



**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DAN
KONSEP DIRI DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL
SISWA KELAS X SMK MUHAMMADIYAH 2 BOJA**

SKRIPSI

**disajikan sebagai salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

Oleh
Atika Destiana
1301415081

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja”** benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan jiplakan dari hasil karya orang lain. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, September 2019



Atika Destiana
1301415081

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja” telah dihadapkan sidang panitia ujian skripsi jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, 7 November 2019.

PANITIA:

Ketua



Dr. Sungkowo Edy Mulyono, M.Si.

NIP. 196807642005011001

Penguji 1



Kusnarto Kurniawan, S.Pd., M.Pd, Kons.

NIP. 197101142005011002

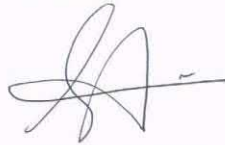
Penguji 3



Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd, Kons

NIP. 19521120 197703 1 002

Sekretaris



Sunawan, S.Pd., M.Si., Ph.d

NIP. 197807012006041002

Penguji 2



Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd

NIP. 195811031986011001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Where there is a will, there is a way

Dimana ada kemauan pasti ada jalan

(Atika Destiana)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Almamater jurusan Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri

Semarang

PRAKATA

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja”

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena di lapangan yang menunjukkan adanya perilaku siswa yang sulit ketika beradaptasi di lingkungan baru. Tujuan dari skripsi ini untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial pada siswa. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial pada siswa.

Selama menyusun skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd, Kons. selaku dosen pembimbing yang banyak memberikan ilmu, motivasi dan bimbingan selama proses penyusunan skripsi ini. Selain itu penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dr. Achmad Rifai RC, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin penelitian.

3. Kusnarto Kurniawan, S.Pd.,M.Pd, Kons. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan izin penelitian dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Tim penguji skripsi yang telah menguji skripsi dan memberikan masukan untuk kesempurnaan skripsi.
5. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan motivasi dan ilmu yang bermanfaat.
6. Kepala sekolah, guru BK, karyawan, dan siswa SMK Muhammadiyah 2 Boja yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
7. Keluarga di rumah yang tiada henti-hentinya mendoakan dan memberi semangat untuk segera menyelesaikan studi ini.
8. Teman-teman Bimbingan dan Konseling angkatan 2015, serta sahabat-sahabatku yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.
9. Seluruh pihak yang telah ikut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca serta memberikan kontribusi bagi bimbingan dan konseling.

Semarang, September 2019

Penulis

ABSTRAK

Destiana, Atika (2019). *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd, Kons.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja. Permasalahan yang melatar belakangi adanya penelitian ini adalah sekitar 40% diantara siswa kelas X mengatakan bahwa mereka salah mengambil jurusan yang mengakibatkan mereka sulit untuk melakukan penyesuaian dengan jurusan mereka saat ini. Hal tersebut berpengaruh terhadap terbentuknya penyesuaian sosial siswa. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Sampel yang digunakan berjumlah 135 dari 272 siswa dengan teknik pengambilan sampel *cluster sampling*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala psikologi. Adapun teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda.

Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja. Nilai $R = 0,530$ yang menunjukkan besarnya koefisien korelasi hubungan antara ketiga variabel berada pada tingkatan “Sedang/Cukup”. Hasil uji determinan diperoleh R^2 sebesar 0,281. Maka sumbangan variabel kecerdasan emosi dan konsep diri terhadap penyesuaian sosial adalah 28,1%, sedangkan sisanya yaitu 71,9% diprediksi oleh variabel lain. Disarankan agar guru BK dapat membantu siswa dengan cara memberikan layanan pemahaman mengenai teori-teori maupun aspek-aspek kecerdasan emosi dan konsep diri agar siswa bisa melakukan penyesuaian sosial sehingga siswa dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangannya.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi, Konsep Diri, Penyesuaian Sosial

