

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI

Muhammad Anwarul Kafi, Permata Ashfi Raihana, S.Psi. M.A
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Masa remaja merupakan tahapan perkembangan individu yang sangat krusial. Permasalahan santri dimana santri dituntut untuk dengan segera menyesuaikan diri dengan lingkungan. Santri disini yang dimaksud merupakan santri yang belajar dipesantren. Penyesuaian diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaaitu kondisi Fisik, pertumbuhan serta kematangan, kondisi psikologis, kondisi Area, tingkatan religiusitas serta kebudayaan. Tujuan penelitian ini untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri santri. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Subjek penelitian ini yaitu santri Pesantren Nurul Islam Tengran berumur 16-18 tahun yang berjumlah 101 responden. Teknik pengambilan sampel dengan *quota sampling*. Teknik analisis data dengan teknik analisis regresi ganda. Berdasarkan hasil analisis diperoleh Tidak ada hubungan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Berdasarkan rerata empirik kategori kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri tergolong sedang. Sumbangan efektif dari hasil analisis data dimana $R^2 = 0,293$ % dengan rincian sumbangan variabel kecerdasan emosi 29,3 % dan dukungan sosial 0,08 % sedangkan 70,62% dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata kunci: *Kecerdasan emosi, Dukungan sosial, Penyesuaian diri*

Abstract

Adolescence is a very crucial stage of individual development. Problems with students where students are required to quickly adapt to the environment. Santri here are meant to be students who study in Islamic boarding schools. A person's adjustment is influenced by several factors, namely physical conditions, growth and maturity, psychological conditions, area conditions, level of religiosity and culture. The purpose of this study was to examine the relationship between emotional intelligence and social support with students' self-adjustment. This study uses a quantitative research approach. The subjects of this study were Nurul Islam Tengran Islamic Boarding School students aged 16-18 years, totaling 101 respondents. Sampling technique with quota sampling. Data analysis technique with multiple regression analysis technique. Based on the results of the analysis obtained there is no relationship between emotional intelligence and social support with self-adjustment. Based on the empirical average, the categories of emotional intelligence and social support with self-adjustment are moderate. Effective contribution from the results of data analysis where $R^2 = 0.293\%$ with details of the contribution of the variable emotional intelligence 29.3% and social support 0.08% while 70.62% is influenced by other variables.

Keywords: Emotional intelligence, Social support, Adjustment

1. PENDAHULUAN

Kementerian Agama RI (Kemenag) hingga April 2022 telah mencatat, sebanyak 26.975 unit pondok pesantren tersebar diseluruh pelosok Indonesia. Seluruh pondok pesantren tersebut mendidik sebanyak 2,65 juta santri. Yang sebagian besar santri-santri tersebut masih remaja. Masa remaja yaitu masa sesudah masa kanak-kanak dan sebelum masa dewasa. Usia remaja mulai dari usia 12-21 tahun, usia 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan serta 18-21 tahun merupakan masa remaja akhir (Monks & dkk, 2014). Masa remaja merupakan tahapan perkembangan individu yang sangat krusial, mengingat dimana tahapan perkembangan pada remaja berada pada masa-masa potensial, baik itu ditinjau dari aspek kognitif, fisik maupun emosi, remaja menghadapi permasalahan dan tantangan hidup dengan tujuan untuk menemukan jati dirinya, apakah individu tersebut akan sukses atau gagal dalam proses penyesuaian diri mereka. Masa remaja berada pada tahapan umur di akhir pembentukan identitas ego positif yang dominan serta identitas menuju kedewasaan (Erikson, 2010). Ciri-ciri masa remaja, Yaitu : kegelisahan, pertentangan, ambisi besar, keinginan mencoba dan keinginan menjelajah. menjadikan beberapa remaja sedikit kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Tobias, 2002).

