

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penyesuaian Diri

2.1.1 Pengertian Penyesuaian Diri

Manusia dalam kehidupannya selalu berhubungan dengan orang lain. Dalam hal ini diperlukan kemampuan penyesuaian diri terhadap orang lain bahkan lingkungannya. Kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri merupakan salah satu ciri kepribadian seseorang. Sehingga Peter Salim (Muna N. R, 2006) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai kemampuan seseorang untuk harmonis baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya.

Stein dan Book (dalam Muna N. R, 2008) penyesuaian diri berkaitan dengan kemampuan untuk bersikap lentur dan realistis, dan untuk memecahkan aneka masalah yang muncul. Karenanya dituntut sikap fleksibel, yaitu kemampuan untuk menyesuaikan perasaan, pikiran, dan tindakan kita dengan keadaan yang berubah-ubah. Dalam pengertian luas, mampu menyesuaikan emosi, pikiran, dan perilaku dengan perubahan situasi dan kondisi.

Menurut Kartini Kartono (1990) mengartikan penyesuaian diri sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan lingkungannya. Sehingga rasa permusuhan, konflik-konflik internal, dengki, iri hati, depresi, kemarahan dan lain-lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dihindari.

Adapun menurut Zakiyah Darajat (1997) penyesuaian diri adalah suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungan. Berdasarkan pengertian ini penyesuaian diri adalah kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara orang dan lingkungannya.

Menurut Arkhoff (Muna N. R, 2008) penyesuaian diri adalah interaksi antara diri dengan lingkungannya. Interaksi yang dimaksud adalah berhubungan timbal balik yang saling menguntungkan dan lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di luar diri individu.

Lingkup penyesuaian diri mencakup berbagai aspek yang mengarah pada ciri pokok dari kepribadian yang sehat mentalnya yang dapat diuraikan sebagai berikut :

a. Penyesuaian diri berarti adaptasi

Dalam pengertian yang lebih luas berarti kemampuan untuk dapat mempertahankan eksistensi atau bisa *survive* dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniyah. Juga dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan sosial.

b. Penyesuaian diri sebagai *konformitas*

Konform atau cocok, sesuai dengan norma-norma hati nurani sendiri dan norma-norma sosial dalam kehidupan bermasyarakat. Kehidupan manusia selalu dihadapkan pada tuntutan untuk mengadakan *konformitas* dengan norma-norma etis yang menjadi standar atau hukum. Dengan sikap *konformitas* dalam artian yang positif, manusia bisa mendapatkan ketenangan hati, kedamaian dalam hidup

bermasyarakat, dan kesejahteraan lahir-batin.

c. Penyesuaian diri sebagai *hygiene* fisik

Penyesuaian diri diartikan sebagai *hygiene* fisik dilakukan dengan cara cukup beristirahat dan tidur guna meredusir segala kecapaian dan gangguan batin. Membiasakan diri hidup teratur dengan kebiasaan-kebiasaan yang baik.

d. Penyesuaian diri diartikan sebagai penguasaan dan kecerdasan emosional

Setiap pribadi memiliki cukup emosi dan sentimen yang *adekuat*, selalu merasa segar, sesuai dan cocok. Ada rasa kasih sayang, simpati, *altruisme* dan kesediaan untuk menolong. Tanpa diganggu oleh rasa-rasa tidak berharga, permusuhan yang bisa merugikan pengembangan kepribadian sendiri.

Penyesuaian dalam pengertian kecerdasan emosional ialah mampu bersikap positif, dan memiliki respons emosional yang tepat pada setiap situasi. Dalam pengertian negatif dapat menghindari respons-respons yang tidak efektif. Anak-anak kecil pada umumnya selalu mereaksi dengan jeritan-jeritan dan tangis, berteriak-teriak, membanting-banting kaki dan melakukan reaksi frustrasi yang negatif lainnya, karena jiwanya belum stabil dalam menanggapi situasi lingkungan.

e. Penyesuaian terhadap keluarga

Yaitu mempunyai relasi yang sehat dengan segenap anggota keluarga. Pada anak-anak dan orang muda ada kesediaan menerima otoritas orang tua, disertai menerima larangan-larangan, aturan-aturan dan disiplin-disiplin tertentu yang ditegakkan di tengah lingkungan keluarga. Sedangkan orang tua

melaksanakan tugas-tugas merawat, melindungi dan mendidik anak keturunannya dengan rasa tanggung jawab penuh.

f. Penyesuaian diri terhadap sekolah/kampus

Kehidupan dalam sekolah/kampus merupakan satu bagian kecil dari realitas. Oleh karena itu hilangnya *interse* pada mata pelajaran/mata kuliah, kebiasaan suka membolos, relasi emosional yang negatif dengan guru/dosen, suka memberontak terhadap aturan dan disiplin sekolah/kampus, menentang otoritas pendidik, semua ini adalah bentuk *maladjustment* yang perlu di jauhi.

g. Penyesuaian sebagai sosial *adjustment*

Yaitu ada kesanggupan untuk mereaksi secara efektif dan harmonis terhadap realitas sosial dan situasi sosial, dan bisa mengadakan relasi sosial dan situasi sosial, dan bisa mengadakan relasi sosial yang sehat bisa menghargai pribadi lain, dan menghargai hak-hak sendiri di dalam masyarakat. Bisa bergaul dengan orang lain dengan jalan membina persahabatan yang kekal. Sebab sikap keras kepala, ingin menang sendiri, tidak ramah, dan *autisme* adalah penyesuaian diri yang kaku dan negatif dan bisa menimbulkan banyak kesulitan.

Sikap bersimpatik terhadap orang lain dan kesejahteraan orang lain adalah salah satu bentuk penyesuaian diri. Jika semua ini sudah bisa menjadi bagian integral dari pribadi seseorang, akan memberikan stabilitas emosional dan kesehatan mental, serta kestabilan karakternya.

h. Penyesuaian sebagai penyesuaian kultural

Penyesuaian diri juga dapat diartikan menghargai nilai, hukum, adat kebiasaan, tradisi, norma-norma sosial, dan kebiasaan masyarakat. Penyesuaian

diri bukan berarti tingkah laku tanpa prinsip, akan tetapi tingkah laku yang *konform* dan bisa mengadakan integrasi dengan norma-norma sosial. Sebab hukum, norma dan adat kebiasaan merupakan standardisasi dari kebenaran dan kebaikan yang asasi. Maka penentangan secara terus menerus terhadapnya segala ketentuan sosial tadi jelas merupakan bentuk penyimpangan dan *maladjustment*.

i. Penyesuaian terhadap nilai-nilai moral dan religius.

Nilai-nilai moral yaitu segala nilai yang bersangkutan dengan ajaran kesopanan dan kesusilaan merupakan aspek yang amat penting dari realitas hidup, dan moralitas adalah bagian *esensial* dari sifat kemanusiaan. Oleh karena itu moralitas dapat diinterpretasikan sebagai bentuk penyesuaian secara susila. Penyesuaian dalam nilai religius menyadarkan manusia akan hakikat dirinya, dan hakikat reaksinya dengan Tuhan. Kepercayaan terhadap satu Tuhan memberikan kepada manusia kekuatan, keteguhan hati, ketenangan, kebahagiaan, tanpa ada pertentangan serius dengan hati nurani sendiri.

2.1.2 Pola Penyesuaian Diri Yang Normal

Seseorang dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri yang normal, yang baik (*well adjustment*) apabila dia mampu memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalahnya secara wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya, serta sesuai dengan norma agama.