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PRAKATA	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Sistematika Penulisan Skripsi	9
 BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Kajian Pustaka.....	11
2.1.1 Penelitian Terdahulu	11
2.2 Kajian Teori Penyesuaian Sosial.....	12
2.2.1 Pengertian Penyesuaian Sosial	12
2.2.2 Aspek-aspek Penyesuaian Sosial	13
2.2.3 Faktor-faktor Penyesuaian Sosial.....	14
2.2.4 Bentuk-bentuk Penyesuaian Sosial	21
2.3 Kajian Teori Kecerdasan Emosi.....	23
2.3.1 Pengertian Kecerdasan Emosi	23
2.3.2 Aspek-aspek Kecerdasan Emosi	25
2.3.3 Faktor-Faktor Kecerdasan Emosi.....	29
2.4 Kajian Teori Konsep Diri	31
2.4.1 Pengertian Konsep Diri	31
2.4.2 Aspek-aspek Konsep Diri.....	33
2.4.3 Faktor-faktor Konsep Diri	35
2.4.4 Dimensi-dimensi Konsep Diri.....	37
2.4.5 Konsep Diri Negatif	39
2.4.6 Konsep Diri Positif.....	40
2.5 Kerangka Berpikir	41
2.5.1 Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Penyesuaian Sosial	41
2.5.2 Hubungan antara Konsep Diri dan Penyesuaian Sosial	42

2.5.3 Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial.....	43
2.6 Hipotesis.....	46
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis Penelitian.....	47
3.2 Desain Penelitian.....	47
3.3 Variabel Penelitian.....	48
3.3.1 Identifikasi Variabel.....	49
3.3.2 Hubungan Variabel.....	49
3.3.3 Definisi Operasional Variabel.....	49
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	50
3.4.1 Populasi.....	50
3.4.2 Sampel dan Teknik Sampling.....	51
3.5 Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	52
3.5.1 Metode Pengumpulan Data.....	52
3.5.2 Alat Pengumpulan Data.....	53
3.5.3 Prosedur Penyusunan Instrumen.....	55
3.6 Validitas Reliabilitas Instrumen.....	62
3.7 Teknik Analisis Data.....	69
3.7.1 Uji Hipotesis.....	69
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	76
4.1.1 Hasil Uji Hipotesis.....	76
4.2 Pembahasan.....	81
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	87
BAB V PENUTUP	
5.1 Hasil Penelitian.....	87
5.2 Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA.....	89

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Populasi Siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja	51
3.2 Rumus Isaac dan Michael	52
3.3 Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosi	56
3.4 Kisi-kisi Instrumen Konsep Diri	59
3.5 Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Sosial	61
3.6 Klasifikasi reliabilitas.....	65
3.7 <i>One Sample Kolmogrov-Smirnov</i>	68
3.8 <i>Anova Table</i>	68
3.9 <i>Coefficients</i>	70
3.10 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	71
3.11 Pedoman Interpretasi terhadap Koefisien Korelasi.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berpikir	46
3.1 Hubungan Variabel	49
3.2 Prosedur Penyusunan Instrumen	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pedoman Wawancara Data Awal	93
2. Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba	95
3. Instrumen Uji Coba.....	98
4. Tabulasi Hasil Data Uji Coba	105
5. Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian	112
6. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	117
7. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	118
8. Instrumen Penelitian	123
9. Tabulasi Hasil Penelitian	130
10. Hasil Uji Asumsi Penelitian.....	148
11. Hasil Uji Analisis Regresi.....	152
12. Surat Penelitian	156
13. Dokumentasi	158

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia secara hakiki merupakan makhluk sosial yang selalu berhubungan dan membutuhkan orang lain dalam kehidupannya. Manusia tidak mampu untuk hidup sendiri tanpa bantuan dari orang di sekelilingnya. Seperti yang diungkapkan oleh Gerungan (2004), bahwa sejak manusia dilahirkan ia membutuhkan pergaulan dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan biologisnya, yaitu makanan, minuman, dan lain-lain. Berdasarkan pendapat Gerungan, sebagai makhluk sosial manusia telah membutuhkan pergaulan dengan orang lain dalam proses kehidupannya. Seluruh kehidupan individu selalu ada hubungannya dengan orang lain, baik dengan lingkungan keluarga, lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat luas. Pergaulan individu dimulai sejak individu lahir sampai melewati berbagai proses dan tahapan dalam hidupnya yaitu dimulai dari masa bayi, masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa dan masa tua.