Permasalahan santri dimana santri dituntut untuk dengan segera menyesuaikan diri dengan lingkungan. Santri disini yang dimaksud merupakan santri yang belajar dipesantren. Santri yang tidak mampu menyesuaikan diri akan memilih untuk kabur dari pesantren. Dimana diperkuat dengan hasil studi sebelumnya oleh peneliti dengan melakukan sebuah wawancara dengan pengasuh pondok pesantren Darut Taqwa di mana ada beberapa santri yang berusaha untuk melarikan diri dari pondok karena alasan tidak betah karena berada di pondok (Nabila, N., & Laksmiwati, H. 2019).

Menurut Schneiders (1964), proses melakukan penyesuaian terhadap kebutuhan sendiri dikenal sebagai "penyesuaian diri" (adjustment), dan memerlukan kerja keras untuk menyelesaikan konflik, kebencian, dan masalah internal lainnya dengan tujuan mencapai keharmonisan dan kedamaian. antara lingkungan individu dan setiap kebutuhan internal yang mungkin ada.

Menurut Gerungan (2000), Penyesuaian Diri adalah suatu keadaan dimana seseorang menyesuaikan perilakunya sendiri sehingga selaras dengan dirinya secara sosial dan lingkungan. Fisik, psikososial, dan spiritualah lingkungan adalah beberapa

jenis lingkungan yang dipertimbangkan.

Menurut Kartono (2000), tujuan perjuangan individu untuk kesadaran diri adalah untuk mencapai keharmonisan dalam diri dan lingkungannya, mampu mengelola keberadaannya, dan memperoleh manfaat jasmaniah dan spiritualah. Selain itu, penyesuaian diri menandakan bahwa manusia mampu menciptakan hubungan yang menyatu dengan batasan sosial.

Daradjat (1996) Mendefinisikan penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamika untuk mengubah perilaku individu supaya terjalin hubungan yang harmonis dan selaras antara individu dengan lingkungannya. Penyesuaian diri mempunyai dua aspek, yaitu penyesuain diri pribadi dan penyesuaian sosial. Penyesuaian pribadi yaitu penyesuain diri individu individu terhadap dirinya sendiri dan kepercayaan pada diri sendiri, sedangkan penyesuaian sosial adalah proses penyesuaian diri yang terjadi dalam lingkungan sosial tempat dimana individu hidup dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Vembriarto (1993) menegaskan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang terjadi ketika seseorang memutuskan untuk menggunakan suatu perilaku tertentu sebagai sarana menanggapi tekanan internal dan eksternal orang tersebut. Kebutuhan internal yang berdasarkan dorongan atau yang berasal dari luar, seperti kebutuhan seksual, pangan, sosial, keluarga, dan emosional. Sumber daya eksternal adalah sumber daya yang berasal dari luar individu, seperti keadaan cuaca dan iklim, lingkungan, dan penduduk setempat. Penyesuai diri dilakukan dengan cara mengubah atau menahan dorongan hati, ataupun dengan mengubah dorongan atau tuntutan kondisi lingkungan.

Berdasarkan uraian pendapat dari tokoh tersebut diatas, penyesuaian diri dapat disimpulkan sebagai sebuah kemampuan pengeloaan mental dan perilaku individu dalam mencapai keharmonisan dan keselarasan terhadap diri sendiri serta terhadap lingkungan sekitar guna mencapai kepuasan dan kebahagiaan, baik itu dengan mengubah diri sendiri sesuai dengan lingkungan maupun mengubah lingkungan sesuai dengan dirinya.

Terdapat dua kemungkinan dari hasil proses penyesuaian diri yang dialami individu, yaitu berhasil dan gagal. Vembriarto (1993) menjelaskan empat karakteristik individu yang bisa berhasil melakukan penyesuaian diri, yaitu; a. Kepuasan psikis, b. Efisiensi kerja, c. Gejala-gejala fisik, d. Penerimaan social

Individu yang berhasil menyesuaikan diri akan diterima dengan baik dan menerima respon positif dari rekan dan lingkungan sekitarnya. Sedangkan yang gagal tidak akan diterima dengan baik serta mendapatkan respon atau perlakuan negative dari rekan dan lingkungan sekitar

Schneiders(1964) mengatakan jika penyesuaian diri disebut normal dicirikan dengan ciri; a. Tidak terdapat emosi berlebihan, b. Merespon permasalahan dengan metode yang normal, c. Tidak terdapat frustrasi personal, d. Pertimbangan rasional serta keahlian memusatkan diri, e. Keahlian belajar serta menggunakan pengalaman masa lalu, f. Perilaku realistik serta objektif

Perilaku ini bersumber dari belajar, pengalaman, pemikiran yang rasional, serta keahlian buat memperhitungkan suasana, permasalahan, ataupun keterbatasan individu cocok realitas yang sebetulnya.