Penyesuaian yang normal ini memiliki karakteristik sebagai berikut (Muna N. R, 2008) :

1. *Absence of excessive emotionality*, yaitu terhindar dari ekspresi emosi yang berlebih-lebihan, merugikan, atau kurang mampu mengontrol diri.
2. *Absence of psychological mechanism*, yaitu terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis, seperti *rasionalisasi*, *agresi*, *kompensasi*, dan sebagainya.
3. *Absence of the sense of personal frustration*, yaitu terhindar dari perasaan frustrasi atau perasaan kecewa karena tidak terpenuhi kebutuhannya.
4. *Rational deliberation and self direction*, yaitu memiliki pertimbangan dan pengarahan diri yang *rasional*, yaitu mampu memecahkan masalah berdasarkan alternatif-alternatif yang telah dipertimbangkan secara matang dan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil.
5. *Ability to learn*, yaitu mampu belajar, mampu mengembangkan kualitas dirinya, khususnya yang berkaitan dengan upaya untuk memenuhi kebutuhan atau mengatasi masalah sehari-hari.
6. *Utilization of past experience*, yaitu mampu memanfaatkan pengalaman masa lalu, baik yang terkait dengan keberhasilan maupun kegagalan untuk mengembangkan kualitas hidup yang lebih baik.
7. *Realistic, objective attitude*, yaitu bersikap objektif dan realistik mampu menerima kenyataan hidup yang dihadapi secara wajar, mampu menghindari, merespon situasi atau masalah secara rasional, tidak didasari oleh prasangka buruk atau negatif.

2.1.3 Faktor-faktor dalam Penyesuaian Diri

Banyak faktor lain yang mempunyai pengaruh besar dalam menciptakan penyesuaian diri pada individu. Diantaranya yang merupakan faktor-faktor terpenting adalah berikut ini Fahmi (Muna N. R, 2008) :

a. Pemuasan kebutuhan pokok dan kebutuhan pribadi

Kebutuhan pokok disini adalah kebutuhan jasmani atau fisik, seperti kebutuhan makan, minum, membuang kotoran, dan beristirahat. Pemuasan kebutuhan ini termasuk hal yang mutlak perlu, karena tanpa pemuasan, individu akan binasa.

Adapun kebutuhan pribadi adalah kebutuhan yang sering disebut kebutuhan psiko-sosial. Maka pemuasannya merupakan faktor yang terpenting dalam proses penyesuaian diri. Diantara kebutuhan psiko-sosial adalah rasa kasih sayang, rasa aman, dan kebebasan. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka akan terjadi ketegangan yang akan mendorongnya untuk berusaha memenuhinya.

b. Hendaknya ada kebiasaan-kebiasaan dan keterampilan yang dapat membantu dalam pemenuhan kebutuhan yang mendesak

Tidak diragukan lagi bahwa kecakapan dan kebiasaan-kebiasaan itu terbentuk pada tahap-tahap pertama dari kehidupan individu. Oleh karena itu, dapat kita katakan bahwa penyesuaian diri itu sebenarnya adalah hasil dari semua pengalaman dan percobaan yang dilalui oleh individu, yang mempengaruhi cara mempelajari berbagai jalan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dan bergaul dengan orang lain dalam kehidupan sosial.

c. Hendaknya dapat menerima dirinya

Pandangan orang terhadap dirinya merupakan faktor penting, yang mempengaruhi kelakuannya. Apabila pandangan tersebut baik, penuh dengan kelegaan, hal itu akan mendorongnya untuk bekerja dan menyesuaikan diri dengan anggota masyarakat dan akan membawanya pada kesuksesan yang sesuai dengan kemampuannya tanpa berusaha untuk bekerja di bidang yang tidak memungkinkannya untuk mencapai sukses karena kemampuannya yang tidak mengizinkan.

Orang yang tidak menerima dirinya akan berhadapan dengan keadaan frustrasi yang menjadikannya merasa tidak berdaya dan gagal, sehingga tingkat penyesuaian sosialnya buruk. Hal itu akan mendorongnya pada sikap menyendiri atau bermusuhan ; menarik perhatian orang lain dan menghapus pandangan yang ada dalam pikiran mereka tentang dirinya.

d. Kelincahan

Yang dimaksud kelincahan disini ialah agar orang bereaksi terhadap perangsang-perangsang baru dengan cara yang serasi. Orang yang kaku, tidak lincah tidak dapat menerima perubahan yang terjadi atas dirinya. Oleh karena itu, penyesuaian dirinya terganggu dan hubungannya dengan orang lain goncang, apabila ia pindah ke lingkungan baru yang cara hidupnya berbeda dengan cara yang telah biasa dialaminya.

Bagi orang yang lincah, ia akan bereaksi terhadap lingkungan baru dengan cara yang serasi, yang menjamin penyesuaian dirinya dengan lingkungan itu. Ini berarti bahwa penyesuaian diri menjadi lebih mudah apabila orang itu lincah, dan

sebaliknya semakin kurang kelincahan seseorang semakin kurang kemampuannya untuk menyesuaikan diri dengan suasana dan lingkungan yang baru.

e. Penyesuaian dan persesuaian

Ada orang yang beranggapan bahwa penyesuaian diri adalah semacam penyerahan, atas dasar bahwa menyerah mempunyai ciri menghindari ketegangan dan menjauhkannya. Sesungguhnya menyerah dianggap semacam penyesuaian dalam bentuk penyerahan terhadap lingkungan, terutama lingkungan kebudayaan dan sosial. Menyerah atau persesuaian itu menuntut tunduknya individu terhadap suasana dan keadaan di tempat ia hidup, disamping itu dituntut pula perubahan sikap dan perasaannya.

Orang yang gagal dalam menyesuaikan terhadap peraturan, dianggap gagal pula dalam memberikan saham kepada pekerjaan-pekerjaan yang dibutuhkan masyarakat. Sebagai kesimpulannya, orang yang menghubungkan kesehatan jiwa dengan menyerah diri memandang perlu menyerah kepada kelompok dan menyesuaikan diri terhadap tujuan-tujuannya sehingga ia dapat hidup dalam kehidupan sosial yang serasi.

2.1.4 Penyesuaian Diri dengan Lingkungan Kampus

Seorang mahasiswa di lingkungan kampus dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Karena setiap Perguruan Tinggi memiliki sistem yang didukung oleh banyak pihak, seperti : Rektor Perguruan Tinggi, para Dosen, para ahli kurikulum, tenaga Administrasi Pendidikan, dan mahasiswa-mahasiswa lain.

Penyesuaian diri di lingkungan kampus menurut Arkhof (Muna N. R, 2008) adalah suatu proses penyesuaian individu atau peserta didik terhadap prestasi-prestasi akademiknya. Dalam pandangannya individu yang dianggap mampu menyesuaikan diri adalah yang mampu meraih prestasi akademik yang tinggi, dan individu yang malas adalah mereka yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus/sekolahnya.

Penyesuaian diri dengan lingkungan kampus juga dapat diartikan dengan suatu proses hubungan interpersonal antara mahasiswa dengan mahasiswa, dan mahasiswa dengan para dosen. Dari pengertian ini didapat pengertian bahwa mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri adalah mereka yang mampu menjalin hubungan baik dengan teman sebayanya, dan mampu menjalin hubungan baik dengan dosen.

Berdasarkan definisi dan pengertian diatas, maka penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah menurut peneliti adalah siswa-siswa yang memiliki prestasi yang tinggi yang dapat menjalin hubungan baik dengan teman sebayanya, dan mampu menjalin hubungan baik dengan dosen-dosennya.

