut: 1) tidak berlebihan dalam menunjukkan ketegangan emosional, 2) tidak adanya frustrasi pribadi, 3) memiliki pertimbangan yang rasional, 4) tidak menunjukkan mekanisme pertahanan yang salah, 5) bersikap realistis dan objektif, 6) mampu belajar dari pengalaman (Fatimah dalam Mahmudi dan Suroso, 2014). Sedangkan menurut Runyon dan Harber (dalam Tricahyani & Widiasavitri, 2016) individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik

memiliki lima ciri yaitu mampu mengatasi kecemasan dan stres, persepsi yang kuat terhadap realitas, mampu mengekspresikan perasaan, memiliki gambaran diri yang positif, serta memiliki hubungan interpersonal yang baik.

Individu yang merepon secara sehat, matang, memuaskan, dan efisien merupakan individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik. Sehat yang dimaksud merupakan bagaimana respon penyesuaian yang sesuai dengan kondisi alami dari individu, sesuai dengan hubungan individu dengan Tuhan-Nya atau hubungan individu dengan lingkungannya. Sedangkan efisien merupakan kepuasan tanpa terlalu banyak mengeluarkan energi, menguras kesalahan-kesalahan atau waktu. Individu yang relatif bebas dari simptom-simtom yang mengganggu keberfungsian individu seperti obsesi, keberatan, kecemasan kronis, ketakutan, keraguan, phobia, atau sejenisnya disebut individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik (Schneider dalam Semaraputri & Rustika, 2018).

Penyesuaian diri yang salah atau disebut penyesuaian diri negatif biasanya terlihat pada tingkah laku dan sikap yang serba salah, sikap yang tidak realistis, emosional. Penyesuaian diri yang salah yang dialami oleh individu, maka individu tersebut cenderung akan melakukan reaksi melarikan diri, reaksi bertahan, serta reaksi menyerang. Reaksi bertahan merupakan reaksi yang ditunjukkan dengan berusaha untuk terlihat seolah-olah individu tersebut sedang tidak mengalami kegagalan dan sedang berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya sedang tidak mengalami kesulitan. Reaksi melarikan diri (*escape reaction*) merupakan reaksi individu ketika melakukan kesalahan akan

melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalannya atau konflik. Reaksi menyerang (*aggressive reaction*) merupakan individu yang mengalami kesalahan akan menutupi kegagalan, kekurangan, atau ketika individu tersebut tidak mampu untuk menerima kenyataan dengan memperlihatkan perilaku atau sikap yang bersifat menyerang (Fatimah dalam Mahmudi dan Suroso, 2014).

Schneiders (1964) kemampuan dalam penyesuaian diri setiap individu merupakan proses pembentukan keyakinan individu tersebut. Penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor kondisi psikologis. Kondisi psikologis yaitu, individu memiliki mental yang sehat, ketika individu mempunyai mental yang sehat maka akan dapat mengatur perilaku dirinya dengan efektif (Samsita & Rustika, 2015).

Dalam melakukan penyesuaian diri, individu memiliki berapa faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan dalam penyesuaian diri. Menurut Fatimah (dalam Susanti & Widuri, 2013) mengungkapkan bahwa proses penyesuaian diri terdiri dari lima faktor, dan dikelompokkan yaitu: 1) Faktor fisiologis, merupakan kesehatan dan penyakit jasmaniah dapat mempengaruhi penyesuaian diri, 2) faktor psikologis seperti aktualisasi diri, kebutuhan-kebutuhan, hasil belajar, depresi, frustrasi, dan sebagainya 3) faktor perkembangan dan kematangan yaitu setiap individu memiliki tingkat kematangan berbeda-beda sehingga pola penyesuaian diri bermacam-macam disesuaikan dengan yang dicapai oleh individu pada tingkat perkembangan dan kematangan, 4) faktor lingkungan yaitu, masyarakat, sekolah, keluarga,

agama dan kebudayaan, 5) faktor budaya dan agama, yaitu agama mampu untuk menciptakan suasana psikologis yang mampu untuk mengurangi ketegangan, konflik, serta frustrasi.