Bersumber pada 4 ciri yang dikemukakan oleh Vembriarto (1993) serta dilengkapi dengan sebagian ciri dari Schneiders(1964), bisa disimpulkan kalau penyesuaian diri yang baik diisyarati oleh; a. Kepuasan psikis, b. Efisiensi kerja c. Tanda- tanda fisik, d. Penerimaan social e. Merespon permasalahan dengan metode yang normal, f. Keahlian belajar serta menggunakan pengalaman masa kemudian

Schneiders (1964) mengatakan kalau penyesuaian diri meliputi aspek selaku berikut; a. Pengakuan (*Recognition*), b. Partisipasi (*Participation*), c. Persetujuan Sosial (*Social Approval*), d. Altruisme (*Altruism*), e. Kesesuaian (*Conformity*)

Bagi Schneiders (1964) faktor- faktor yang bisa pengaruhi penyesuaian diri merupakan selaku berikut; 1. Kondisi Fisik, 2. Pertumbuhan serta Kematangan, 3. Kondisi Psikologis, 4. Kondisi Area, 5. Tingkatan Religiusitas serta Kebudayaan

Salah satu faktor penyesuaian diri yaitu pertumbuhan serta kematangan. Ada tiap sesi pertumbuhan seseorang orang hendak melaksanakan penyesuaian diri yang berbeda- beda bagi keadaan dikala itu, perihal tersebut disebabkan kematangan orang dalam segi intelektual, sosial, moral serta emosi yang pengaruhi gimana orang melaksanakan penyesuaian diri. Pertumbuhan serta kematangan yang diartikan mencakup kematangan intelektual, kematangan sosial, kematangan moral, serta emosional. (Schneiders, 1964)

Bagi Goleman(2002), Kecerdasan emosional merupakan keahlian seorang mengendalikan kehidupan emosinya dengan inteligensi(to manage our emotional life

with intelligence); melindungi keselarasan emosi serta pengungkapannya(the appropriateness of emotion and its expression) lewat keahlian pemahaman diri, pengenalan diri, motivasi diri, empati serta keahlian sosial. Dalam penelitian ini yang diartikan dengan kecerdasan emosional merupakan keahlian santri buat mengidentifikasi emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengidentifikasi emosi orang lain (empati) serta keahlian membina ikatan (kerjasama) dengan orang lain. Goleman (1995) mengemukakan kecerdasan emosi memiliki 5 aspek utama yaitu; 1. Mengenali emosi diri sendiri, 2. Mengelola emosi, 3. Memotivasi diri sendiri, 4. Mengenali emosi orang lain, 5. Membina hubungan.

Salah satu faktor penyesuaian diri yaitu kondisi area. Kondisi area yang damai, tentram, penuh penerimaan serta sokongan, dan sanggup berikan proteksi ialah area yang bisa memperlancar proses penyesuaian diri pada orang. Aspek area mencakup area keluarga, rumah, serta area belajar(sekolah).

Di dalam sepanjang jalan kehidupannya, manusia tidak dapat terhindar dari berinteraksi dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan ciri-ciri individu sebagai makhluk sosial yang tidak dapat jauh dan hidup tanpa individu lain. Manusia membutuhkan manusia lain untuk saling membantu serta memberikan dukungan sosial, terutama ketika sedang menghadapi masalah dan kesulitan.

Menurut Sarafino 2006 dalam (Juniastira 2018) dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan atau pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Dukungan sosial dapat berupa informasi, bantuan nyata, perasaan kedekatan dengan orang lain, pengakuan akan kemampuan yang dimiliki, serta perasaan bahwa ada orang lain yang bergantung padanya. Dukungan sosial ini bisa didapatkan dari keluarga, teman, serta lingkungan sekitarnya.