Menurut Arkhof (Muna N. R, 2008) mengelompokkan penyesuaian diri dengan lingkungan kampus kedalam beberapa kelompok, yaitu :

a) Penyesuaian diri dengan teman sebaya

Seorang mahasiswa di lingkungan teman sebayanya dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik. Penyesuaian diri dengan teman sebayanya meliputi: kemampuan menjalin hubungan baik, bergaul dengan baik, menghormati

teman, mau menghargai pendapat teman, tidak bertindak agresif yang melukai perasaan atau fisik orang lain.

b) Penyesuaian diri dengan dosen

Dosen adalah orang tua kedua di lingkungan kampus bagi para mahasiswa. Mereka memberikan naungan, bimbingan, dan perlindungan. Oleh karenanya sebagai seorang mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan posisinya itu. Mahasiswa dituntut untuk dapat menghormati guru, menjalin hubungan baik, melaksanakan perintahnya, dan kritis. Mahasiswa yang tidak dapat menghormati, tidak mau melaksanakan tugas dosen, dan tidak kritis terhadap pembicaraan dosen adalah mahasiswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan kampus.

c) Penyesuaian diri dengan tugas-tugas akademik

Tugas-tugas akademik seperti mentaati aturan kampus, mengikuti kegiatan perkuliahan, mengerjakan tugas-tugas, dan menjaga nama baik kampus harus ditaati dan dilaksanakan dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab. Siswa dalam hal ini dituntut untuk dapat melaksanakan seluruh tugas-tugas ini dengan penuh kesadaran, ketaatan, dan rasa tanggung jawab. Mahasiswa yang tidak dapat melaksanakan tugas-tugas tersebut adalah mahasiswa yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

2.2 Konsep Diri

2.2.1 Pengertian Konsep Diri

Dalam kamus psikologi J.P. Chaplin (2005) menyebutkan konsep diri sebagai evaluasi individu mengenai diri sendiri, penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan.

Menurut William H. Fitts (Agustiani, 2006) konsep diri secara *fenomenologis* dan mengatakan bahwa ketika individu mempersepsikan dirinya, bereaksi terhadap dirinya, memberikan arti dan penilaian, serta membentuk abstraksi tentang dirinya berarti individu menunjukkan suatu kesadaran diri (*self awareness*) dan kemampuan untuk keluar dari dirinya sendiri untuk melihat dirinya seperti yang individu lakukan terhadap dunia diluar dirinya. Diri secara keseluruhan (*total self*) seperti yang dialami individu disebut juga fenomenal. Diri fenomenal ini adalah diri yang diamati, dialami dan dinilai oleh individu sendiri yaitu diri yang ia sadari.

Konsep diri adalah sebagai gambaran mental individu yang terdiri dari pengetahuan tentang dirinya sendiri, pengharapan bagi diri sendiri, penilaian terhadap diri sendiri (Manik dkk, 2007)

Menurut Manik dkk (2007) dalam perkembangan konsep diri terbagi dua jenis konsep diri yaitu :

a. Konsep diri positif

Penerimaan diri bukan sebagai suatu kebanggaan yang besar tentang dirinya, dapat menerima dan memahami sejumlah fakta yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri, evaluasi tentang dirinya sendiri menjadi positif dan dapat

menerima keberadaan orang lain. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif akan merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas yaitu tujuan yang memiliki kemungkinan besar untuk dapat dicapai, mampu menghadapi kehidupan didepan serta menganggap bahwa hidup adalah suatu proses penerimaan.

a. Konsep diri negatif

Konsep diri negatif ada 2 type yaitu :

1. Pandangan individu tentang dirinya sendiri, benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri. Individu tersebut benar-benar tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahan atau yang dihargai dalam kehidupannya.
2. Pandangan tentang dirinya sendiri terlalu stabil dan teratur. Hal ini bisa terjadi karena individu di didik dengan cara yang terus menerus sehingga menciptakan pandangan yang kaku, adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.

Diri atau *self* menurut Suryabrata S (Farkhaeni, 2011) dalam psikologi mempunyai dua arti yaitu :

1. Sikap dan perasaan seseorang terhadap dirinya
2. Suatu keseluruhan proses psikologis yang menguasai tingkah laku dan penyesuaian diri.

Konsep diri muncul dari pengamatan atas diri sendiri hingga mendapat gambaran dan penilaian diri. Semakin berkembang seseorang, semakin lebih mampu dia mengatasi lingkungannya. Namun, sementara seseorang mengetahui

lingkungannya ia pun mengetahui siapa dirinya, dan ia pun mengembangkan sikap terhadap dirinya sendiri dan perilakunya.

Dari pengertian-pengertian di atas maka konsep diri dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah persepsi dan penilaian individu atas dirinya sendiri secara menyeluruh baik fisik, psikologis maupun sosial.

2.2.2 Aspek –Aspek Konsep Diri

Menurut Tjah Ayoe (2012) aspek-aspek konsep diri dibagi menjadi dua bagian yang diambil dari Fitts (1971), yaitu:

1. Aspek *Internal*, terdiri atas tiga bagian :
 - a. Diri identitas, yaitu label atau simbol yang dikenakan oleh seseorang untuk menjelaskan dirinya dan membentuk identitasnya. Label- label ini akan terus bertambah seiring dengan bertumbuh dan meluasnya kemampuan seseorang dalam segala bidang.
 - b. Diri pelaku, yaitu adanya keinginan pada diri seseorang untuk melakukan sesuatu sesuai dengan dorongan rangsang internal maupun eksternal. Konsekuensi perilaku tersebut akan berdampak pada lanjut tidaknya perilaku tersebut, sekaligus akan menentukan apakah suatu perilaku akan diabstraksikan, disimbolisasikan, dan digabungkan dalam diri identitas.
 - c. Diri penilai, yang lebih berfungsi sebagai pengamat, penentu standar, penghayal, pembanding, dan terutama sebagai penilai. Di samping fungsinya sebagai jembatan yang menghubungkan kedua diri sebelumnya.

2. Aspek *Eksternal* (terkait pada konsep diri yang positif dan negatif), terdiri dari enam bagian:
- a. Konsep diri fisik, yaitu cara seseorang dalam memandang dirinya dari sudut pandang fisik, kesehatan, penampilan keluar, dan gerak motoriknya. Dianggap positif apabila ia memiliki pandangan yang positif terhadap kondisi fisiknya, penampilannya, kondisi kesehatannya, serta ukuran tubuh yang ideal atau sebaliknya dianggap negatif apabila individu memandang rendah kondisi yang melekat pada fisiknya, penampilannya, kondisi kesehatannya.
 - b. Konsep diri pribadi, yaitu cara seseorang dalam menilai kemampuan yang ada pada dirinya dan menggambarkan identitas dirinya. Konsep diri seseorang dapat dianggap positif apabila individu memandang dirinya sebagai pribadi yang penuh kebahagiaan, memiliki optimisme dalam menjalani hidup, mampu mengontrol diri sendiri, dan sarat akan potensi dan dianggap mempunyai konsep diri yang negatif apabila individu memandang dirinya sebagai individu yang tidak pernah (jarang) merasakan kebahagiaan, pesimis, kurang memiliki kontrol terhadap dirinya sendiri, dan potensi diri tidak dioptimalkan.
 - c. Konsep diri sosial, yaitu persepsi, pikiran, perasaan, dan evaluasi seseorang terhadap kecenderungan sosial yang ada pada dirinya sendiri, berkaitan dengan kapasitasnya dalam berhubungan dengan dunia di luar dirinya, perasaan mampu dan berharga dalam lingkup interaksi sosialnya. Konsep diri dapat dianggap positif apabila individu merasa sebagai pribadi

yang hangat, penuh keramahan, memiliki minat terhadap orang lain, memiliki sikap empati, supel, merasa diperhatikan, tenggang rasa, peduli pada nasib orang lain, dan aktif dalam berbagai kegiatan sosial di lingkungannya. Konsep diri dianggap negatif apabila individu merasa tidak berminat dengan keberadaan orang lain, acuh tak acuh, tidak memiliki empati, kurang ramah, jarang atau bahkan tidak pernah melibatkan diri dalam aktivitas sosial.