Faktor lingkungan yaitu dukungan sosial dan faktor perkembangan dan kematangan yaitu kecerdasan emosi dari penelitian yang dilakukan oleh Salwa Sa'idah, dan Hermien Laksmiwati (2017), Maria Stephanie Gunandar dan Muhana Sofiati Utami (2017), Ni Putu Padmadita Nanda Pratiwi dan Ni Made Ari Wilan (2019), Ni Made Wahyu Indrariyani Artha dan Supriyadi (2013). Dari beberapa penelitian tersebut terdapat nilai korelasi yang tinggi terhadap penyesuaian diri daripada faktor-faktor yang lain yang mampu mempengaruhi penyesuaian diri sehingga dua variabel tersebut dipilih untuk menjadi variabel bebas pada penelitian.

Pada masa peralihan perubahan dari jenjang pendidikan sekolah menengah atas untuk masuk ke perguruan tinggi, mahasiswa baru membutuhkan dukungan sosial dari lingkungan sehingga mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri tidak mengalami kesulitan. Faktor pertama yang mampu mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa baru merupakan faktor lingkungan, yaitu keluarga dan juga lingkungan memberikan dukungan sosial kepada individu. Friedlander mengungkapkan bahwa ketika orang tua atau keluarga mampu untuk memberikan dukungan sosial yang tinggi maka akan membuat secara keseluruhan penyesuaian diri individu meningkat. Keadaan tersebut dapat ditunjukkan dengan terdapatnya kepercayaan dan dukungan dari orang tua, sehingga mahasiswa mampu untuk berhadapan dengan masalah

atau kesulitan yang akan dialami di perguruan tinggi (Wijaya & Praktisi, 2012).

Dukungan sosial menurut Sarafino (2011) merujuk pada penghargaan, kepedulian, bantuan atau kenyamanan yang diberikan oleh orang lain atau kelompoknya terhadap individu tersebut. Bentuk-bentuk dukungan sosial menurut Sarafino, yaitu: 1) dukungan penghargaan, berupa penghargaan yang positif kepada orang lain, 2) dukungan emosional, dukungan yang bersifat emosional, ekspresi atau afeksi, 3) dukungan instrumental, dukungan yang berupa pemberian bentuk nyata (*tangible aid*) atau dukungan alat (*instrumental aid*), 4) dukungan informasi, yaitu dukungan dalam bentuk memberikan solusi pada suatu masalah yang dihadapi individu (Sa'idah & Laksmiwati, 2017).

Beberapa penelitian juga mengemukakan salah satu aspek penting terjadinya penyesuaian diri dengan baik yaitu dukungan sosial. Penelitian Aristya dan Rahayu (2018) menunjukkan hasil jika dukungan sosial terdapat korelasi positif yang signifikan terhadap penyesuaian diri pada remaja SMA. Pada penelitian Sasmita dan Rustika (2015) juga menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri.

Selain itu faktor perkembangan dan kematangan juga mampu mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa yaitu kecerdasan emosi pada individu. Santrock (2011) kemampuan dalam melaksanakan penyesuaian diri pada remaja tahun pertama perkuliahan dipengaruhi oleh faktor dukungan

sosial teman sebaya serta keluarga dan faktor kecerdasan emosional seperti kemampuan memotivasi diri sendiri serta kemampuan dalam mengelola emosi.

Menurut Goleman (2009) kecerdasan emosional merupakan keahlian yang dipunyai oleh setiap individu sehingga sanggup untuk membagikan motivasi kepada diri sendiri dan mampu untuk bertahan dalam menghadapi kondisi yang frustrasi, tidak melebih-lebihkan kesenangan dan mampu dalam mengendalikan dorongan hati, mampu untuk mengatur suasana hati dan dapat menjaga supaya ketika mengalami stres tidak akan menghambat kemampuan individu dalam berpikir, berdoa, dan juga berempati. Kecerdasan emosi menurut Goleman (2009) memiliki lima aspek, yaitu: mengelola emosi, mengenali emosi, memotivasi diri, membina hubungan dengan orang lain, serta mengenali emosi orang lain.