Menurut Gottlieb (dalam Smet, 1994), dukungan sosial meliputi saran atau informasi baik verbal maupun nonverbal, bantuan praktis, dan tindakan yang diperoleh melalui keintiman sosial atau diperoleh ketika orang lain hadir dan memiliki dampak positif emosional pada penerima serta perilaku. efek. Adanya informasi dari lingkungan sosial yang meningkatkan perasaan subjek bahwa ia menerima efek positif, afirmasi, dan bantuan itulah yang mendefinisikan dukungan sosial. Lebih lanjut Gottlieb mencatat (dalam Kuntjoro, 2002) bahwa menerima dukungan sosial membuat orang merasa tenang secara emosional karena mendapat perhatian dan bimbingan yang positif bagi

dirinya sendiri. Menurut Sarason (dalam Kuntjoro, 2002), dukungan sosial adalah ketersediaan, kesiapan, dan kepedulian individu-individu yang dapat diandalkan serta saling menghormati dan menghargai.

Ada empat aspek dukungan sosial menurut Sarafino & Smith (2011); a. Dukungan emosional (ekspresi empati dan perhatian), b. Ekspresi rasa hormat atau kekaguman, c. Bantuan instrumental, d. Informasi yang mendukung. Sarafino (1994) menjelaskan dukungan sosial dapat berasal dari orang-orang sekitar individu yang termasuk kalangan non-profesional (*signification others*) seperti : keluarga, teman dekat, atau rekan. Serta dukungan sosial tersebut di jelaskan dalam komponen dukungan sosial, yaitu : Dukungan emosional (*emotional support*), Dukungan penghargaan (*esteem support*), Dukungan instrumental (*instrumental support*), Dukungan informasi (*information support*), Dukungan jaringan sosial (*network support*.)

Sedangkan Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu menurut Stanley, 1992 dalam (Handayani, 2018) sebagai berikut; a. Kebutuhan fisik, b. Kebutuhan sosial, c. Kebutuhan psikis

Aspek dukungan sosial menurut House dalam (Fadhilah, 2016) ada 4 aspek dalam dukungan sosial yaitu; a. Dukungan emosional, b. Dukungan penghargaan, c. Dukungan instrumental, d. Dukungan informatif

Dalam menjalani hidup sehari-hari di pondok pesantren setiap santri pasti memiliki tekanan serta kesulitannya masing-masing. Tekanan dan kesulitan tersebut memiliki banyak sumber baik internal maupun eksternal. Maka dari itu untuk mengatasi permasalahan tersebut pasti dibutuhkan penyesuaian diri supaya dapat mengatasi masalah tersebut.

Berdasarkan beberapa fenomena yang telah diuraikan di atas maka peneliti tertarik untuk menganalisis apakah kecerdasan emosional dan dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri santri. Dengan mengambil judul hubungan antara kecerdasan emosional dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri santri. Alasan peneliti mengambil judul tersebut karena rendahnya kecerdasan emosional dan kurangnya dukungan sosial pada santri.

Peneliti berharap penelitian ini dapat mengungkapkan hubungan kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri.

2. METODE

Penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Variabel yang diteliti penyesuaian diri, kecerdasan emosi dan dukungan sosial. Populasinya adalah Santri berumur 16 tahun – 18 tahun yang tinggal dipondok pesantren. Teknik pengambilan sampel dengan *quota sampling*, dan total sampel yang digunakan adalah 101 santri laki-laki maupun perempuan. Alat pengumpulan data dengan kuesioner dengan model skala likert. Untuk uji keakuratan instrumen dengan uji validitas dan reliabilitas. Teknik analisis data yang digunakan dengan teknik korelasi product moment.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Analisis

Tabel 1. Kategorisasi Penyesuaian Diri

Skor	Kriteria	Frekuensi	RE	RH	Presentase
$40 \leq X < 64$	Rendah	3			3%
$64 \leq X < 88$	Sedang	98			97%
Jumlah		101			100%

Berdasarkan perhitungan statistik, variabel penyesuaian diri pada penelitian ini menunjukkan hasil rerata empirik (RE) sebesar 52,42 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 100 selanjutnya dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu rendah, sedang. Secara keseluruhan terdapat 3 atau 3% santri yang penyesuaian diri tergolong rendah, 98 atau 97% santri yang penyesuaian diri tergolong sedang. Berdasarkan kategorisasi penyesuaian diri pada remaja termasuk dalam kategori sedang.