- d. Konsep diri moral etik, yaitu berkaitan dengan persepsi, pikiran, perasaan, serta penilaian seseorang terhadap moralitas dirinya terkait dengan relasi personalnya dengan Tuhan dan segala hal yang bersifat normatif, baik nilai maupun prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan seseorang. Konsep diri dianggap positif apabila individu mampu memandang untuk kemudian mengarahkan dirinya untuk menjadi pribadi yang percaya dan berpegang teguh pada nilai-nilai moral etik. Konsep diri yang negatif apabila individu menyimpang dan tidak mengindahkan nilai-nilai moral etika yang berlaku.
- e. Konsep diri keluarga, yaitu konsep diri berkaitan dengan persepsi, perasaan, pikiran, dan penilaian seseorang terhadap keluarganya sendiri, dan keberadaan dirinya sendiri sebagai bagian integral dari sebuah keluarga. Individu dianggap mempunyai konsep diri yang positif apabila ia mencintai sekaligus dicintai oleh keluarganya, merasa bahagia berada di tengah-tengah keluarganya, merasa bangga dengan keluarga yang dimilikinya, dan banyak mendapat bantuan serta dukungan dari

keluarganya. Dianggap mempunyai konsep diri yang negatif apabila ia merasa tidak mencintai sekaligus tidak dicintai oleh keluarganya, dan tidak banyak memperoleh bantuan dari keluarganya.

- f. Konsep diri akademik, yaitu konsep diri yang berkaitan dengan persepsi, pikiran, perasaan, dan penilaian seseorang terhadap kemampuan akademiknya. Konsep diri positif apabila ia menganggap bahwa dirinya mampu berprestasi secara akademik, dihargai oleh teman-temannya, merasa nyaman berada di lingkungan tempat belajarnya, menghargai orang yang memberi ilmu kepadanya, tekun dalam mempelajari segala hal, dan bangga akan prestasi yang diraihinya. Konsep diri yang negatif apabila ia memandang dirinya tidak cukup mampu berprestasi, merasa tidak disukai oleh teman-teman di lingkungan tempatnya belajar, tidak menghargai orang yang memberi ilmu kepadanya, serta tidak merasa bangga dengan prestasi yang diraihinya.

2.2.3 Komponen Konsep Diri

a. *Diri Ideal (Self Ideal)*

Menentukan sebagian besar arah hidup seseorang. *Diri ideal* menentukan arah perkembangan diri dan pertumbuhan karakter serta kepribadian. *Diri ideal* merupakan gabungan dari semua kualitas dan ciri kepribadian orang yang sangat di kagumi. *Diri ideal* merupakan gambaran dari sosok seseorang yang sangat dikagumi.

b. Citra Diri (*Self Image*)

Adalah cara individu melihat diri sendiri dan berpikir mengenai diri individu sekarang/saat ini. Citra diri sering disebut sebagai cermin diri. Individu akan senantiasa melihat ke dalam cermin ini untuk mengetahui bagaimana cara individu tersebut harus bertindak atau berlaku pada suatu keadaan tertentu.

c. Harga Diri (*Self Esteem*)

Adalah komponen yang bersifat emosional dan merupakan komponen yang paling penting dalam menentukan sikap dan kepribadian seseorang. Harga diri merupakan kunci untuk mencapai keberhasilan hidup. Harga diri didefinisikan sebagai kecenderungan untuk memandang diri sendiri sebagai pribadi yang mampu dan memiliki daya upaya dalam menghadapi tantangan-tantangan hidup yang mendasar dan layak untuk hidup bahagia. Harga diri akan menentukan semangat, *antusias*, dan motivasi diri.

2.2.4 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Banyak hal yang dapat mempengaruhi perkembangan konsep diri seseorang. Menurut Hayes & Hardy (Farkhaeni, 2011), perkembangan konsep diri sangat dipengaruhi oleh empat faktor yang saling berkaitan, yaitu:

a. Reaksi orang lain (*significant other*)

Konsep diri dipengaruhi oleh bagaimana orang lain memperlakukan kita.

b. Perbandingan dengan orang lain

Dalam proses pembentukan konsep diri, individu seringkali membandingkan dirinya dengan orang lain yang biasanya sebaya atau hampir sama dengannya.

c. Peran individu

Dalam arti bahwa harapan-harapan dan pengalamannya yang berkaitan dengan suatu peran akan mempengaruhi pembentukan konsep dirinya.

d. Identifikasi dengan orang lain

Yang terpenting dan terutama adalah identifikasi dengan orang tua. Anak yang mengidentifikasi orangtuanya sebagai orang tua yang hangat dan baik hati, akan merasa bahwa ia juga hangat dan baik hati seperti orang tuanya. Hal ini didukung oleh hasil penelitian dari Bealmer, Bussel, Cunningham, Gideon, Gunderson & Livingstone, Fitts (Agustiani E, 2006) yang mengatakan bahwa anak yang salah satu atau kedua orang tuanya memiliki konsep diri positif cenderung akan memiliki konsep diri yang positif juga. Peran kelamin pun mempengaruhi konsep diri. Di masyarakat seorang anak laki-laki dan perempuan seringkali berbeda sikap karakteristiknya didalam sifat-sifat seperti *keagresifan* dan sikap *kompetitifnya*. Satu dari berbagai cara bagaimana seorang menerima peran kelaminnya didalam mengembangkan konsep dirinya adalah dengan identifikasi terhadap orang yang berkelamin sama. (Farkhaeni, 2011),

Menurut Jumiadi K faktor yang mempengaruhi konsep diri seorang anak adalah adanya reaksi dari orang lain (*significant others*), yaitu reaksi dari orang tua dan teman sebaya. Bagaimana cara orang lain (*significant others*) memandang

seseorang dan memberikan umpan terhadap tingkah laku seseorang akan mempengaruhi perkembangan konsep diri seseorang yang bersangkutan. Sedangkan Farkhaeni A (Fitts, 1971) mengatakan bahwa konsep diri terbentuk berdasarkan interaksi sosial, dan konsep diri akan menuntun atau mempengaruhi tingkah laku seseorang. Menurut Hurlock (2004), perkembangan konsep diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu, faktor dari dalam diri individu itu sendiri (*internal*) dan faktor dari luar individu (*eksternal*).

Menurut Hasbulloh (Nuri F, 2004) ada dua faktor *internal* yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan konsep diri, yaitu:

1. Penampilan fisik individu, yang mengakibatkan perubahan pandangan dan penilaian individu juga orang lain terhadap dirinya. Individu didorong untuk dan merumuskan konsep yang baru tentang penampilan fisiknya.
2. Perkembangan psikis yang ditandai oleh perkembangan *kognitif* dan perkembangan bahasa yang menyebabkan individu semakin sadar akan 'aku'-nya dan memperkaya ekspresi dirinya.

Individu sadar akan kemampuan dan kelemahannya, bakat-bakat, keyakinan-keyakinan, sikap dan nilai serta ciri-ciri kepribadiannya. Individu dapat membentuk konsep-konsep abstrak tentang dirinya dan dapat mengungkapkannya dengan bahasa yang abstrak. Serta faktor *eksternal* yang paling berpengaruh terhadap perkembangan konsep diri seseorang adalah lingkungan sosial, tempat berlangsungnya rangkaian interaksi sosial. Interaksi sosial merupakan unsur yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan konsep diri seseorang.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan sebuah konsep yang berguna untuk memahami perilaku seseorang, terdiri dari berbagai aspek dimana tiap bagian terintegrasi membentuk konsep diri secara utuh.