Beberapa penelitian juga mengungkapkan salah satu aspek penting terjadinya penyesuaian diri yang baik adalah kecerdasan emosi. Penelitian Widihapsari dan Susilawati (2018) mengenai mahasiswa baru yang berasal dari luar pulau bali yang menempuh pendidikan di Universitas Udayana menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berperan penting dalam penyesuaian dirinya. Hasil penelitian Mutihah (2016) menunjukkan kecerdasan emosional siswa dan penyesuaian diri memiliki keterkaitan.

Dukungan sosial dan kecerdasan emosi memiliki hubungan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Mahasiswa yang memperoleh dukungan dari keluarga maupun teman sebaya merupakan salah

satu aspek yang membuat mahasiswa baru mampu melalui perubahan yang dialami ketika memasuki perguruan tinggi. Dukungan sosial merupakan faktor yang mampu membantu pelajar untuk mengatasi permasalahan yang berhubungan dengan kehidupan kuliah (Lepore dalam Taylor, Peplu, & Sears, 200; Sasmita & Rustika, 2015). Sementara itu kecerdasan emosi juga berpengaruh pada mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri yaitu bagaimana mahasiswa baru mampu untuk mengenali dan mengelola emosi pada dirinya dan orang lain, memberikan motivasi dan mampu untuk membina hubungan dengan individu lain secara baik.

Penyesuaian diri pada mahasiswa merupakan suatu kondisi yang dialami oleh setiap individu dalam fase kehidupan, namun tidak semua individu mampu melalui permasalahan yang dialami dalam penyesuaian diri dengan baik. Aspek yang mampu mempengaruhi penyesuaian diri adalah dukungan sosial baik itu dukungan yang diberikan oleh keluarga maupun teman atau lingkungan tempat individu tersebut berada, sementara itu aspek kecerdasan emosi juga mampu dalam mempengaruhi terjadinya penyesuaian diri dengan baik yaitu bagaimana setiap individu mampu mengelola emosi dalam setiap kondisi yang dilalui. Dari dua aspek tersebut sudah dibuktikan dari beberapa penelitian yang membuktikan bahwa dukungan sosial dan kecerdasan emosi mampu mempengaruhi penyesuaian diri.

Perubahan keadaan dan lingkungan yang begitu cepat dan dinamis membuat penelitian mengenai penyesuaian diri penting untuk dilakukan dan

terus diperbarui karena hal ini merupakan kemampuan yang sudah seharusnya dimiliki oleh individu, khususnya mahasiswa.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian untuk mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a) Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan teoritis dalam memperkaya wawasan konsep mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian mahasiswa baru
- b) Diharapkan penelitian ini mampu untuk menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya pada tema yang sama, serta diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran terhadap pemecahan masalah yang berkaitan dengan hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian mahasiswa baru.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi subjek penelitian

Penelitian ini, subjek diharapkan dapat mencari sumber dukungan sosial dan meningkatkan kecerdasan emosi agar penyesuaian dirinya meningkat.

b) Bagi orang tua

Penelitian ini, orang tua diharapkan dapat memberikan dukungan sosial yang memadai agar penyesuaian diri pada mahasiswa baru meningkat.

c) Bagi Universitas

Penelitian ini, universitas diharapkan dapat memberikan dukungan sosial dengan memberikan fasilitas dan juga pelayanan yang memadai sehingga mahasiswa merasa diperhatikan oleh universitas sehingga penyesuaian diri pada mahasiswa baru meningkat.

D. Keaslian Penelitian

Peneliti telah melakukan studi pustaka mengenai penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan dengan permasalahan yang diangkat oleh peneliti. Namun juga memiliki perbedaan dari subjek penelitian dan lokasi penelitian.

