

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Untuk mengetahui adanya pengaruh *emotional intelligence* (EI) pada *college adjustment* (CA) terhadap mahasiswa tingkat satu adalah tujuan dari penelitian. Hasil yang didapatkan yaitu adanya pengaruh yang signifikan antara EI terhadap CA pada mahasiswa/mahasiswi tingkat satu. Melalui penelitian ini dapat ditarik kesimpulan jika EI memiliki pengaruh signifikan pada CA mahasiswa tingkat satu. Hal ini dikarenakan apabila mahasiswa tingkat satu mampu mempersepsikan kondisi emosionalnya dengan baik maka mahasiswa tingkat satu mampu menyesuaikan dirinya ke dalam suatu perguruan tinggi. Oleh karena itu artinya *emotional intelligence* pada mahasiswa tingkat satu dapat memengaruhi *college adjustment*.

5.2 Diskusi

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh EI terhadap CA. Hasil yang ditemukan pada penelitian ini yaitu EI memiliki pengaruh positif terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu. Artinya, jika mahasiswa tingkat satu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka penyesuaian diri mereka di perguruan tinggi (CA) juga akan semakin tinggi. Dan sebaliknya, dimana jika mahasiswa tingkat satu memiliki kecerdasan emosional yang rendah, maka penyesuaian diri mereka di perguruan tinggi akan semakin sulit atau rendah.. Sejalan dengan penelitian milik Park (2014) di Korea kepada mahasiswa Universitas Buncheon yang menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh positif antara *emotional intelligence* dengan *college adjustment*, mahasiswa yang mampu memahami menginterpretasikan, meregulasi, serta mengenali kondisi emosional, cenderung mampu melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi, dengan hal ini kedepannya meskipun mahasiswa menghadapi hambatan, maka mahasiswa dapat berhasil bertahan di perguruan tinggi serta mampu meningkatkan kompetensinya.

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata mahasiswa tingkat satu memiliki *emotional intelligence* yang cenderung tinggi, artinya mahasiswa mampu untuk mempersepsikan kondisi emosionalnya. Hal ini sejalan dengan penelitian milik Natasia et al., (2022) pada mahasiswa di Universitas Mulawarman menyatakan bahwa responden memiliki *emotional intelligence* yang tinggi lebih mampu dalam bersosialisasi dan berkomunikasi dengan individu lainnya dalam lingkungan sosial yang lebih luas, selain itu peran dari *emotional intelligence* sebagai suatu respon secara psikologis yang dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi suatu hambatan atau permasalahan.

Emotional intelligence yang tinggi menjadi alasan oleh mahasiswa tingkat satu memiliki *college adjustment* yang tinggi pula, di mana mahasiswa mampu menyalurkan kondisi emosional dengan baik ke dalam suatu perguruan tinggi. Pada penelitian ini, memiliki keselarasan dengan penelitian milik Herdiansyah et al., (2021) menemukan *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu di Universitas Andalas memiliki hasil yang tinggi, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *college adjustment* yang tinggi mampu menghadapi berbagai hambatan dalam melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi, baik secara akademik maupun non-akademik.

Berdasarkan dari masing-masing dimensi yang dimiliki *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu, dimensi yang paling tinggi adalah dimensi *institutional adjustment* dan yang paling rendah adalah dimensi *social adjustment*. Menurut Baker (2002) penyesuaian diri di perguruan tinggi (*college adjustment*) dibagi menjadi empat dimensi, yaitu: penyesuaian akademik (*academic adjustment*), penyesuaian sosial (*social adjustment*), penyesuaian pribadi-emosional (*personal-emotional adjustment*), dan penyesuaian institusional (*institutional adjustment*). Mahasiswa tingkat pertama dengan *institutional adjustment* yang tinggi cenderung puas memiliki kelekatan dengan institusi di perguruan tinggi, baik secara sistem akademik maupun non-akademik. Mahasiswa tingkat pertama dengan *personal-emotional adjustment* yang tinggi cenderung mampu dalam melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi, sehingga tidak ada tekanan dalam psikologis maupun fisik.

Selaras dengan teori milik Baker (2002) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki kepuasan terhadap institusi maka akan merasa memiliki keterikatan dengan

perguruan tinggi pilihannya, dalam hal lain mahasiswa secara personal-emosional mampu melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi, mampu menghadapi tekanan maupun hambatan yang terjadi diperguruan. Di sisi lain, mahasiswa dengan *social adjustment* yang rendah cenderung kesulitan dalam menghadapi tuntutan sosial, seperti membangun relasi ataupun hubungan di ruang lingkup perguruan tinggi. Mahasiswa dengan *academic adjustment* yang rendah pada mahasiswa tingkat satu cenderung kurang mampu dalam melakukan penyesuaian dengan tuntutan akademik, seperti kesulitan menyelesaikan tugas, pencapaian prestasi akademik, ataupun kepuasan di dalam lingkungan akademik. Berdasarkan teori Baker (2002) mahasiswa yang kurang mampu melakukan sosialisasi dengan lingkungan perguruan tinggi, maka sulit bagi mahasiswa untuk berhasil dalam membangun relasi, baik dengan teman sebaya maupun individu lainnya, dalam hal lain apabila mahasiswa kurang mampu dalam melakukan penyesuaian akademik di perguruan tinggi, maka sulit bagi mahasiswa untuk memahami mata kuliah yang dipelajari, menyelesaikan tugas, dan kurangnya motivasi dalam mencapai suatu prestasi akademik.