Tabel 2. Kategorisasi Kecerdasan Emosi

Skor	Kriteria	Frekuensi	RE	RH	Presentase
$35 \leq X < 56$	Sedang	86			85%
$56 \leq X < 77$	Tinggi	15			15%
Jumlah		101			100%

Berdasarkan perhitungan statistik, variabel kecerdasan emosi pada penelitian ini menunjukkan hasil rerata empirik (RE) sebesar 85,85 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 224 selanjutnya dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu sedang dan tinggi. Secara keseluruhan terdapat 86 atau 85% kecerdasan emosi pada santri tergolong sedang, atau 15 atau 15% kecerdasan emosi pada santri tergolong tinggi. Berdasarkan kategorisasi kecerdasan emosi pada santri tergolong dalam kategori sedang.

Tabel 3. Kategorisasi Dukungan Sosial

Skor	Kriteria	Frekuensi	RE	RH	Presentase
------	----------	-----------	----	----	------------

$59,4 \leq X < 75,6$	Sedang	80	79%
$75,6 \leq X < 91,8$	Tinggi	21	21%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan perhitungan statistik, variabel dukungan sosial pada penelitian ini menunjukkan hasil rerata empirik (RE) sebesar 85,54 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 196 selanjutnya dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu sangat sedang dan tinggi. Secara keseluruhan terdapat 80 atau 79% santri yang konformitasnya tergolong sedang dan 21 atau 21% santri yang konformitasnya tergolong tinggi. Berdasarkan kategorisasi dukungan sosial pada santri dalam kategori sedang. Berikut ini merupakan rangkuman dari uji hipotesis, sumbangan efektif dan kategorisasi.

Tabel 3. Uji Hipotesis Non Parametrik

Variabel	Hasil	Keterangan
Kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri	Signifikansi 0,030 < 0,05 R= 0,187	Ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri
Dukungan sosial dengan penyesuaian diri	Signifikansi 0,080 0,05 R=0,141	Tidak ada hubungan antara Dukungan sosial dengan penyesuaian diri
Kecerdasan emosi dan Dukungan sosial dengan penyesuaian diri	Signifikansi 0,154 0,05 R= 0,037	Tidak ada hubungan antara Kecerdasan emosi dan Dukungan sosial dengan penyesuaian diri

Tabel 4. Uji Sumbangan Efektif

Variabel	Hasil	Keterangan
Kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan penyesuaian diri	R ² = 0,037 % SE: 29,38 % SE (KE): 29,3 % SE (DS): 0,08 %	Terdapat 70,6 % variabel lain yang mempengaruhi variabel tergantung penyesuaian diri

Tabel 5. Kategorisasi

Variabel	Hasil	Keterangan
Kecerdasan Emosi	RH = 224 RE = 85,85	Tergolong sedang
Dukungan Sosial	RH = 196 RE = 85,54	Tergolong sedang
Penyesuaian Diri	RH = 100 RE = 52,42	Tergolong sedang

3.2 Pembahasan

Dari data yang diperoleh ditemukan hasil yang tidak signifikan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada santri yang dapat dilihat dari nilai Sig sebesar 0,154 ($p > 0,05$). Hasil penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri yang dapat dilihat dari nilai korelasi (r) = 0,187 dimana Sig. (*1-tailed*) sebesar 0,030 ($p < 0,05$). Dapat diketahui bahwa hipotesis terbukti, sehingga ada korelasi antara kecerdasan emosi dan penyesuaian diri. Menurut Schneiders (1964) Salah satu faktor penyesuaian diri yaitu pertumbuhan serta kematangan. Ada tiap sesi pertumbuhan seseorang orang hendak melaksanakan penyesuaian diri yang berbeda- beda bagi keadaan dikala itu, perihal tersebut disebabkan kematangan orang dalam segi intelektual, sosial, moral serta emosi