Penelitian Ida Ayu Gede Kusumaastuti Widihapsari dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati (2018), melakukan penelitian dengan judul “Peran Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas Udayana yang Berasal dari Luar Pulau Bali”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek berjumlah 112 mahasiswa. Teknik random sampling digunakan dalam pengambilan sampel dan teknik analisis data memakai regresi berganda. Penelitian menggunakan

alat ukur skala penyesuaian diri disusun oleh peneliti dengan menggunakan aspek Schneider (1964), skala kecerdasan emosi menurut Goleman (1995), dan skala dukungan sosial Haber (2010). Hasil penelitian dari analisis regresi berganda terdapat nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p > 0,05$) dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosional serta dukungan sosial secara bersama-sama memiliki peran terhadap penyesuaian diri.

Penelitian Intan Prastihastari Wijaya dan Niken Titi Praktitis (2012), berjudul “Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orang Tua dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Masa Perkuliahan”. Metode penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini dengan subjek berjumlah 100 subjek yang terdiri 52 mahasiswa perempuan dan 42 mahasiswa laki-laki. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik random sampling dan analisis data menggunakan regresi berganda. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala efikasi diri akademik, skala penyesuaian diri perkuliahan, dan skala dukungan sosial. Hasil penelitian ini dukungan sosial orang tua tidak memiliki hubungan dengan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan, sebab terdapat faktor lain yang mampu mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa selain dari dukungan sosial orang tua.

Penelitian Maria Stephanie Gunandar dan Muhana Sofiati Utami (2017), pernah melakukan penelitian yang memiliki judul “Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru yang Merantau”. Metode kuantitatif yang digunakan pada penelitian ini, dengan jumlah subjek 96 orang mahasiswa angkatan 2016. Penelitian ini

menggunakan analisis data korelasi *product momen*. Penelitian ini menggunakan alat ukur yaitu skala penyesuaian diri dan skala dukungan sosial orang tua. Hasil dari penelitian memiliki hubungan yang positif dan juga signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau.

Penelitian Ni Made Wahyu Indrariyani Artha dan Supriyadi (2013), melakukan penelitian berjudul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal”. Metode kuantitatif merupakan metode dalam penelitian ini, sedangkan subjek berjumlah 129 siswa yang merupakan siswa di SMA Negeri Denpasar. Pada penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dan analisis regresi berganda untuk menganalisis data. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala *self-efficacy*, skala kecerdasan emosi, serta skala penyesuaian diri. Hasil dari penelitian ini memiliki hubungan positif antara *self-efficacy* dan kecerdasan emosi dengan pemecahan masalah penyesuaian diri remaja awal.

Penelitian Ida Ayu Gede Hutri Dhara Sasmita dan I Made Rustika (2015), melakukan penelitian berjudul “Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana”. Penelitian menggunakan metode kuantitatif sedangkan subjek penelitian sebanyak 137 mahasiswa. Teknik *simple random sampling* yang digunakan untuk pengambilan sampel pada penelitian ini dan menganalisis

data menggunakan analisis regresi berganda. Alat ukur yang digunakan skala efikasi diri, skala dukungan sosial teman sebaya, dan skala penyesuaian diri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan terhadap penyesuaian diri.

Penelitian Ni Putu Padmadita Nanda Pratiwi dan Ni Made Ari Wilani (2019), melakukan penelitian berjudul “Peran kecerdasan emosional dan motivasi berprestasi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018”. Metode yang digunakan dalam penelitian menggunakan metode kuantitatif sedangkan subjek berjumlah 226 mahasiswa. Teknik *probability sampling* digunakan dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini dan teknik regresi ganda digunakan pada analisis data. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala penyesuaian diri, skala kecerdasan emosi, dan skala motivasi berprestasi. Hasil penelitian ini menunjukkan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional memiliki peran pada peningkatan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018.

Penelitian Ida Ayu Ratih Tricahyani dan Putu Nugrahaeni Widiasavitri (2016), melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian diri Pada Remaja Awal Di Panti Asuhan Kota Denpasar”. Pada penelitian ini metode yang digunakan merupakan metode kuantitatif dengan jumlah subjek sebanyak 100 yang terdiri dari remaja berusia 12 sampai 17 tahun. Pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* yang berjenis simpel *random sampling* sedangkan analisis data

menggunakan analisis regresi sederhana. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian skala dukungan sosial dan skala penyesuaian diri. Hasil penelitian ini membuktikan terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan, dari penelitian ini sumbangan efektif yang diberikan dari variabel dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan sebesar 31,2%.

