

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang melanjutkan proses pendidikan ke jenjang pendidikan tinggi, seperti akademi, universitas, dan sekolah tinggi (Hartaji sebagaimana dikutip dalam Lastary & Rahayu, 2018). Berdasarkan data yang diperoleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi pada tahun 2023 di Indonesia tercatat 7,83 juta mahasiswa berasal dari strata 1, kemudian 607.288 mahasiswa berasal dari diploma 3, lalu 273.894 mahasiswa berasal dari diploma 4 (Wahyono, 2023). Data ini menunjukkan seberapa banyak siswa melanjutkan pendidikannya ke perguruan tinggi. Menurut Gajdzik (sebagaimana dikutip dalam Dahrul et al., 2021) masa peralihan mahasiswa tingkat satu dengan apapun tingkat pendidikannya diikuti oleh banyak perubahan dalam transisi memasuki perguruan tinggi. Beberapa perubahan yang dialami mahasiswa saat memasuki perguruan tinggi merupakan perubahan akademik seperti kurikulum perkuliahan, sistem pembelajaran, sistem penilaian, dan materi perkuliahan, serta perubahan non akademik seperti lingkungan sosial dan budaya perkuliahan yang berbeda dengan pengalaman mereka di SMA (Widodo, 2021).

Mahasiswa akan dituntut untuk lebih mandiri dalam pembelajaran serta tugas-tugas yang diberikan, lebih banyak membaca, lebih bertanggung jawab atas absensinya di kelas, dan berbaur dengan lingkungan sosial di perkuliahan yang lebih beragam latar belakangnya (Teodora & Lavinia sebagaimana dikutip dalam Faizah et al., 2020). Menentukan jumlah sistem kredit semester yang dapat diambil oleh mahasiswa dengan melihat Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa, dengan ketentuan perolehan indeks prestasi (IP) diatas 3,5 di beberapa perguruan tinggi untuk mendapatkan jumlah sistem kredit semester sebesar 24 SKS (Zubaidah, 2023). Dengan menentukan jumlah SKS yang akan diambil, maka mahasiswa perlu memperhatikan IPK yang diperoleh.

Semakin tinggi IPK maka semakin besar pula jumlah SKS yang dapat diambil, IPK-pun juga menentukan kesempatan individu untuk mendapatkan pekerjaan (Zubaidah, 2023). Dengan mengetahui adanya pengaruh IPK terhadap jumlah SKS yang diambil, maka mahasiswa tingkat satu perlu menyesuaikan diri di perguruan tinggi lebih dalam lagi pada sistem akademik. Selain sistem akademik, Adapun perbedaan sistem pembelajaran di perguruan tinggi.

Perbedaan sistem pembelajaran terjadi pada saat di perguruan tinggi, mahasiswa perlu secara aktif dan mandiri dalam mencari tahu informasi mengenai pengetahuan yang akan dikaji melalui beberapa jurnal, buku, ataupun artikel ilmiah (Arjungsi & Kusumaningsih, 2016). Tidak sedikit mahasiswa tingkat satu yang merasa tertekan saat memasuki perguruan tinggi serta merasa kesulitan dalam menghadapi masa penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan berbagai tuntutan-tuntutan yang ada (Jamaluddin, 2020).

Baker dan Siryk (sebagaimana dikutip dalam Rustham et al., 2023) menuliskan bahwa *college adjustment* (CA) merupakan suatu tindakan seseorang dalam menangani tuntutan dari suatu peralihan sosial, akademik, emosional, personal, dan juga tuntutan dari internal perguruan tinggi agar individu mampu melakukan penyesuaian dengan lingkungan di perguruan tinggi. Tuntutan-tuntutan yang dialami membuat individu menjadi lebih sensitif terhadap permasalahan emosional, kesulitan dalam membangun suatu relasi sosial, rendahnya prestasi akademik, ada pula hilangnya motivasi dan kegagalan dalam menyelesaikan studi (Soledad sebagaimana dikutip dalam Rahmadani & Rahmawati, 2020). Tantangan penyesuaian diri di perguruan tinggi dirasakan oleh mahasiswa tingkat satu dikarenakan perubahan pada masa transisi dan berbagai tuntutan yang dihadapi mahasiswa. Adanya tanggung jawab yang baru cenderung membuat mahasiswa tingkat satu merasa khawatir akan kemampuan diri mereka dalam melakukan penyesuaian diri, mulai dari tugas akademik dan juga suatu budaya baru yang membuat individu menjadi lebih merasa tertekan (Arjungsi & Kusumaningsih, 2016).