Perkembangan yang berlangsung di masa kanak-kanak, perkembangan di masa remaja diwarnai oleh interaksi antara faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan, dan sosial. Selama masa kanak-kanak, remaja menghabiskan ribuan jam untuk berinteraksi dengan orang tua, kawan-kawan, dan guru. Masa kanak-kanak akhir merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak awal ke masa remaja. Yusuf (2006) mengemukakan bahwa pada masa kanak-kanak akhir ditandai dengan adanya perluasan hubungan dengan orang-orang baru di

lingkungannya, di samping dengan keluarga juga dengan membentuk ikatan baru dengan teman sebaya atau teman sekelas yang menyebabkan hubungan sosialnya semakin bertambah luas. Keseluruhan proses kehidupan individu akan selalu diwarnai hubungan dengan orang lain pada lingkungan tertentu, baik dengan lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat luas. Pergaulan dimulai ketika ia lahir hingga melewati berbagai tahapan dalam hidupnya, antara lain masa bayi, masa kanak-kanak awal, masa kanak-kanak akhir, masa remaja, masa dewasa, dan masa tua. Merujuk pada pendapat Syamsu Yusuf, pada masa kanak-kanak akhir ditandai dengan kondisi semakin meluasnya lingkungan pergaulan, berarti meluasnya proses hubungan interaksi dan sosialisasi anak dengan lingkungan. Agar hubungan antar individu dapat terjalin secara harmonis dengan lingkungan sosialnya, maka individu dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian sosial.

Penyesuaian sosial merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan. Penyesuaian sosial individu terdiri atas penyesuaian sosial dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat (Schneiders, 2014). Penyesuaian sosial pada masa remaja ditekankan pada penyesuaian sosial di sekolah dan juga di lingkungan sekitar karena berdasarkan karakteristiknya dimana anak pada masa ini melakukan sebagian besar waktunya untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar, khususnya lingkungan sekolah dan teman sebaya. Penyesuaian sosial di sekolah diartikan sebagai kemampuan dalam menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan guru, mata pelajaran, teman sebaya, dan warga sekolah lainnya serta situasi-situasi tertentu

yang ada di sekitar lingkungan sekolah secara efektif dan sehat sehingga siswa memperoleh kepuasan dalam upaya memenuhi kebutuhannya yang dapat dirasakan dan berdampak pada dirinya dan orang lain serta lingkungannya.

Seseorang yang memiliki penyesuaian yang baik adalah seseorang yang mampu merespon secara matang, efisien, memuaskan dan bermanfaat. Efisien yang dimaksud adalah apa yang dilakukan bisa memberikan hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkannya, dan tidak membuang waktu. Sedangkan yang dimaksud dengan respon yang sehat adalah respon yang sesuai dengan keadaan diri individu. Individu dikatakan memiliki penyesuaian sosial yang baik jika sudah memenuhi ciri-ciri sebagai berikut. Lawton dalam Hurlock (1997) mengemukakan 5 ciri yang dapat digunakan untuk mendeskripsikan dan menilai orang yang memiliki penyesuaian sosial yang baik, diantaranya mampu dan bersedia menerima tanggung jawab yang sesuai dengan usia, berpartisipasi dengan gembira dalam kegiatan yang sesuai untuk tingkat usia, bersedia menerima tanggung jawab yang berhubungan dengan peran mereka dalam hidup, segera menangani masalah yang menuntut penyelesaian, dan mengambil keputusan dengan senang, tanpa konflik, dan tanpa banyak meminta nasihat.

Begitu pentingnya penyesuaian sosial dalam kehidupan sehari-hari, tak terkecuali dalam dunia pendidikan, maka amatlah penting penyesuaian sosial untuk dikaji dan diperhatikan. Keberhasilan atau kegagalan siswa dalam proses penyesuaian sosialnya di sekolah berkaitan erat dengan faktor-faktor yang turut mempengaruhinya. Estiane (2013) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial salah satunya adalah kondisi perkembangan dan

kematangan, meliputi perkembangan dan kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional yang meliputi kecerdasan emosi seseorang remaja. Dari berbagai faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial, faktor kecerdasan emosi merupakan bagian yang terpenting karena akan membantu individu dalam menyelesaikan dan menghadapi segala konflik yang terjadi.