Menurut Jalaluddin Rakhmat (2004) berbagai faktor yang dapat mempengaruhi proses pembentukan konsep diri seseorang seperti :

1. Pola Asuh Orangtua

Pola asuh orang tua menjadi faktor signifikan dalam mempengaruhi konsep diri yang terbentuk. Sikap positif orang tua yang terbaca oleh anak, akan menumbuhkan konsep dan pemikiran yang positif serta sikap menghargai diri sendiri. Sikap negatif orang tua akan mengundang pertanyaan pada anak, dan menimbulkan asumsi bahwa dirinya tidak cukup berharga untuk dikasihi, untuk disayangi, dan dihargai, dan semua itu akibat kekurangan yang ada padanya sehingga orang tua tidak sayang.

2. Kegagalan

Kegagalan yang terus menerus dialami seringkali menimbulkan pertanyaan kepada diri sendiri dan berakhir dengan kesimpulan bahwa semua penyebabnya terletak pada kelemahan diri. Kegagalan membuat orang merasa dirinya tidak berguna.

3. Depresi

Orang yang sedang mengalami depresi akan mempunyai pemikiran yang cenderung negatif dalam memandang dan merespon segala sesuatunya, termasuk menilai diri sendiri. Segala situasi atau stimulus yang netral akan dipersepsi secara

negatif. Orang yang depresi sulit melihat apakah dirinya mampu *survive* menjalani kehidupan selanjutnya. Orang yang depresi akan menjadi super sensitif dan cenderung mudah tersinggung.

4. Kritik Internal

Terkadang mengkritik diri sendiri memang dibutuhkan untuk menyadarkan seseorang akan perbuatan yang telah dilakukan. Kritik terhadap diri sendiri sering berfungsi menjadi regulator atau rambu-rambu dalam bertindak dan berperilaku agar keberadaan individu dapat diterima oleh masyarakat dan dapat beradaptasi dengan baik.

2.3 Kecerdasan Emosional

2.3.1 Pengertian Kecerdasan Emosional

Berdasarkan pengertian tradisional, kecerdasan meliputi kemampuan membaca, menulis dan berhitung yang merupakan keterampilan kata dan angka yang menjadi fokus di pendidikan formal (sekolah) dan sesungguhnya mengarahkan seseorang untuk mencapai sukses dibidang akademis. Tetapi definisi keberhasilan hidup tidak hanya itu saja. Pandangan baru yang berkembang mengatakan bahwa ada kecerdasan lain di luar kecerdasan intelektual (IQ) seperti bakat, ketajaman sosial, hubungan sosial, kematangan emosi dan lain-lain yang harus dikembangkan juga. Kecerdasan yang dimaksud adalah kecerdasan emosional (EQ) (Fauziah, 2013).

Kecerdasan emosional pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog bernama Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari

University of New Hampshire Amerika untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan.

Kualitas-kualitas ini antara lain (Goleman, 2015):

- a. Empati (kepedulian)
- b. Mengungkapkan dan memahami perasaan
- c. Mengendalikan amarah
- d. Kemandirian
- e. Kemampuan menyesuaikan diri
- f. Disukai
- g. Kemampuan memecahkan masalah antar pribadi
- h. Ketekunan
- i. Kesetiakawanan
- j. Keramahan
- k. Sikap hormat



Berikut ini adalah beberapa pendapat tentang kecerdasan emosional menurut para ahli yaitu:

- a. Salovey dan Mayer (Fauziah, 2013)

Salovey dan Mayer (1990) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali perasaan, meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya, dan mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga dapat membantu perkembangan emosi dan intelektual.

b. Cooper dan Sawaf (Prasetyo, A dkk, 2011)

Cooper dan Sawaf (1998) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi. Lebih lanjut dijelaskan, bahwa kecerdasan emosi menuntut seseorang untuk belajar mengakui, menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat dan menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

c. Howes dan Herald (Farkhaeni, 2011),

Howes dan Herald (1999) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan emosinya. Lebih lanjut dijelaskan, bahwa emosi manusia berada di wilayah dari perasaan lubuk hati, naluri yang tersembunyi dan sensasi emosi yang apabila diakui dan dihormati, kecerdasan emosional akan menyediakan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain.

d. Goleman (2015)

Goleman (2015) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi, dan menunda kepuasan serta mengatur keadaan jiwa. Dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan, dan mengatur suasana hati.

Dari beberapa pendapat yang ada Mellandy dan Aziza (2006) menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional menuntut diri untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain, dan untuk menanggapi dengan tepat, menerapkan dengan efektif energi emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari.

2.3.2 Komponen Kecerdasan Emosional

Goleman (2015) membagi kecerdasan emosional menjadi lima bagian yaitu tiga komponen berupa kompetensi emosional (pengenalan diri, pengendalian diri dan motivasi) dan dua komponen berupa kompetensi sosial (empati dan keterampilan sosial). Lima komponen kecerdasan emosional tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pengenalan Diri (*Self Awareness*)

Pengenalan diri adalah kemampuan seseorang untuk mengetahui perasaan dalam dirinya dan digunakan untuk membuat keputusan bagi diri sendiri, memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri dan memiliki kepercayaan diri yang kuat. Unsur-unsur kesadaran diri, yaitu:

- a. Kesadaran emosi (*emosional awareness*), yaitu mengenali emosinya sendiri dan efeknya.
- b. Penilaian diri secara teliti (*accurate self awareness*), yaitu mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri.
- c. Percaya diri (*self confidence*), yaitu keyakinan tentang harga diri dan kemampuan sendiri.

2. Pengendalian Diri (*Self Regulation*)

Pengendalian diri adalah kemampuan menangani emosi diri sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati, sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, dan mampu segera pulih dari tekanan emosi. Unsur-unsur pengendalian diri, yaitu:

- a. Kendali diri (*self-control*), yaitu mengelola emosi dan desakan hati yang merusak.
- b. Sifat dapat dipercaya (*trustworthiness*), yaitu memelihara norma kejujuran dan integritas.
- c. Kehati-hatian (*conscientiousness*), yaitu bertanggung jawab atas kinerja pribadi.
- d. Adaptabilitas (*adaptability*), yaitu keluwesan dalam menghadapi perubahan.
- e. Inovasi (*innovation*), yaitu mudah menerima dan terbuka terhadap gagasan, pendekatan, dan informasi-informasi baru.

3. Motivasi (*Motivation*)

Motivasi adalah kemampuan menggunakan hasrat agar setiap saat dapat membangkitkan semangat dan tenaga untuk mencapai keadaan yang lebih baik, serta mampu mengambil inisiatif dan bertindak secara efektif. Unsur-unsur motivasi, yaitu:

- a. Dorongan prestasi (*achievement drive*), yaitu dorongan untuk menjadi lebih baik atau memenuhi standar keberhasilan.

- b. Komitmen (*commitmen*), yaitu menyesuaikan diri dengan sasaran kelompok atau lembaga.
- c. Inisiatif (*initiative*), yaitu kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan.
- d. Optimisme (*optimisme*), yaitu kegigihan dalam memperjuangkan sasaran kendati ada halangan dan kegagalan.