Berdasarkan pada penelitian CA sebelumnya, *college adjustment* tidak hanya terbatas pada penyesuaian akademik, namun juga mencakup berbagai dimensi lainnya.

Terdapat empat dimensi CA yang dikemukakan oleh Baker dan Siryk (sebagaimana dikutip dalam Rustham et al., 2023) mengemukakan bahwa terdapat empat dimensi CA, yaitu penyesuaian akademik (*academic adjustment/AA*), penyesuaian sosial (*social adjustment/SA*), penyesuaian pribadi-emosional (*personal-emotional adjustment/PEA*), dan keterikatan institusional (*institutional attachment/IA*). Penyesuaian diri mahasiswa yang baik di perguruan tinggi terhadap aspek-aspek tersebut dapat membantu mahasiswa berintegrasi di lingkungan perkuliahan dan mendukung kelancaran kehidupan mahasiswa selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Individu dengan *college adjustment* yang tinggi termotivasi untuk memenuhi tuntutan-tuntutan akademis dengan pemerolehan hasil yang memuaskan, menunjukkan upaya dalam berinteraksi dan membangun relasi dengan individu lain di lingkungan perkuliahan (Baker, 2002). Baker dan Siryk (sebagaimana dikutip dalam Septiningwulan & Dewi, 2021) menjelaskan lebih lanjut bahwa apabila individu dengan *college adjustment* yang baik cenderung memiliki respon mental yang positif dan keadaan fisik yang sehat terkait tekanan sosial dan akademik di perguruan tinggi, memiliki keterkaitan dengan perguruan tinggi yang ditempuh berupa mengenali peran diri mereka sebagai mahasiswa, serta mempersiapkan perguruan tinggi sebagai tempat untuk menuntut ilmu pengetahuan.

Fenomena penyesuaian diri digali lebih lanjut oleh peneliti melalui keempat dimensi dari CA, yaitu terdapat dimensi AA, SA, PEA, dan IA. Peneliti telah melakukan wawancara awal dengan tiga mahasiswa tingkat satu, yaitu dengan subjek B berusia 18 tahun sedang menjalankan pendidikan di salah satu perguruan tinggi daerah Alam Sutera dengan jenjang pendidikan strata 1, subjek G berusia 18 tahun yang melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi di daerah Bandung dengan jenjang pendidikan diploma 3, serta subjek D berusia 18 tahun yang memasuki perguruan tinggi di daerah Jakarta dengan jenjang pendidikan strata 1.

Baker (2002) menjelaskan *academic adjustment* merupakan suatu keterampilan bagi mahasiswa dalam menjalani rangkaian proses akademik, dengan melihat mahasiswa memiliki keseriusan dalam menjalani perkuliahan, dapat menyelesaikan tugas atas dasar keinginan diri sendiri, memberikan usaha penuh dalam mengerjakan

suatu tugas, memperoleh prestasi akademik, serta rasa bahagia berada di dalam lingkungan akademik yang ada di perguruan tinggi. Pada dimensi *academic adjustment* subjek B memiliki permasalahan dalam menangkap penjelasan dosen, akibatnya subjek B tidak menerima ilmu yang disampaikan oleh dosen. Di sisi lain, subjek G tidak memahami bahwa nilai Indeks Prestasi Kumulative (IPK) tertentu diperlukan untuk mengambil SKS dalam jumlah banyak, akibatnya subjek G tidak bisa mendaftar banyak kelas karena IPK-nya tidak mencukupi. Adapula subjek D yang tidak memiliki keseriusan dalam mengikuti kelas perkuliahan, berakibat mengulang kembali 4 SKS di semester selanjutnya.