Hasil uji beda ditemukan tidak ada perbedaan kecerdasan emosional yang signifikan antara mahasiswa berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Di sisi lain menurut Shahzad dan Bagum (2012) menyatakan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki kecerdasan emosional yang berbeda-beda, hal ini dikarenakan laki-laki lebih mampu mengendalikan emosinya dengan baik dan dapat membangun hubungan yang sehat dibandingkan perempuan, sehingga tingkat kecerdasan emosional-nya lebih tinggi dibandingkan perempuan. Lain hal dengan penelitian milik Prevalence et al., (2021) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki, hal ini dikarenakan perempuan memiliki karakteristik yang cukup tinggi untuk bisa menjadi pemimpin dan memiliki kompetensi sosial yang dinilai lebih baik dibandingkan laki-laki, oleh sebab itu perempuan memiliki kecerdasan emosional yang lebih baik dibandingkan laki-laki.

Contingency tables college adjustment berdasarkan *mental health* memperlihatkan bahwa terdapat perbedaan persentase tingkat *college adjustment* antara mahasiswa yang tidak memiliki gangguan mental dan yang memiliki gangguan mental. Semua

individu yang memiliki *college adjustment* yang sangat tinggi, tidak memiliki diagnosa gangguan mental. Namun, ada mahasiswa yang memiliki *college adjustment* individu tinggi meskipun mereka terdiagnosa memiliki gangguan mental. Menurut Shinde (sebagaimana dikutip dalam Shinde, 2022) menyatakan bahwa penyesuaian diri individu dalam berbagai bidang serta tinggi rendahnya penyesuaian diri di perguruan tinggi tergantung dari kesehatan psikologisnya, oleh karena itu Ia menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat kesehatan mental yang baik dan tinggi maka mahasiswa tersebut mampu dalam menyesuaikan diri mereka di perguruan tinggi. Di sisi lain, peneliti juga melakukan uji *contingency tables college adjustment* berdasarkan *physical health* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan persentase tingkat *college adjustment* antara yang tidak memiliki gangguan fisik dan memiliki gangguan fisik. Individu yang merasa tidak memiliki gangguan *physical health* memiliki *college adjustment* yang tinggi. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Devi et al., (2016) tentang hubungan persepsi dengan kemampuan penyesuaian psikologis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara persepsi dengan penyesuaian psikologis, yang berarti apabila individu memiliki persepsi baik terhadap kemampuan penyesuaiannya, maka Ia cenderung memiliki kemampuan penyesuaian yang baik pula.

5.3 Saran

5.3.1 Saran Metodologis

Peneliti dapat memberikan saran untuk penelitian selanjutnya mengenai pengujian sampel pada mahasiswa tingkat satu untuk mengambil sampel dari mahasiswa S1/D2/D3 dengan pasca sarjana. Hal ini dilakukan agar peneliti selanjutnya dapat melihat perbedaan *college adjustment* pada kedua kelompok tersebut. Karena mahasiswa pasca sarjana pernah mengikuti perkuliahan sebelumnya, tidak menutup kemungkinan *college adjustment*-nya lebih tinggi atau lebih cepat. Hasil penelitian yang ditemukan adalah terdapat mahasiswa yang memiliki diagnosa gangguan mental, namun mereka masih bisa memiliki *college adjustment* yang tinggi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan variabel lain yang terkait

gangguan mental sebagai variabel lainnya, seperti *anxiety*, *stress*, *eating disorder*, ataupun depresi untuk melihat sejauh mana variabel tersebut dapat memengaruhi *college adjustment*.

5.3.2 Saran Praktis

Ada beberapa saran praktis yang dapat diberikan oleh peneliti agar dapat dijadikan acuan pada penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Bagi calon mahasiswa/i disarankan untuk mengetahui *college adjustment* yang harus dilakukan. Mereka juga dapat meningkatkan pengetahuan terkait *emotional intelligence* untuk persiapan diri dalam melanjutkan pendidikannya ke perguruan tinggi.
2. Bagi pihak perguruan tinggi disarankan untuk melakukan pemantauan *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu. Bagi mereka yang terindikasi memiliki *college adjustment* rendah dapat di tindak lanjuti dengan meningkatkan *emotional intelligence* mereka, hal ini dilakukan dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang bisa memengaruhi EI seperti, performa akademik dan pengetahuan mengenai karakteristik diri sendiri.