Penelitian Cokorda Istri Mirah Jayanti Biya dan Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya (2016), melakukan penelitian berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun Pejabat Struktural Di Pemerintahan Provinsi Bali”. Metode kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini sedangkan jumlah subjek berjumlah 105 pensiunan pejabat struktural di pemerintah provinsi Bali yang berusia 57 sampai 58 tahun. Penelitian ini menggunakan analisis data *korelasi product moment*. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala penyesuaian diri pada masa pensiun dan skala dukungan sosial. Hasil penelitian ini memiliki hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada masa pensiun, yang memiliki arti yaitu semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri masa pensiun pejabat struktural.

Penelitian Salwa Sa'idah, dan Hermien Laksmiwati (2017), melakukan penelitian dengan judul “Dukungan Sosial dan *Self-Efficacy* dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek berjumlah 90

santri. Teknik regresi linear berganda digunakan untuk menganalisis data. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala dukungan sosial, skala penyesuaian diri, dan skala *self-efficacy*, skala penyesuaian diri, skala dukungan sosial dan skala *self efficacy*. Hasil penelitian terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri yang dilihat dari hasil perhitungan memperlihatkan signifikansi 0,000. Namun, untuk dukungan sosial dan penyesuaian diri mendapatkan hasil signifikansi sebesar 0,914 memperlihatkan jika tidak ada hubungan antara keduanya, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa penyesuaian diri tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan sosial dan tidak semua proses penyesuaian diri di pengaruhi oleh dukungan sosial.

Penelitian Rahat & Ilhan (2016), melakukan penelitian berjudul *Coping Styles, Social Support, Relational Self Construal, and Resilience in Predicting Students' Adjustment to University Life*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek 527 siswa yang berusia antara 17 dan 25. Hasil penelitian ini mempertimbangkan semua variabel independen dalam penelitian ini, itu bisa dikatakan bahwa total prediksi penyesuaian karakteristik umum dan ketahanan, positif, gaya koping, dan sumber dukungan sosial dalam memainkan peran penting yang signifikan dalam proses penyesuaian.

Berdasarkan uraian keaslian penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, penelitian ini memiliki perbedaan penelitian sebagai berikut:

1. Keaslian Tema/ Topik

Dari beberapa urain penelitian sebelumnya yang sudah dipaparkan di atas, terdapat satu penelitian yang memiliki kesamaan terhadap variabel yang diteliti oleh peneliti baik dari variabel bebas maupun variabel tergantung. Penelitian tersebut berjudul *Peran Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial Terhadap penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas Udayana Yang Berasal Dari Luar Pulau Bali*. Namun dalam penelitian ini peneliti memiliki perbedaan yaitu dari teori yang digunakan, subjek penelitian, lokasi penelitian, dan skala yang digunakan.

2. Keaslian Teori

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teori dari yang bersumber dari beberapa jurnal penelitian sebelumnya. Pada variabel penyesuaian diri menggunakan teori dari Scheinders (1964). Pada variabel dukungan sosial peneliti menggunakan teori dari Sarafino (2011), Pada variabel kecerdasan emosi peneliti menggunakan teori dari Goleman (2000).

3. Keaslian Alat Ukur

Peneliti mengembangkan alat ukur dengan teori Schneider (1964) untuk skala penyesuaian diri. Skala ini disusun oleh pratwi dan Wilani (2019) selanjutnya peneliti mengembangkan kembali aitem pada skala. Skala pada variabel dukungan sosial, peneliti mengembangkan dari teori Sarafino (2011), skala ini dikembangkan oleh peneliti menggunakan aspek Sarafino (2011). Skala pada variabel kecerdasan emosi, peneliti mengembakan dari teori Goleman (2000).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa baru semester dua di Universitas Sunan Kalijaga Yogyakarta. Pada penelitian-penelitian sebelumnya subjek merupakan mahasiswa perantau dan juga mahasiswa satu jurusan.



BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($P < 0,05$) yang berarti adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru. Semakin tinggi dukungan sosial dan kecerdasan emosi yang dimiliki maka semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial dan kecerdasan emosi bersama-sama memberikan kontribusi sumbangan efektif sebesar 62,1% terhadap penyesuaian diri.
- b. Hipotesis minor pertama dalam penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($P < 0,05$) yang berarti adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial memberikan kontribusi sumbangan efektif sebesar 3,4% terhadap penyesuaian diri.

- c. Hipotesis minor kedua dalam penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($P < 0,05$) yang berarti adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dan penyesuaian diri. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri, begitu pula sebaliknya. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu kecerdasan emosi memberikan kontribusi sumbangan efektif sebesar 58,7% terhadap penyesuaian diri.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, serta kesimpulan pada penelitian ini, terdapat beberapa saran sebagai berikut:

- a. Bagi orang tua

Peneliti berharap agar orang tua yang memiliki anak memasuki perguruan tinggi mampu memberikan dukungan sosial yang membuat mahasiswa baru memiliki perasaan dicintai sehingga tidak merasa sendiri ketika merasakan perubahan-perubahan yang terjadi ketika memasuki perguruan tinggi dan juga timbul perasaan percaya diri sehingga mahasiswa baru mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik.

- b. Bagi Universitas

Peneliti berharap agar pihak universitas memberikan dukungan sosial kepada mahasiswa baru seperti memberikan informasi terkait perkuliahan dan juga memberikan hal-hal positif sehingga mahasiswa baru merasa nyaman berada dalam lingkungan universitas.

c. Bagi Subjek Penelitian

Peneliti berharap agar mahasiswa baru mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik pada lingkungan yang baru dengan meningkatkan kecerdasan emosi pada diri mahasiswa baru. Kecerdasan emosi membantu mahasiswa baru dalam memahami dan mengelola emosi baik pada diri sendiri maupun orang lain sehingga mampu menentukan perilaku yang dibutuhkan oleh lingkungan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap penelitian selanjutnya dapat memvariasi variabel bebas seperti variabel *self confidence*, religiusitas, kematangan emosi, resiliensi atau penyesuaian diri mahasiswa pada kondisi pandemi *covid-19* dan juga memperluas populasi penelitian. Selain itu diharapkan untuk menambahkan literatur mengenai variabel –variabel yang digunakan dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, H. P., & Wilani, N. M. A. (2018). Peran kecerdasan emosional terhadap kecemasan menghadapi ujian pada mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran. *Jurnal Psikologi Udayana*, 156-163.
- Agustian, A.G., 2001, *Rahasia Sukses Membangun KecerdasanEmosi dan Spiritual (Cetakan ke-6)*, Jakarta: Arga.”
- Agustiani, H. (2009). *Psikologi perkembangan: Pendekatanekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Akademik. (2020). Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga
- Ali, Mohammad dan Mohammad Asrori. (2005). *Psikologi Remaja PerkembanganPeserta Didik*. PT Bumi Aksara.
- Aristya, D. N., & Rahayu, A. (2018). Penyesuaian Diri Remaja Kelas X Sma Angkasa I. *Jurnal Psikologi*, 2, 75–81.
- Artha, N., M., W., I., & Supriyadi. (2013). Hubungan AntaraKecerdasan Emosi dan Self Efficacy dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 190-202
- Atwater, E. (1983). *Psychology of adjustment*. New Jersey : Prentice-Hall.Inc
- Azwar, Saifuddin. (2019). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baron. R.A. & Byrne. D. 2003. *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 2*. Jakarta: Erlangga