yang pengaruhi gimana orang melaksanakan penyesuaian diri. Pertumbuhan serta kematangan yang diartikan mencakup kematangan intelektual, kematangan sosial, kematangan moral, serta emosional. Sehingga kecerdasan emosi mempengaruhi penyesuaian diri pada santri. Schneiders (1964) juga mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang bisa mempengaruhi penyesuaian diri merupakan selaku berikut; 1. Kondisi Fisik, 2. Pertumbuhan serta Kematangan, 3. Kondisi Psikologis, 4. Kondisi Area, 5. Tingkatan Religiusitas serta Kebudayaan. Maka penelitian ini mendukung hipotesis H0 yaitu kecerdasan emosi berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri.

Hasil penelitian ini yaitu tidak terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuain diri yang dapat dilihat dari nilai korelasi ($r = 0,141$ dimana Sig. (*1-tailed*) sebesar $0,080$ ($p > 0,05$). Dapat diketahui bahwa hipotesis tidak terbukti, sehingga tidak terdapat korelasi antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Menurut Stanley (1992) dalam Handayani (2018) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah kebutuhan fisik, kebutuhan sosial dan kebutuhan psikis. Sehingga dukungan sosial bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri. Didukung juga pernyataan dari Vembriarto (1993) serta dilengkapi dengan sebagian ciri dari Schneiders(1964), menyatakan bahwa penyesuaian diri yang baik diisyarati oleh kepuasan psikis, efisiensi kerja, tanda- tanda fisik, penerimaan social, merespon permasalahan dengan metode yang normal, keahlian belajar serta menggunakan pengalaman masa kemudian. Maka penelitian ini tidak mendukung hipotesis H1 yaitu dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri.

Hal tersebut juga sesuai dengan hasil penelitian peneliti yaitu kategori variabel kecerdasan emosi, dapat diketahui bahwa hasil rerata hipotetik (RH) sebesar 224 dan rerata empirik (RE) sebesar 85,85 berdasarkan kategori kecerdasan emosi dapat diketahui bahwa terdapat 86% santri dengan kecerdasan emosi yang sedang, 15% santri dengan kecerdasan emosi yang tinggi. Dari keseluruhan tersebut jumlah terbanyak ada di kategori tinggi yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosi tergolong sedang. Schneiders (1964) juga mengungkapkan bahwa faktor- faktor yang bisa mempengaruhi penyesuaian diri merupakan selaku berikut; 1. Kondisi Fisik, 2. Pertumbuhan serta Kematangan, 3. Kondisi Psikologis, 4. Kondisi Area, 5. Tingkatan Religiusitas serta Kebudayaan.

Vembriarto (1993) menyebutkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses yang terjadi ketika seseorang memutuskan untuk menggunakan suatu perilaku tertentu sebagai sarana menanggapi tekanan internal dan eksternal orang tersebut. Kebutuhan internal yang berdasarkan dorongan atau yang berasal dari luar, seperti kebutuhan seksual, pangan, sosial, keluarga, dan emosional. Sumber daya eksternal adalah sumber daya yang berasal dari luar individu, seperti keadaan cuaca dan iklim, lingkungan, dan penduduk setempat. Penyesuaian diri dilakukan dengan cara mengubah atau menahan dorongan hati, ataupun dengan mengubah dorongan atau tuntutan kondisi lingkungan. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian peneliti yaitu kategori variabel dukungan sosial, dapat diketahui bahwa hasil rerata hipotetik (RH) sebesar 196 dan rerata empirik (RE) sebesar 85,54 berdasarkan kategori dukungan sosial dapat diketahui bahwa terdapat 79% santri dengan dukungan sosial sedang, 21% santri dengan dukungan sosial tinggi.