Hasil wawancara ini sejalan dengan penelitian Rahmadani dan Rahmawati (2020) terhadap mahasiswa tingkat satu di Universitas Al-Azhar Indonesia, yang menemukan bahwa sebagian besar subjek penelitiannya belum cukup aktif dalam memperdalam pengetahuan, belum memandang menuntut ilmu di perguruan tinggi sebagai hal yang penting, dan kurang persiapan untuk menghadapi tuntutan-tuntutan akademik. Selain melakukan penyesuaian akademik, mahasiswa tingkat satu juga perlu melakukan penyesuaian sosial di perguruan tinggi. Sandra et al., (2020) menyatakan bahwa agar sukses dalam perguruan tinggi, maka mahasiswa tingkat satu juga dituntut dalam lingkungan sosialnya agar mampu menyesuaikan diri dengan baik. Pada saat mahasiswa tingkat satu memulai pendidikannya di perguruan tinggi, mereka akan dihadapkan pula dengan situasi penyesuaian diri dalam membangun suatu interaksi sosial (Irene et al., 2013).

*Social adjustment* merupakan suatu keterampilan yang dimiliki mahasiswa untuk melakukan kegiatan sosial, membangun suatu hubungan yang baik, dan kepuasan dalam lingkungan sosial yang ada di perguruan tinggi (Baker, 2002). Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek B menyatakan bahwa permasalahan yang dihadapi ialah kesulitan dalam mengikuti kegiatan sosial yang ada di perguruan tinggi, karena kurangnya minat sehingga sulit berinteraksi dengan mahasiswa lain, akibatnya subjek B kurang mendapatkan informasi mengenai kegiatan sosial yang ada di perguruan tinggi. Di sisi lain, subjek G memiliki kesulitan untuk bisa berbaur karena memiliki perbedaan latar belakang antara mahasiswa lainnya, seperti perbedaan bahasa

yang digunakan sehari-hari karena lebih dominan bahasa yang digunakan adalah bahasa Sunda, berakibat kurangnya intensitas interaksi dengan mahasiswa lainnya. Berdasarkan subjek D merasa tidak percaya diri dalam memulai suatu komunikasi dengan mahasiswa lain, akibatnya subjek D tidak begitu memiliki banyak teman. Permasalahan hubungan sosial dirasakan oleh ketiga subjek mahasiswa tingkat satu disebabkan oleh rasa ketidakmampuan ataupun tidak percaya diri apabila tidak dapat berhasil membangun suatu hubungan emosional dengan lingkungan sekitarnya.

Senada dengan penelitian Hutabarat dan Nurchayati (2021) dengan empat mahasiswa tingkat satu, ditemukan bahwa mereka memiliki kesulitan membangun hubungan emosional yang baik dengan mahasiswa lainnya serta kurang mampu menyuarakan pendapat atau bercerita, salah satunya karena perbedaan budaya dan bahasa. Hasil penelitian milik Rahayu dan Arianti (2020) pada 310 mahasiswa tingkat satu di Universitas Kristen Surya Wacana menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keterlibatan dengan aktivitas sosial dan lingkungan sosial baik dengan teman seangkatan, senior, ataupun staff pendidik di perguruan tinggi, maka mudah bagi mahasiswa merasa puas dalam membangun relasi ataupun membangun lingkungan sosial yang positif. Selain penyesuaian sosial, mahasiswa tingkat satu juga perlu melakukan penyesuaian personal-emosional. Hal ini dilakukan agar mahasiswa mampu menyesuaikan diri di setiap situasi, sehingga mahasiswa tidak mudah merasa tertekan dalam menjalani hidupnya (Amin et al., sebagaimana dikutip dalam Astrina & Rinaldi, 2019).