- Biya, C. I. M. J., Suarya, L. M. K. S., & Psi, S. (2016). Hubungan dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa pensiun pejabat struktural di pemerintahan Provinsi Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 354-362.
- Candrawati, D. (2019). Persepsi Terhadap Pola Asuh Demokratis Dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 8(2), 99-107.
- Cohen, S. E., & Syme, S. L. (2004). *Social support and health*. Academic Press.
- Darsitawati, I. G. A. P., & Budisetyani, I. G. A. P. W. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri Pada Perempuan Usia Premenopause Di Denpasar Selatan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 1-12.
- Desmita (2005). *Psikologi Perkembangan*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Dias, S. S., Tiaranita, Y., & Nashori, F. (2018). Religiusitas, Kecerdasaan Emosi, Dan Tawadhu Pada Mahasiswa Pascasarjana. *Psikologia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 27-37.
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Santriwati Kelas VII MTs Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Sukoharjo. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149-154.
- Elias, H., Noordin, N., & Mahyuddin, R. H. (2010). Achievement motivation and self-efficacy in relation to adjustment among university students. *Journal of social sciences*, 6(3), 333-339.
- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan (perkembangan peserta didik)*. Bandung: Pustaka Setia
- Fernández Lasarte, O., Ramos Díaz, E., Goñi Palacios, E., & Rodríguez Fernández, A. (2020). The role of social support in school adjustment during secondary education. *Psicothema*.

- Ghozali, Imam. (2016). Aplikasi Analisis Multivariete dengan Program IBM SPSS 23. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Goleman, D. (2009). Kecerdasan Emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ. Terjemahan: Hermaya, T. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- _____. (2015). Kecerdasan emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- _____. (2000). "Kecerdasan Emosional". Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gottman, J. (2003). Kiat – Kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Gunandar, M., & Muhana, S. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru yang Merantau. *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, 3(2), 98-109
- Gunawan, L. N. (2017). Hubungan antara kontrol diri dan penyesuaian diri dengan kedisiplinan siswa MTS Sulaiman Yasin Samarinda. *Jurnal Psikologi FISIP Universitas Mulawarman*, 5, 1. 183-194
- Hanapi, I., & Agung, I. M. (2018). Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Self Efficacy dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 9(1), 37-45.
- Hurlock, E. (2004). Psikologi Perkembangan. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Illahi, S. P. K., & Akmal, S. Z. (2018). Hubungan kelekatan dengan teman sebaya dan kecerdasan emosi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 171-181.
- Iswari, N. K. A. S., & Wilani, N. M. A. (2019). Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal Di SMPN 1 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 27, 12-2

- Juli Widyastuti, R. (2013). Pengaruh self efficacy dan dukungan sosial keluarga terhadap kemantapan pengambilan keputusan karir siswa. *Jurnal BK UNESA*, 3(1). 231-238
- Kartini Kartono. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Kingery, J. N., Bodenlos, J. S., & Lathrop, J. A. (2020). Facets of dispositional mindfulness versus sources of social support predicting college students' psychological adjustment. *Journal of American College Health*, 68(4), 403-410.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Lubis, R. H., Lubis, L., & Aziz, A. A. A. (2015). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Self-Regulated Learning Siswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 7(2), 105-117.
- Mahmudi, M. H., & Suroso, S. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02).
- Maulina, B., & Dwi, R. (2018). Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 4(1), 1-5
- Misnita, dkk. (2017). Hubungan Keyakinan Diri dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa, *Analitia*, 7 (1), 31-38
- Muti'ah, R. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kemampuan Penyesuaian Diri Remaja. *Jurnal Ilmiah Advokasi*, 4(2), 26-40.
- Neuman, W. Lawrence. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches Seventh Edition*. Edinburgh Gate, Harlow: Pearson Education Limited.