Artha (2013) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional yaitu kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa. Goleman (2009) mengungkapkan kecerdasan emosi terdiri dari lima aspek atau komponen utama yaitu : 1) mengenali emosi diri, suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi, 2) mengelola emosi, kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu, 3) memotivasi diri, kemampuan untuk bertahan dan terus menerus berusaha menemukan banyak cara demi mencapai tujuan, 4) mengenali emosi orang lain, kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain. 5) membina hubungan dengan orang lain, individu mampu menangani emosi orang lain.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur dkk (2018) menunjukkan ada kecenderungan di seluruh dunia, yaitu generasi sekarang lebih banyak mengalami kesulitan emosional dari pada generasi sebelumnya. Mereka lebih

kesepeian dan pemurung, lebih beringas dan kurang menghargai sopan santun, lebih gugup dan mudah cemas, lebih impulsif, dan agresif. Gejolak emosi yang terjadi akibat perubahan-perubahan yang dialami remaja ini, apabila tidak dapat dikendalikan, maka akan menjadi batu penghalang dalam pembentukan kecerdasan emosioal mereka, hal ini dapat terjadi karena remaja tidak mampu menerima segala perubahan yang terjadi dalam dirinya, sehingga mereka menilai dirinya secara negatif dan tidak mampu menghargai dan menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya, dengan kata lain remaja tersebut memiliki konsep diri yang rendah (negatif).

Konsep diri merupakan hal penting dalam membentuk tingkah laku, sehingga terkait dengan dunia pendidikan, saat ini pendidik semakin menyadari dampak konsep diri terhadap tingkah laku anak dalam kelas dan terhadap prestasinya (Soemanto 1998). Seperti dikemukakan oleh Burns (1993) bahwa konsep diri yang positif dapat membantu seseorang untuk meningkatkan kepercayaan terhadap dirinya sehingga dapat memotivasi seseorang untuk dapat menjadi lebih baik lagi. Konsep diri (self concept) merupakan seperangkat perspektif yang dipercaya orang mengenai dirinya sendiri. Peranan, talenta, keadaan emosi, nilai, keterampilan dan keterbatasan sosial, intelektualitas, dan seterusnya yang membentuk konsep diri West dkk (2008). Sedangkan Hughes (2008) yang juga mengatakan bahwa konsep diri merupakan deskripsi mengenai diri sendiri yang juga mengandung evaluasi terhadap diri.

Mead dalam Burns (1993) menjelaskan konsep diri sebagai pandangan, penilaian, dan perasaan individu mengenai dirinya yang timbul sebagai hasil dari

suatu interaksi sosial. Konsep diri mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku individu, yaitu bahwa individu akan bertingkah laku sesuai dengan konsep diri yang dimilikinya.

Berdasarkan data awal di SMK Muhammadiyah 2 Boja yang dilakukan pada siswa usia 15-17 tahun kelas X didapatkan informasi bahwa 30% siswa menyatakan salah mengambil jurusan yang mengakibatkan siswa sulit untuk melakukan penyesuaian dengan jurusannya saat ini. Hal tersebut sangat berpengaruh terhadap terbentuknya penyesuaian sosial pada siswa. Selain itu dari hasil wawancara dengan guru BK mengatakan bahwa siswa kelas X belum bisa menyesuaikan dengan lingkungan sekolah saat ini. Terbukti bahwa siswa masih membawa kebiasaan sejak SMP ketika di SMK. Seperti masih suka seenaknya sendiri, terlambat datang ke sekolah, masih bertingkah layaknya anak kecil entah pada saat KBM berlangsung maupun diluar jam pelajaran dan poin yang paling penting adalah siswa belum bisa membiasakan diri dengan peraturan di Sekolah.