*Personal-emotional adjustment* merupakan kondisi di mana mahasiswa mengalami konflik diri dalam memposisikan diri pada situasi tertentu, sehingga terdapat tekanan psikologis umum dan munculnya suatu gejala penyakit mental yang memiliki kaitan dengan perasaan mahasiswa secara psikologis dan fisik (Baker, 2002). Permasalahan yang dirasakan oleh subjek B, subjek D, dan subjek D adalah kesulitan menyeimbangkan waktu urusan perkuliahan, kehidupan pribadi, dan urusan pekerjaan paruh waktu, sehingga subjek B dan subjek D sering kali lupa untuk makan dan kurang waktu tidur. Lain hal dengan subjek G yang merasa tertekan akan tuntutan perkuliahan dan pekerjaan, sehingga mengalami penurunan kondisi fisik. Sejalan dengan yang

ditemukan dalam penelitian Rahmadani dan Rahmawati (2020), banyak mahasiswa tingkat satu dalam penelitiannya belum cukup mampu dalam menghadapi berbagai tuntutan dari perguruan tinggi, dan cenderung merasakan *mood-swings*, kualitas tidur yang menurun, seringkali lelah, dan merasa tertekan saat berhadapan dengan tuntutan akademik seperti tugas perkuliahan. Pada saat melakukan penyesuaian di perguruan tinggi, mahasiswa tingkat satu juga perlu memiliki keterkaitan dengan institusi agar dapat menjalin kualitas hubungan yang baik. Mahasiswa yang memiliki keterikatan dengan institusi maka cenderung akan berpengaruh pada prestasi akademik mahasiswa tingkat satu selama menjalani perkuliahan di perguruan tinggi (Herdiansyah et al., 2021)

*Institutional attachment* merupakan suatu kaitan mengenai perasaan mahasiswa dalam keterkaitannya di perguruan tinggi, salah satunya kualitas jalinan atau keterikatan yang terjadi antar mahasiswa dengan institusi (Baker, 2002). Fenomena yang terjadi yaitu mahasiswa tidak memiliki minat atau ketertarikan untuk menjadikan kegiatan akademik maupun non-akademik seperti mengikuti UKM atau Himpunan Mahasiswa sebagai salah satu cara untuk dapat menyesuaikan diri di perguruan tinggi. Oleh karena itu, selain tidak menambah relasi, mahasiswa juga tidak menunjukkan adanya kelekatan dengan institusi. Hal ini terjadi pada subjek B dan subjek D yang di mana kedua subjek tidak mengikuti kegiatan non-akademik di perguruan tinggi, seperti UKM ataupun Himpunan Mahasiswa di perguruan tinggi, berakibat subjek B dan subjek D merasa hubungan yang terjalin dengan institusi hanya sekedar menuntut ilmu. Lain hal dengan subjek G yang mengikuti kegiatan UKM dan mengikuti beberapa olimpiade mengatasnamakan perguruan tinggi, oleh sebab itu subjek G merasa bahwa untuk membangun hubungan dengan institusi dengan memberikan kualitas yang baik, salah satunya melalui prestasi. Berdasarkan penelitian Rahmadani dan Rahmawati (2020) juga menemukan bahwa banyak subjeknya masih memiliki komitmen yang rendah dengan lingkungan kampus, seperti penolakan terhadap tata tertib yang ada di perkuliahan, tidak sejalan dengan ketentuan etik yang dipegang mahasiswa yang bertujuan institusi pendidikan, serta kurangnya rasa keterikatan dengan perguruan tingginya.