4. Empati (*Emphaty*)

Empati adalah kemampuan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Mampu memahami *perspektif* orang lain dan menimbulkan hubungan saling percaya, serta mampu menyelaraskan diri dengan berbagai tipe individu. Unsur-unsur empati, yaitu:

- a. Memahami orang lain (*understanding others*), yaitu mengindra perasaan dan *perspektif* orang lain dan menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan mereka.
- b. Mengembangkan orang lain (*developing other*), yaitu merasakan kebutuhan perkembangan orang lain dan berusaha menumbuhkan kemampuan orang lain.
- c. Orientasi pelayanan (*service orientation*), yaitu mengantisipasi, mengenali, dan berusaha memenuhi kebutuhan pelanggan.
- d. Memanfaatkan keragaman (*leveraging diversity*), yaitu menumbuhkan peluang melalui pergaulan dengan bermacam-macam orang.
- e. Kesadaran politis (*political awareness*), yaitu mampu membaca arus-arus *emisi* sebuah kelompok dan hubungannya dengan perasaan.

5. Keterampilan Sosial (*Social Skills*)

Keterampilan sosial adalah kemampuan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, bisa mempengaruhi, memimpin, bermusyawarah, menyelesaikan perselisihan, dan bekerjasama dalam tim. Unsur-unsur ketrampilan sosial, yaitu:

- a. Pengaruh (*influence*), yaitu memiliki taktik untuk melakukan persuasi.
- b. Komunikasi (*communication*), yaitu mengirim pesan yang jelas dan meyakinkan.
- c. Manajemen konflik (*conflict management*), yaitu negoisasi dan pemecahan silang pendapat.
- d. Kepemimpinan (*leadership*), yaitu membangitkan inspirasi dan memandu kelompok dan orang lain.
- e. Katalisator perubahan (*change catalyst*), yaitu memulai dan mengelola perusahaan.
- f. Membangun hubungan (*building bond*), yaitu menumbuhkan hubungan yang bermanfaat.
- g. Kolaborasi dan koperasi (*collaboration and cooperation*), yaitu kerjasama dengan orang lain demi tujuan bersama.
- h. Kemampuan tim (*tim capabilities*), yaitu menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.

2.3.3 Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional terbagi dalam beberapa aspek kemampuan yang membentuknya. Aspek-aspek kemampuan yang membentuk emosional tidak seragam untuk setiap ahli tergantung dari sudut pandang pemahaman. Lima aspek utama yang terdapat dalam kecerdasan emosional menurut Salovey dan Mayer (Fauziah, 2013) yaitu :

a. Mengenali emosi sendiri

Mengenali emosi sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting dan ketidakmampuan untuk mencermati perasaan diri sendiri dapat membuat seseorang berada pada kekuasaan perasaan.

b. Mengelola emosi.

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus menerus bertarung melawan perasaan semua orang, sementara mereka yang pintar akan dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

c. Memotivasi diri sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, memberi motivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri, dan untuk berekreasi. Kendali diri emosional

menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.

d. Mengenali emosi orang lain.

Kemampuan mengenali emosi orang lain disebut juga dengan empati, kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emosional merupakan “keterampilan bergaul” dasar. Orang-orang yang empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi dan mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.

e. Membina hubungan

Seni membina hubungan, sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Kemampuan dalam membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi dalam bidang apapun dan akan populer dalam lingkungannya serta menjadi teman yang menyenangkan, karena kemampuannya dalam berkomunikasi.

2.3.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2015), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang yaitu :

a. Faktor *internal*

Faktor *internal* merupakan faktor yang timbul dari dalam individu yang dipengaruhi anatomi saraf emosinya, seperti *korteks*, *neokorteks*, *lobus prefrontal*, *system limbic*, amigdala dan hal-hal lain yang berada pada otak emosional. *Korteks* berperan penting dalam memahami sesuatu secara mendalam, menganalisa mengapa mengalami perasaan tertentu dan selanjutnya berbuat sesuatu untuk mengatasinya. *Neokorteks* merupakan tempat pikiran, memuat pusat-pusat yang mengumpulkan dan memahami apa yang diserap oleh indra. *Neokorteks* menambahkan pada perasaan apa yang kita pikirkan tentang ide-ide, seni, simbol-simbol, khayalan-khayalan. *Lobus prefrontal* dapat bertindak sebagai saklar peredam yang memberi arti terhadap situasi emosi sebelum berbuat sesuatu, sedangkan sebagai bagian yang berada dibagian otak yang mengurus emosi yaitu *system limbic* bagian ini sering disebut sebagai emosi otak yang letaknya jauh didalam hemister otak besar dan terutama bertanggung jawab atas pengaturan emosi dan *impuls*. Bila kita dikuasai oleh hasrat atau amarah, sedang jatuh cinta atau mundur ketakutan, maka *system limbic* itulah yang sedang mencengkram kita, selain itu ada *amigdala* yang dipandang sebagai pusat pengendalian emosi pada otak dan gudangnya ingatan emosional.

b. Faktor *eksternal*

Faktor *eksternal* dimaksudkan sebagai faktor yang datang dari luar individu yaitu lingkungan keluarga dan masyarakat. Kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi yaitu belajar bagaimana

merasakan dan menanggapi perasaan diri sendiri, berpikir tentang perasaan tersebut sehingga mengambil pilihan-pilihan yang dimiliki untuk akhirnya bertindak serta bagaimana membaca dan mengungkapkan harapan dan rasa takut, sedangkan hal yang terkait dengan lingkungan masyarakat (non keluarga) adalah lingkungan masyarakat, pendidikan dan media massa baik cetak maupun elektronik, serta informasi yang canggih lewat gasa satelit.

2.4 Mahasiswa

Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institusi atau akademik. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi dapat disebut sebagai mahasiswa. Tetapi pada dasarnya makna mahasiswa tidak sesempit itu. Terdaftar sebagai mahasiswa di sebuah perguruan tinggi hanyalah syarat administrasi menjadi mahasiswa, tetapi menjadi mahasiswa mengandung pengertian yang lebih luas dari sekedar masalah administratif itu sendiri.

Menyandang gelar mahasiswa merupakan suatu kebanggaan sekaligus tantangan, karena *ekspektasi* dan tanggung jawab yang diemban oleh mahasiswa begitu besar apalagi dengan statusnya sebagai mahasiswa baru yang baru duduk di tahun pertama, tentulah banyak menemui kendala-kendala dalam menjalankan aktivitasnya.

Mahasiswa baru adalah siswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi kurang dari 3 (tiga) semester atau telah menempuh pendidikan kurang lebih lima belas bulan. Kriteria ini disusun berdasarkan ketentuan jumlah mata kuliah

dasar umum (MKDU) yang masih diambil dalam studi normal sampai semester 3. Selanjutnya pada semester 4, mahasiswa sudah konsentrasi penuh pada mata kuliah fakultas atau jurusan masing-masing. Rahim (dalam Wijaya, 2012)

Awal memasuki dunia pendidikan tinggi, menurut Rahim (dalam Wijaya, 2012), mahasiswa baru sudah dituntut untuk mempunyai sikap kritis dan aktif dalam belajar yang sudah diperkenalkan saat mengikuti orientasi pengenalan kampus (ospek). Pengenalan kampus pada penataran mahasiswa baru bukan saja mengenali kondisi lingkungan, melainkan juga pengenalan terhadap materi pelajaran di perguruan tinggi yang lebih meluas dan mendalam dibandingkan dengan bahan pelajaran di sekolah menengah. Juga dikenalkan bahwa di perguruan tinggi yang diberikan adalah ilmunya itu sendiri, termasuk metodologi sebagai alat pengembangan ilmu, sehingga dengan pemberian materi dimaksudkan untuk dikembangkan lebih lanjut. Hakikat dari belajar di perguruan tinggi adalah menerima materi kuliah untuk dikembangkan lebih lanjut.