- Ningrum, P. R. (2013). Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja Studi Pada Remaja Sekolah Menengah Atas/Kejuruan Di Kota Samarinda. *Psikoborneo*, 1(1), 39-44
- Oetomo, P. F., Yuwanto, L., & Rahaju, S. (2017). Faktor Penentu Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Emerging Adulthood Tahun Pertama dan Tahun Kedua. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 8(02), 67-77.
- Park, C. L., Edmondson, D., & Lee, J. (2012). Development of self-regulation abilities as predictors of psychological adjustment across the first year of college. *Journal of Adult Development*, 19(1), 40-49.
- Pratiwi, D. A. D. P., & Lestari, M. D. (2019). Gambaran dukungan sosial dan penyesuaian diri pada perempuan pegawai negeri sipil prapensiun di Provinsi Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 328-336.
- Pratiwi, N.,P.,P.,N., & Ni Made, A., W. (2019). Peran kecerdasan emosional dan motivasi berprestasi terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018, *Jurnal Psikologi Udayana*, 195-204
- Pratiwi, P. T., & Ary, L. K. P. (2018). Perbedaan Tingkat Agresivitas Petugas Satuan Polisi Pamong Praja di Bali ditinjau dari Dimensi Kepribadian Big Five dan Kecerdasan Emosional. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 472-495.
- Prima, N., R., & Endang, S., I. (2018). Hubungan antara kecerdasan Spiritual dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Sains dan Matematika UNDIP. *Jurnal Empati*, 7(3), 259-264
- Putra, A. C. M., & Muttaqin, D. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit X. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2), 82-83.

- Putri, A. A., & Haryanto, H. (2017). Perbedaan Kecerdasan Emosional pada Mahasiswa yang Mengikuti UKM Musik dan Mahasiswa yang Mengikuti UKM Non-Musik. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 119-126.
- Rahat, E., & Tahsin, I. (2016). Coping Styles, Social Support, Relational SelfConstrual, and Resilience in Predicting Students' Adjustment to University Life. *Education Science: Theory &Practice*, 16(1), 187-208
- Runyon, R.P. & Haber, A. (1984). *Psychology of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press
- Sa'idah, S., & Hermien, L. (2017). Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(2), 116-122
- Santrock, J. W. (2011). *Child development* (11th ed.) (M. Rachmawati & A. Kuswanti, Trans.). Jakarta : Erlangga.
- _____. (2006). *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Fifth Edition. USA: John Wiley & Sons.
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Sari, N., Soesilo, T. D., & Setyorini, S. (2021). HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA KARANG TARUNA BINA MUDA DUSUN PLOSO DESA NGRAWAN KEC. GETASAN KAB. SEMARANG. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 4(2), 1-8.
- Sasmita, I., & I Made, R. (2015). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program

Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
Jurnal Psikologi Udayana, 2(2), 280-289

Semraputri, S. A. K. T., & Rustika, I. M. (2018). Peran problem focused coping dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada remaja akhir yang menjadi pengurus organisasi kemahasiswaan di fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 35-47.

Semiun, Y. 2006. Kesehatan Mental 1. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.

Schneiders. (1964). Personal Adjustment and Mental Health. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Smet, B. (1994). Psikologi Kesehatan. Jakarta: PT Grasindo.

Soeparwoto. (2004). Psikologi Perkembangan. Semarang: UPT MKK UNNES

Sugiyono. (2009). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabet

_____. (2015). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabet

_____. (2013). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta

Sukasari, P. I., & Wilani, N. M. A. (2017). PERAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN KONSEP DIRI TERHADAP PENYESUAIAN DIRI DI SEKOLAH PADA SISWA SMP KELAS VII DI KECAMATAN TABANAN. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(02), 320-332.

Susanti, A., & Widuri, E., L. (2013). Penyesuaian Diri Pada Anak Taman Kanak-Kanak. *Empathy*, 1(1), 16-30

Tania, L. R., Hadiwinarto, H., & Sinthia, R. (2018). HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN PERILAKU PENYESUAIAN

DIRI YANG SALAH PADA SISWA SMP NEGERI 6 KOTA BENGKULU. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1(3), 79-90.

Tricahyani, I., A., R., & Putu, N., W. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian diri Pada Remaja Awal Di Panti Asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 542-550

Widihapsari, I., A., G., K., & Susilawati, L., K., P., A. (2018). Peran Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas UDAYANA yang Berasal dari Luar Pulau BALI. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 48-62”

Wijaya, I., P., & Niken, T., P. (2012). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orang Tua dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Masa Perkuliahan. *Jurnal Persona*, 1(1), 40-52