Wawancara yang dilakukan dengan ketiga mahasiswa tingkat satu menunjukkan permasalahan dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi berbeda-beda. Permasalahan yang dihadapi dalam dimensi penyesuaian akademik ialah kesulitan menerima ilmu dari dosen, tidak memahami syarat pengambilan SKS dalam jumlah tertentu, dan tidak memiliki keseriusan dalam menjalani perkuliahan. Di sisi lain dalam dimensi penyesuaian sosial, permasalahan yang dihadapi ialah kesulitan berinteraksi karena kurangnya minat dalam kegiatan sosial, kesulitan berbaur karena perbedaan latar belakang, dan tidak percaya diri untuk berkomunikasi. Adapun pada dimensi penyesuaian personal-emosional yaitu kurangnya waktu tidur dan lupa makan karena sulit mengatur waktu, serta terdapat perubahan penurunan kondisi fisik. Adapun dalam dimensi kelekatan dengan institusi yaitu tidak adanya minat dalam mengikuti kegiatan UKM ataupun Himpunan Mahasiswa, akan tetapi terdapat mahasiswa tingkat satu yang masih mengikuti kegiatan olimpiade mengatasnamakan perguruan tinggi. Pada hasil wawancara ditemukan bahwa subjek B, subjek G, dan subjek D masih belum mampu menyesuaikan dirinya di perguruan tinggi, akan tetapi subjek G mampu melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan memiliki keterkaitannya dengan institusi melalui kegiatan olimpiade.

Penelitian sebelumnya telah menemukan bahwa terdapat subjek memiliki *college adjustment* yang kurang baik. Penelitian yang dilakukan Maulina dan Sari (2018) pada 49 mahasiswa tingkat satu angkatan 2016/2017 Universitas Islam Sumatera Utara menunjukkan bahwa mayoritas subjeknya memiliki tingkat *college adjustment* yang tinggi, yaitu sebanyak 30 (61%) subjek, dengan 19 (39%) subjeknya memasuki kategori *college adjustment* yang rendah. Akan tetapi, terdapat penelitian-penelitian kuantitatif lainnya yang mengkaji mengenai *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu dengan mayoritas subjeknya memiliki *college adjustment* yang rendah. Penelitian Titania dan Djamhoer (2023) pada 384 mahasiswa tingkat satu di Universitas Islam Bandung menemukan bahwa mayoritas subjeknya memiliki tingkat *college adjustment* yang rendah dan dapat ditinjau dari hasil empat dimensi *college adjustment*, dengan 290 (83,33%) subjek memasuki kategori rendah pada dimensi *academic adjustment*, 266 (76,44%) subjek memasuki kategori rendah pada dimensi

*social adjustment*, 212 (60,92%) subjek memasuki kategori sedang pada dimensi *personal-emotional adjustment*, dan 300 (86,21%) subjek memasuki kategori rendah pada dimensi *institutional attachment*. Hasil penelitian Rahmadani dan Rahmawati (2020) pada 235 mahasiswa tingkat satu di Universitas Al-Azhar Indonesia menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang termasuk pada kategori tingkat *college adjustment* yang rendah, yaitu sebanyak 105 (44,70%) subjek, dengan 98 (41,70%) subjek memasuki kategori sedang, dan 32 (13,60%) subjek memasuki kategori tinggi.

Permasalahan yang terjadi pada mahasiswa tingkat pertama dalam *college adjustment* menjadi salah satu rintangan yang perlu dihadapi. Apabila mahasiswa tidak mampu dalam menghadapi hambatan-hambatan menyesuaikan diri di perguruan tinggi, maka hal ini bisa berdampak negatif bagi mereka dan kelancaran kehidupan perkuliahannya. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa *college adjustment* yang kurang baik dapat membuat mahasiswa tingkat satu menjadi kurang percaya diri atas keterampilan dan kemampuan yang dimilikinya, sering absen dari kelas, tidak mencapai suatu prestasi akademik sesuai dengan harapan, dan kesulitan mengikuti proses belajar di kelas (Nufitriana, 2017). Ada rasa ingin berhenti dan mundur dari perguruan tinggi, yang disebabkan oleh situasi sosial maupun akademik, apabila mahasiswa belum mampu menyesuaikan dirinya di perguruan tinggi (Oetomo et al., 2017). Rahmadani dan Rahmawati (2020)) juga menyatakan bahwa dampak negatifnya mencakup kurang mampu membangun hubungan sosial yang berujung pada kesepian, rendahnya prestasi akademik, motivasi yang semakin menurun, dan bahkan kegagalan dalam menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi.