Disamping adanya permasalahan penyesuaian sosial pada siswa, hal ini juga menjadi perhatian guru BK atau konselor sekolah yang menjadi agen membantu siswa berkembang ke arah yang positif dan optimal. Seorang konselor atau guru BK mampu mengembangkan aspek perilaku siswa lebih normatif sesuai dengan tujuan pendidikan di Indonesia. Sehingga implikasinya bagi seorang konselor atau guru BK yaitu seorang konselor atau guru BK harus membantu siswa agar memiliki konsep diri yang tinggi agar seorang siswa juga memiliki konsep diri yang tinggi dan membantu siswa agar bisa melakukan penyesuaian sosial sehingga siswa dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan di masanya dengan sesuai.

Berdasarkan uraian tersebut, telah disebutkan bahwa ada dua hal penyebab siswa tidak bisa melakukan penyesuaian sosial dengan baik yaitu konsep diri dan kecerdasan emosi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang seberapa signifikan hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMK Muhammadiyah 2 Boja tahun dengan mengangkat judul “Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hubungan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja?
2. Bagaimana hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja?
3. Bagaimana hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Membuktikan tentang Hubungan antara kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja.
2. Membuktikan tentang Hubungan antara konsep diri dan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja.

3. Membuktikan tentang Hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, yaitu sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan referensi untuk teori-teori mengenai kecerdasan emosi, konsep diri, dan penyesuaian sosial pada siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi kepala sekolah untuk mengetahui pentingnya penyesuaian sosial dan komunikasi yang baik antara kepala sekolah dengan siswa agar siswa dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik.
- b. Bagi guru BK dapat memberikan layanan untuk meningkatkan kecerdasan emosi agar dapat menyesuaikan sosial dimanapun siswa berada.
- c. Bagi peneliti lanjutan diharapkan penelitian ini menjadi bahan referensi mengenai teori kecerdasan emosi, konsep diri, dan penyesuaian sosial pada siswa.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Kajian Pustaka

Dalam bab ini akan dibahas kajian pustaka dari semua variabel. Namun sebelum itu akan diawali dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya yang kaitannya dengan penelitian ini. Penelitian terdahulu bertujuan untuk mengetahui perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, aspek-aspek yang diteliti, dan hasil penelitian sebelumnya

2.1.1 Penelitian Terdahulu

Setelah peneliti melakukan beberapa telaah terhadap penelitian, terdapat beberapa yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang peneliti lakukan. Berikut adalah beberapa penelitian yang ditemukan peneliti dan memiliki keterkaitan.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuliantini (2017) menunjukkan hasil bahwa kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial memiliki hubungan yang negatif. Berbeda dengan penelitian dilakukan oleh Septiyaningtiyas (2014) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang positif dan signifikan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial siswa. Dan selanjutnya adalah penelitian dilakukan oleh Pamungkas (2017) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan penyesuaian sosial pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Kesimpulannya yaitu semakin tinggi konsep diri yang dimiliki maka semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya, begitu pula sebaliknya.

2.2 Kajian Teori Penyesuaian Sosial

2.2.1 Pengertian Penyesuaian Sosial

Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan orang lain untuk kelangsungan hidupnya. Agar hubungan interaksi berjalan baik manusia diharapkan mampu untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan fisik maupun lingkungan sosialnya. Jadi kemampuan seseorang dalam beradaptasi dengan lingkungannya dipengaruhi oleh kemampuan penyesuaian dirinya. Penyesuaian sosial merupakan suatu proses yang berlangsung seumur hidup dan dilakukan oleh setiap individu agar individu tersebut dapat menjalankan peran dalam kehidupannya, dimana individu melakukan penyesuaian dalam berhubungan dengan lingkungan dan sesama manusia. Manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat berdiri sendiri tanpa adanya campur tangan atau bantuan dari orang lain, mereka membutuhkan orang lain untuk saling bekerjasama dan tolong-menolong, tujuannya adalah memenuhi segala kebutuhannya seperti kebutuhan individu akan pergaulan, penerimaan, dan pengakuan orang lain atas dirinya. Menurut B. Hurlock (1990) penyesuaian diartikan sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Pengertian penyesuaian sosial menurut Kartono (2008) ialah: “(1) penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial; (2) mempelajari tingkah laku yang diperlukan, atau mengubah kebiasaan yang ada, sedemikian rupa, sehingga cocok bagi suatu masyarakat sosial”.