Rahim (dalam Wijaya, 2012), memberikan pendapatnya bahwa pada mahasiswa baru terdapat hal yang harus dipahami yaitu adanya perbedaan pokok antara belajar di sekolah menengah dengan perguruan tinggi terutama terletak pada sifat materi pelajaran yang dipelajari. Hal tersebut mengacu pada pendapat Mahardika (dalam Wijaya, 2012), bahwa disekolah menengah pada dasarnya hanya memberikan kepada siswa pengenalan fakta-fakta ilmiah. Latihan soal dan pratikum memantapkan pengetahuan fakta ilmiah dengan jalan pengulangan dan penerapan sederhana. Ulangan dan ujian menilai apakah fakta ilmiah itu diketahui dan dipahami. Materi pelajaran yang diberikan sudah ditentukan, baik banyaknya

maupun mendalamnya sehingga sudah diketahui sampai dimana bisa dipelajari. Jadi setiap mahasiswa, khususnya mahasiswa baru harus lebih aktif, tanpa adanya aktivitas maka proses belajar tidak akan terjadi.

2.5 Kaitan Antara Variabel

Allah SWT menciptakan setiap manusia sempurna disertai emosi sebagai bekal bagi kelangsungan hidupnya. Melalui emosi manusia terdorong untuk melakukan sesuatu dalam memenuhi keinginan atau kebutuhannya. Setiap individu dianugerahkan hati dan akal agar bisa mengontrol emosi yang muncul karena emosi dapat berakibat negatif bila tidak dikendalikan, demikian juga mahasiswa baru adalah orang-orang yang sedang berjuang untuk mencapai kedudukan sosial yang diinginkan dan bertarung dengan bermacam-macam problem hidup untuk memastikan diri, serta mencari penanganan untuk menentramkan batin dalam perjuangan hidup yang tidak ringan. Zakiyah Drajat (Farkhaeni A, 2011).

Krisis identitas, rasa ingin tahu yang tinggi dan semangat serta energi besar pada mahasiswa baru akan menuju ke hal yang negatif apabila lingkungan gagal untuk mengontrol, mengarahkan dan memfasilitasinya dalam hal positif secara tepat. Berbagai macam kasus yang sering terjadi seperti tawuran antar mahasiswa, baik lintas kampus maupun lintas fakultas dalam satu kampus yang sebagian berawal dari kesalahpahaman antara personal, seks bebas, dan narkoba merupakan hasil letupan-letupan emosi yang tidak dapat dikendalikan oleh individu itu sendiri.

Emosional datang dari berbagai faktor *internal* maupun *eksternal* individu. Seseorang akan mengalami berbagai macam persoalan, persoalan itu akan menjadi semakin kompleks seiring dengan berjalannya usia dan banyaknya ilmu serta pengalaman yang telah didapat. Setiap permasalahan baik yang mudah ataupun cepat untuk diselesaikan maupun sampai pada masalah yang membutuhkan banyak waktu dan tenaga kesemuanya harus segera dihadapi. Menghadapi masalah dengan mencari solusi permasalahan tersebut dapat terkendali hanya dilakukan oleh diri individu sendiri ini sungguh dibutuhkan seorang individu tidak bisa lepas dari emosi diri dan dihadapkan dengan emosi orang lain, yang apabila dikelola dengan tepat maka berakibat baik bagi diri sendiri dan orang lain.

Kecerdasan emosi ini terlihat dalam hal-hal seperti bagaimana mahasiswa baru mampu untuk memberi kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, berusaha menyatakan diri dengan lingkungan, dapat mengendalikan perasaan dan mampu mengungkapkan emosi sesuai dengan waktu dan kondisi yang ada sehingga hubungan dengan orang lain dapat terjalin dengan lancar. Dalam membentuk kecerdasan emosional selain kemampuan yang bersifat *internal*, kemampuan mengenali emosi, mengelola emosi dan memotivasi diri harus dilengkapi pula kemampuan yang bersifat *eksternal*, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain. Kemampuan *eksternal* ini hanya didapatkan melalui interaksi dengan orang lain. Kesan tersebut berkaitan dengan individu yang mempunyai konsep diri, karena konsep diri merupakan persepsi atau pandangan seorang individu terhadap dirinya

sendiri secara menyeluruh. Mahasiswa baru yang mempunyai konsep diri yang baik akan dapat menilai diri secara internal dan eksternal.

Oleh karena itu, setiap mahasiswa baru perlu untuk tetap menjalin yang baik dengan mahasiswa-mahasiswa yang lain walaupun tidak tergabung dalam suatu organisasi dan kelompok yang sama. Dengan demikian apakah ada hubungan dari konsep diri dan kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru.

2.5.1 Hubungan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru

Pandangan dan penilaian individu terhadap dirinya disebut dengan konsep diri yang akan mempengaruhi individu dalam bertingkah laku ditengah masyarakat (Burns, 1993). Hurlock (1991) menjelaskan bahwa individu dengan penilaian positif terhadap dirinya akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga akan mengembangkan kepercayaan dirinya, harga diri, serta dapat melakukan interaksi sosial secara tepat. Rasa percaya diri dan harga diri yang tumbuh seiring dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan dirinya membuat individu cenderung tampil lebih aktif dan terbuka dalam melakukan hubungan sosial dengan orang lain. Relasi sosial yang luas akan menjadikan individu mampu mengerti dan melakukan apa yang diharapkan lingkungan, sehingga memudahkannya untuk mampu mengerti dan melakukan apa yang diharapkan oleh lingkungan sehingga memudahkan untuk menyesuaikan dengan lingkungan, sebaliknya individu dengan konsep diri negatif adalah individu yang mempunyai

pandangan negatif terhadap dirinya, ia menilai dirinya sebagai figure yang mengecewakan. Penilaian yang negatif terhadap diri sendiri akan mengarahkan kepada penolakan diri, sehingga individu akan cenderung mengembangkan perasaan tidak mampu, rendah diri dan kurang percaya diri. Individu merasa kurang percaya diri ketika harus berpartisipasi dalam suatu aktivitas dan memulai hubungan baru dengan orang lain. Penolakan diri juga dapat memicu munculnya sikap *agresif* dan perilaku negatif, sehingga individu menjadi tertutup dan kurang tertarik untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain.

2.5.2 Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru

Kecerdasan emosional merupakan hal yang penting dalam menghadapi perubahan dan penyesuaian diri pada lingkungan baru. Aziz (dalam Djawarjah, 2002) mengatakan bahwa kecerdasan emosi terkait dengan penyesuaian diri, dimana semakin tinggi kecerdasan emosional mahasiswa baru maka semakin baik pula kemampuan mahasiswa baru menyesuaikan dirinya dengan lingkungan. Oleh sebab itu, bagi mahasiswa yang baru masuk ke bangku kuliah ini kecerdasan emosional dirasa begitu penting dalam proses penyesuaian diri mereka dilingkungan yang baru.

2.5.3 Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru

Kaplan dan Pokary berpendapat bahwa salah satu faktor kesadaran atau pikiran manusia yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah konsep diri. Surahman (Jumiadi K) menyatakan bahwa konsep diri itu membawa pengaruh pada tingkah laku manusia berfungsi sebagai *guiding principles*, paling sedikit sebagai sebab timbulnya bentuk mekanisme penyesuaian tertentu. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif diduga lebih mampu melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan individu yang mempunyai konsep diri negatif. Hal ini sependapat dengan Sarwono (Jumiadi K) yang menyatakan bahwa setiap orang mengembangkan tingkah laku yang sesuai dengan pandangannya dengan dirinya sendiri (citra diri). Individu yang memandang dirinya serba tidak bisa, penuh kekurangan atau menganggap orang lain tidak menyukai dirinya cenderung tidak mau mengambil inisiatif untuk berhubungan dengan orang lain.