Memperoleh hasil yang baik dan maksimal dalam suatu proses studi diperlukan penyesuaian diri, agar mereka mampu menghadapi rintangan-rintangan yang ada di perguruan tinggi kedepannya (Astrina & Rinaldi, 2019). Credé dan Niehorster (sebagaimana dikutip dalam Carissa, 2018) menuliskan bahwa mahasiswa tingkat satu dengan *college adjustment* yang baik cenderung dapat membangun hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya dan cenderung mengalami tingkat stres yang rendah, dimana mereka mendapatkan sumber dukungan sosial untuk menghadapi hambatan-hambatan pada tahun pertama perguruan tinggi. Lebih lanjut, sejalan dengan yang

dituliskan Chemers et al. (sebagaimana dikutip dalam Garg et al., 2016), yaitu mahasiswa tingkat satu dengan menyesuaikan diri yang baik di perguruan tinggi cenderung lebih memiliki ketenangan serta tingkat stres yang rendah, sehingga dapat menunjukkan performa akademik yang lebih baik. Credé dan Niehorster (sebagaimana dikutip dalam Respondek et al., 2017) mengungkapkan bahwa *college adjustment* yang baik pada tahun pertama mahasiswa dapat menjadi prediktor kesuksesan akademik mereka selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Lebih lanjut, CA yang baik cenderung terstruktur dalam *problem-solving* dan mampu memproses masalah yang dihadapi secara analitis, baik masalah terkait perkuliahan atau di kehidupan pribadi mahasiswa (Astrina & Rinaldi, 2019).

*College adjustment* dipengaruhi oleh berbagai faktor menurut Baker (2002), yaitu *mental and physical health, self-regard* atau *self-appraisal, intellectual characteristics, goal orientation, dan social relations*. Faktor *self-regard* atau *self-appraisal* yang dijelaskan Baker (2002) suatu kondisi di mana individu dapat melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi apabila individu tersebut dapat memberikan penilaian tentang diri individu itu sendiri mengenai kemampuan, pencapaian, dan aspek lain yang dijalani dalam melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi dapat memengaruhi, jika mahasiswa dapat melakukan penilaian mengenai diri sendiri, maka mudah bagi individu untuk melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi. Mahasiswa yang mampu mempersepsikan dirinya sendiri mengenai segala hal dalam hidupnya, cenderung dapat menghadapi segala tekanan dan hambatan yang dialami dari kesulitan dalam mengikuti pembelajaran di kelas, bersosialisasi dengan individu lain, kondisi mental dan fisik individu dalam menyesuaikan dirinya pada masalah perkuliahan, serta keterikatan dengan institusi di perguruan tinggi cenderung akan dihadapi dengan mengatur dorongan dan keinginan diri untuk menyesuaikan diri di perguruan tinggi, seperti mengeluarkan upaya dalam mengurangi kesulitan tersebut dengan lebih memperdalam materi yang dipelajari, meningkatkan kemampuan sosialisasi, mempertahankan kondisi mental dan fisik dalam penyesuaian diri di perguruan tinggi, dan melakukan penyesuaian diri dengan mengikuti ketentuan

yang ada di perguruan tinggi. Berdasarkan uraian tersebut, dapat dikatakan bahwa *college adjustment* dapat dipengaruhi oleh *emotional intelligence* secara teoritis.

Kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* merupakan suatu bentuk persepsi diri individu mengenai kondisi emosional yang berada pada tingkat kepribadian kecerdasan emosional (Petrides, 2010). *Emotional intelligence* membantu individu menganalisa perasaannya sendiri dan perasaan orang lain (Yeşilyaprak sebagaimana dikutip dalam Kaya et al., 2017). Perilaku yang menunjukkan kemampuan dalam penyesuaian diri, kegigihan, dan optimis adalah perilaku individu dengan *emotional intelligence* yang baik (Salovey & Mayer sebagaimana dikutip dalam Astrina & Rinaldi, 2019). Petrides (2009) menuliskan bahwa *emotional intelligence* terdiri dari empat dimensi, yaitu *emotionality* (E), *self-control* (SC), *sociability* (S), dan *well-being* (WB). Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan ketiga subjek ditemukan terdapat beberapa permasalahan yang terjadi.