Hasil dari variabel penyesuaian diri dapat diketahui bahwa hasil rerata hipotetik (RH) sebesar 100 dan rerata empirik (RE) sebesar 52,42, berdasarkan kategori penyesuaian diri dapat diketahui bahwa terdapat 3% santri mempunyai penyesuaian diri rendah dan , 98% santri penyesuaian diri santri tergolong sedang. Dari keseluruhan tersebut jumlah terbanyak ada di kategori sedang yang menunjukkan bahwa penyesuaian diri santri sedang. Sumbangan efektif untuk hubungan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada santri di Pesantren Nurul Islam Tengeran dapat dilihat dari rincian sumbangan variabel kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri sebesar 29,3 % dan sumbangan dari variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri sebesar 0,08 %. Hal ini membuktikan bahwa kedua variable saling berkorelasi dalam menentukan penyesuaian diri pada santri di Pesantren Nurul Islam Tengeran. Meskipun saling berkorelasi tentunya masih terdapat faktor – faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri pada santri dengan sumbangan variabel sebesar 70,62 %.

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan

penyesuaian diri. Namun tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri. Dari hasil penelitian membuktikan kategori untuk variabel kecerdasan emosi dengan kategori sedang, lalu variabel dukungan sosial dalam kategori sedang dan untuk penyesuaian diri termasuk kategori sedang. Hasil analisis data juga membuktikan bahwa kecerdasan emosi lebih berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri Pesantren Nurul Islam Tenganan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa besarnya hubungan kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri dengan rincian sumbangan variabel kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri sebesar 29,3 % dan sumbangan dari variabel dukungan sosial dengan penyesuaian diri sebesar 0,08%.

4.2 Saran

Adapun saran bagi peneliti selanjutnya berdasarkan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagi subyek diharapkan bagi santri dapat meningkatkan penyesuaian diri dilingkungan pesantren dengan baik. Dengan cara meningkatkan kecerdasan emosi dan dukungan sosial. Memperbaiki hubungan dengan keluarga, guru dan teman.
- 2) Bagi peneliti selanjutnya Peneliti lain yang tertarik untuk melanjutkan penelitian diharapkan dapat melihat faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri seperti religiusitas dan juga faktor psikologis sehingga hasilnya lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Daradjat, Z. (1996). Kesehatan Mental. Jakarta: PT. Gunung Agung.
- Daradjat, Zakiyah. 1995. *Remaja Harapan dan Tantangan*. Jakarta: Ruhama.
- Elias, Maurice J. Tobias, Steven S. and Friedlander, Brian. 1999. *Emotional Intelligent Parenting; How to Raise a Self-Disciplined, Responsible, Socially Skilled Child*. M. Jaharul Fuad (Terj). 2002. Bandung: Kaifa.
- Erikson, E. H. (2010). *Childhood and society*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Gerungan, W.A. (2000). Psikologi Sosial. Bandung: Refika Aditama.
- Handayani, N. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Optimism yang Dimiliki Oleh ODHA. *Journal of Materials Processing Technology*, 1(1), 1-8. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001>
- Jaya, I. M. L. M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Quadrant.
- Juniastira, S. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kualitas Hidup Pada Pasien Stroke.
- Kartono, K. (2000). *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju.
- Kuntjoro, Z.K. (2002, Agustus 16). Dukungan Sosial Pada Lansia. Diambil 29 Maret 2006 dari <http://www.e-psikologi.com>
- Monks, F., & dkk. (2014). Psikologi perkembangan. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nabila, N., & Laksmiwati, H. (2019). Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri pada santri remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3).
- Papalia, Diane, E., & dkk. (2009). *Human development perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons, Inc
- Sarwono. (2002). Psikologi remaja. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Scheiders. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Singgih, D. G. (2007). Psikologi remaja. Jakarta: Gunung Mulia.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Susanti, R., Wahyuni, S., & Yulianti, A. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Statistik*.
- Vembriarto, S. (1993). *Sosiologi Pendidikan*. Yogyakarta: Grasindo.
- Yulisetyaningrum, Y., Masithoh, A. R., & Alfijannah, I. Z. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan kemampuan sosialisasi anak autisme di Yayasan Pondok Pesantren ABK Al-Achsaniiyyah Kudus tahun 2017. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 9(1), 44-50.