Faktor *internal* lain dalam diri seseorang yang diduga mempengaruhi keberhasilan dan kegagalan seseorang dalam penyesuaian diri adalah kecerdasan emosional. Goleman (Jumiadi K) menyatakan bahwa pribadi yang memiliki cukup emosi dan sentimen yang *adekuat*, selalu merasa segar, ada rasa kasih sayang, simpati, *altruisme*, respek, kelembutan dan kesediaan untuk menolong tanpa dihantui rasa permusuhan, benci, dendam, iri hati, cemburu dan rasa *inferior*. Penyesuaian diri dalam hubungannya dengan kematangan emosi mempunyai makna individu bersikap positif dan memiliki respon emosional yang

tepat dalam setiap situasi, dalam artian negatif dapat menghindari respon-respon yang tidak efisien.

Goleman lebih lanjut menyatakan salah satu kecerdasan emosional adalah kemampuan dalam mengelola emosi, melakukan empati dan menangani emosi orang lain, berlandaskan hal ini keterampilan berhubungan dengan orang lain dan matang bila individu memiliki kemampuan untuk mengelola emosi dan menangani emosi orang lain, keterampilan mengelola emosi tersebut merupakan kecakapan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain, individu yang tidak memiliki keterampilan inilah yang menyebabkan orang yang memiliki IQ tinggi pun gagal dalam membina hubungan dengan orang lain karena penampilan yang angkuh, tidak berperasaan dan lain-lain.

Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan sebelumnya sangat penting untuk diungkapkan karena dapat dipakai sebagai sumber informasi dan bahan acuan yang sangat berguna bagi penulis. Penelitian terdahulu mengenai konsep diri, kecerdasan emosional dan penyesuaian mahasiswa di kampus dapat dilihat pada tabel.2.1.

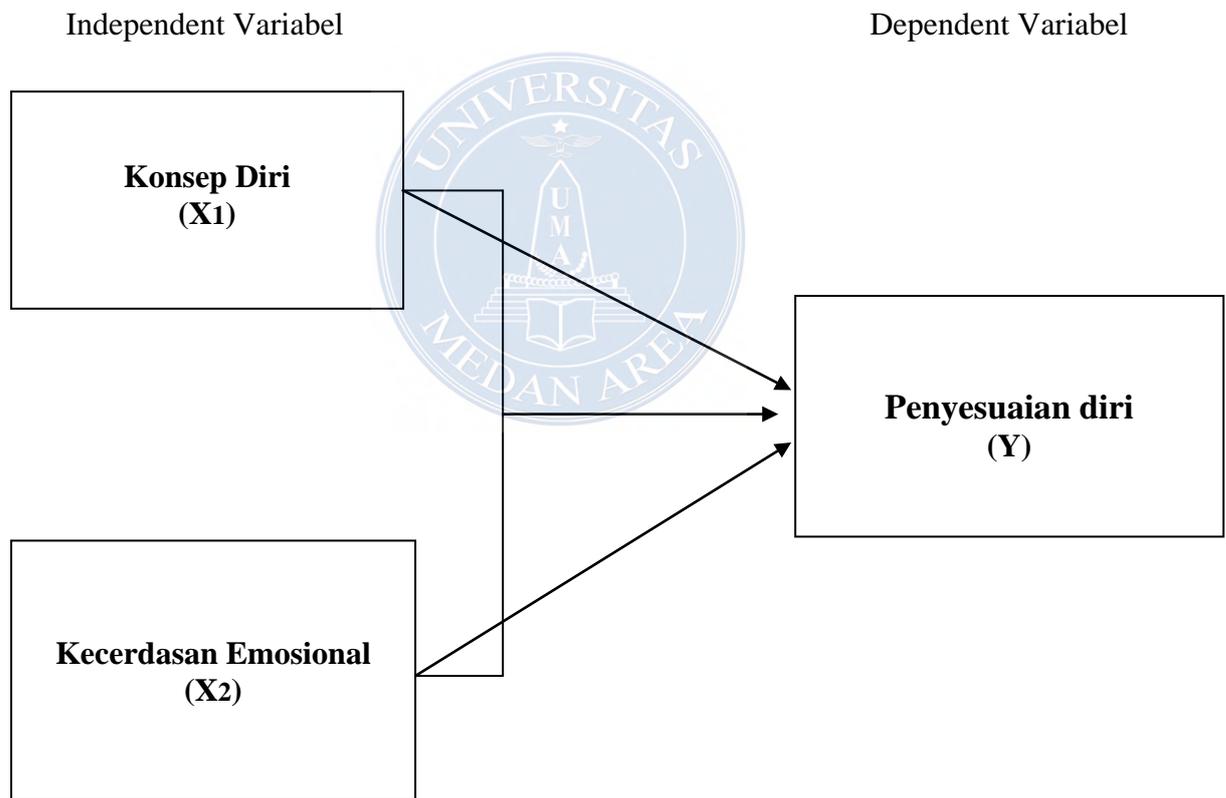
Tabel 2.1. Ringkasan Terdahulu

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
1	Ika Fauziah Nur Agustina Eka Sari (2008)	Hubungan antara konsep diri dengan kecerdasan emosional pada remaja	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara konsep diri dan kecerdasan emosional pada remaja. Hal ini berarti bahwa

			semakin tinggi (positif) konsep diri remaja maka semakin tinggi kecerdasan emosionalnya
2	Anggit Prasetya Inge Andriani (2011)	Hubungan antara kecerdasan emosi dengan subjective well being pada mahasiswa tingkat pertama	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat significant dengan arah positif antara kecerdasan emosi dengan perasaan menyenangkan ($r = 0,427, P < 0,001$) dan ada hubungan yang sangat significant dengan arah negatif antara kecerdasan emosi dengan perasaan tidak menyenangkan dimana semakin tinggi kecerdasan emosi semakin rendah perasaan tidak menyenangkan ($r = -0,619, P < 0,001$)
3	Akhmeda Farkhaeni (2011)	Pengaruh kecerdasan emosional terhadap konsep diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Jakarta	Hasil penelitian terdapat pengaruh yang significant dan positif antara kecerdasan emosional dan konsep diri
4	Lusty Septi Maharoni (2012)	Hubungan antara tingkat kecemasan komunikasi dan konsep diri dengan kemampuan beradaptasi mahasiswa baru	Hasil penelitian menunjukkan Tingkat kemampuan beradaptasi mahasiswa baru dapat dipengaruhi oleh faktor kecemasan komunikasi dan konsep diri yang dimiliki mahasiswa baru. Ketika tingkat kecemasan komunikasi yang dialami mahasiswa baru tinggi maka mahasiswa baru akan memiliki kemampuan beradaptasi yang baik. Ketika mahasiswa baru memiliki konsep diri yang

			positif maka kemampuan beradaptasi yang dimilikinya akan meningkat
5	Ni Made Wahyu Indrari Yani Artha Suriyadi (2013)	Hubungan antara kecerdasan emosi dan self efficacy dalam pemecahan masalah penyesuaian diri remaja awal	Hasil analisa menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecerdasan emosi dan self efficacy dalam pemecahan masalah penyesuaian diri

Gambar 2.1. Kerangka Konsep Hubungan Konsep Diri, Kecerdasan Emosional dan Penyesuaian Diri



2.6 Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

1. Ada hubungan yang positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri mahasiswa baru.
2. Ada hubungan yang positif kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri mahasiswa baru.
3. Ada hubungan yang positif antara konsep diri dan kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri mahasiswa baru.