Individu yang memiliki harapan dapat menyesuaikan diri mereka ke dalam perguruan tinggi, individu tersebut cenderung untuk mengendalikan perilaku mereka agar mampu menyesuaikan diri dengan baik di perguruan tinggi. *Emotional intelligence* itu sendiri memengaruhi CA dilihat dari permasalahan *emotionality*, *self-control*, *sociability*, dan *well-being* individu, permasalahan yang dihadapi dari *emotionality* individu adalah tidak dapat mengekspresikan diri mereka pada saat merasa sedih ataupun tersinggung karena ucapan atau tingkah orang lain, akibat yang timbul ialah individu lebih menutup diri dari orang lain. Di sisi lain, permasalahan yang dihadapi individu dari *self-control* ialah tidak bisa mengendalikan diri mereka pada saat terjadi perbedaan pendapat dengan individu lain, akibat yang muncul, individu melakukan tindak kekerasan baik secara verbal maupun fisik. Adapun, permasalahan *sociability* individu, yang di mana individu tidak dapat membangun komunikasi selain dengan keluarga maupun teman dekat, akibat yang muncul berkurangnya pertukaran informasi dengan individu lain mengenai akademik dan non-akademik. Lain hal dalam *well-being* individu, di mana individu merasa puas dengan apa yang sudah dicapai, akibatnya individu kurang termotivasi untuk belajar atau memiliki pengetahuan secara lebih luas.

Hasil yang ditemukan berdasarkan wawancara dengan ketiga subjek, permasalahan dalam *emotionality* individu adalah individu menjadi lebih tertutup dengan lingkungan sekitarnya yang disebabkan sulitnya mengekspresikan diri, kemudian dari *self-control* munculnya perilaku *impulsive* yang di mana individu tidak memikirkan dampak dari kekerasan verbal maupun non-verbal yang dilakukan kepada orang lain, lalu dari *sociability* individu yang menimbulkan kurangnya informasi mengenai akademik dan non-akademik yang disebabkan dari sulitnya membangun komunikasi, dan pada *well-being* individu yang merasa puas dan percaya diri akan pencapaiannya, akan tetapi mengakibatkan berkurangnya motivasi dalam menggali pengetahuan lainnya. Selaras dengan penelitian milik Hasnah et al., (2018) kepada mahasiswa tingkat satu Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin menunjukkan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang menyebabkan mahasiswa memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Adapun berdasarkan penelitian Hasnah et al. (2018) ditemukan bahwa sebanyak 194 (58,3%) mahasiswa memiliki EI yang rendah, dan sebanyak 139 (41,7%) mahasiswa memiliki *emotional intelligence* yang tinggi.

*Emotional intelligence* yang baik dapat dikarakteristikan dengan empat dimensi tersebut, dimana individu cenderung mampu memahami, merasakan, mengekspresikan, dan mengkomunikasikan emosinya, mampu memahami emosi orang lain, mampu mengendalikan emosi dan perilaku, mampu mengatur stres dan tekanan (Petrides, 2009). Dituliskan lebih lanjut oleh Petrides (2009) bahwa individu dengan *emotional intelligence* yang tinggi mampu menjalin interaksi sosial dengan individu lain, memiliki keterampilan bersosialisasi yang baik, dan juga mampu memandang positif terhadap diri sendiri dan kehidupannya. Tekanan yang dihadapi oleh para mahasiswa tingkat satu pada tahun pertamanya di perguruan tinggi akibat berbagai tuntutan-tuntutan yang ada cenderung menyebabkan rasa kebingungan serta stres, dan *emotional intelligence* dapat membantu mereka merefleksikan emosi secara efektif dan bertindak atau merespon secara pantas terhadap situasi yang dihadapinya (Yeşilyaprak sebagaimana dikutip dalam Kaya et al., 2017).

*Emotional intelligence* yang baik bisa membantu mahasiswa agar dapat lebih memahami apa yang orang lain butuhkan, mampu memahami kelemahan dan

kelebihan lingkungan sekitar, sehingga mahasiswa mampu untuk memposisikan dirinya dan cenderung tidak mudah terpengaruh oleh tekanan yang ada (Yulianti et al., 2021). Widihapsari dan Susilawati (2018) menuliskan bahwa mahasiswa dengan EI yang baik cenderung mampu berkomunikasi dengan baik dan benar kepada mahasiswa lain maupun dosen, serta mampu mengendalikan emosi sendiri saat dihadapi dengan situasi yang menekan. *Emotional intelligence* yang tinggi ditemukan dapat membantu mahasiswa dalam mengatur, mengelola, dan mengendalikan stres serta emosi yang muncul karena tuntutan-tuntutan akademik yang dihadapi pada tahun pertama perkuliahan (Abdollahi et al. sebagaimana dikutip dalam Muhniah et al., 2019). Bhadouria (sebagaimana dikutip dalam Astatke, 2019) menemukan dalam penelitiannya bahwa *emotional intelligence* yang baik tidak hanya dapat membantu mahasiswa tingkat satu dalam keterampilan bersosialisasi dan meregulasi emosi, tetapi juga berkontribusi positif pada pencapaian akademik kedepannya. *Emotional intelligence* yang dimiliki seorang dapat membantu seseorang untuk mencapai suatu keberhasilan dalam penyesuaian diri (Manafe & Kristianingsih, 2023).

Menurut penjabaran yang telah dijelaskan di atas, dapat diketahui pula bahwa mahasiswa tingkat satu akan menghadapi banyak beban dan tuntutan akademik maupun non akademik pada tahun pertamanya di perguruan tinggi. Mahasiswa yang tidak mampu memahami, mengelola, dan mengendalikan emosinya pada situasi yang menekan di perguruan tinggi cenderung kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi, dimana hal ini dapat berdampak negatif pada kelancaran kehidupan mereka di tahun pertama perguruan tinggi. Di Indonesia masih cukup terbatas penelitian yang membahas mengenai pengaruh *emotional intelligence* terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu. Berdasarkan penelitian Pievsky dan McGrath (2018) yang membahas mengenai hubungan antara *personality disorder, emotional intelligence* dengan *college adjustment*, ditemukan hubungan yang positif antara *emotional intelligence* dengan *college adjustment*. Namun, penelitian tersebut belum membahas lebih lanjut terkait seberapa besar pengaruh *emotional intelligence* terhadap *college adjustment*. Mempertimbangkan fenomena yang ada mengenai *emotional intelligence* dan *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu,

dan terbatasnya penelitian yang mengeksplorasi *emotional intelligence* sebagai prediktor *college adjustment* di Indonesia, peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian lebih dalam tentang pengaruh EI terhadap CA pada mahasiswa tingkat satu.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Perumusan masalah dalam penelitian ini yakni “Apakah *emotional intelligence* memiliki pengaruh terhadap *college adjustment* pada mahasiswa tingkat satu?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri di perguruan tinggi pada mahasiswa tingkat satu

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian literatur pada bidang psikologi klinis dan psikologi pendidikan terkait *emotional intelligence* dan *college adjustment*

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Calon Mahasiswa/i**

Manfaat praktis pada penelitian ini diharapkan bisa menjadi informasi dan pembelajaran untuk calon mahasiswa dalam meningkatkan *emotional intelligence* agar mampu mempersiapkan diri pada saat melakukan penyesuaian diri di perguruan tinggi, sehingga penelitian ini dapat dijadikan sebagai bentuk persiapan dalam memasuki perguruan tinggi.

#### **2. Bagi Perguruan Tinggi**

Manfaat praktis dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan bagi perguruan tinggi atau Biro Kemahasiswaan untuk membuat sosialisasi mengenai *college adjustment* yang sering dialami oleh mahasiswa tingkat satu,

sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan pembekalan dan pembinaan untuk mahasiswa tingkat satu mengenai pentingnya *emotional intelligence* dalam membantu penyesuaian diri di perguruan tinggi.