Berdasarkan pendapat dari para ahli, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial adalah tingkah laku yang mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok atau lingkungannya sesuai dengan kesadaran dari dalam diri dan tuntutan lingkungan. Individu dikatakan berhasil melakukan penyesuaian social antara lain kemampuan individu dalam menjalin komunikasi dengan orang lain yang dapat mengembangkan sikap sosial yang menyenangkan, seperti berguna untuk orang lain, bisa memberi bantuan kepada orang lain, memenuhi aturan yang sudah ditetapkan di lingkungan atau didalam kelompok, mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kelompok, dan mampu bertindak sesuai dengan norma yang berlaku, bertoleransi serta diterima di dalam lingkungan maupun kelompoknya.

2.2.2 Aspek-aspek Penyesuaian Sosial

B. Hurlock (1990) telah mengemukakan berbagai aspek dalam penyesuaian sosial, diantaranya:

a. Penampilan nyata

Overt performance yang diperlihatkan individu sesuai norma yang berlaku di dalam kelompoknya, dapat memenuhi harapan kelompoknya, berarti individu dapat memenuhi harapan kelompoknya dan ia diterima menjadi anggota kelompok tersebut.

b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu mampu menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan baik dengan setiap kelompok yang dimasukinya, baik *peer*/teman sebaya, dan kelompok orang dewasa.

c. Sikap sosial

Individu dapat memperlihatkan dan menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, individu mampu berpartisipasi dan dapat menjalankan perannya sebagai individu yang baik dalam berbagai kegiatan sosial, hal tersebut mampu membuat penilaian dari orang lain bahwa individu tersebut dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial.

d. Kepuasan pribadi

Individu memiliki perasaan puas di dalam dirinya, ditandai dengan adanya rasa puas dan bahagia karena turut ikut ambil bagian dalam aktivitas kelompoknya dan mampu menerima keadaan diri sendiri dengan apa adanya dalam situasi sosial.

Penelitian ini mengacu pada pendapat Hurlock. Aspek-aspek penyesuaian sosial terdiri atas penampilan nyata (tentang bagaimana individu dapat memenuhi harapan kelompoknya), penyesuaian diri terhadap kelompok (bagaimana individu beradaptasi dengan kelompok), sikap sosial (sikap baik yang ditunjukkan individu ketika mampu beradaptasi dengan kelompok), dan kepuasan pribadi (adanya kesadaran diri).

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek penyesuaian sosial yaitu; (1) penampilan nyata (2) penyesuaian diri terhadap kelompok (3) sikap sosial dan (4) kepuasan pribadi.

2.2.3 Faktor-faktor Penyesuaian Sosial

Setiap individu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya

berbeda antara individu yang satu dengan individu yang lainnya. Proses penyesuaian sosial ditentukan oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal.

Sunarto dan Hartono (2011: 229-231) menjelaskan faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian sosial diantaranya:

a. Faktor Fisik

1. Kondisi jasmaniah

Struktur jasmaniah merupakan kondisi primer bagi tingkah laku karena sistem saraf, kelenjar, dan otot adalah faktor penting dalam proses penyesuaian sosial. Apabila terjadi gangguan-gangguan pada sistem saraf, kelenjar, dan otot dapat menyebabkan gejala gangguan kepribadian, tingkah laku, dan gangguan mental. Kondisi kesehatan jasmaniah yang baik akan mempengaruhi penyesuaian sosial. Jadi jika penyesuaian sosial yang baik dapat diperoleh dan dijaga dalam kondisi kesehatan jasmaniah yang baik.

2. Perkembangan, kematangan, dan penyesuaian diri

Dalam suatu proses perkembangan, respon anak berkembang dari respon yang bersifat instinktif menjadi respon yang diperoleh melalui belajar dan pengalaman yang telah dialaminya. Perubahan dan perkembangan respon individu terus meningkat sesuai dengan kian bertambahnya usia. Individu yang semakin bertambah usianya, menjadi semakin matang untuk melakukan respon yang menentukan pola penyesuaian sosialnya. Pola-pola penyesuaian social setiap individu berbeda, tidak sama antara individu yang satu dengan yang lainnya, hal tersebut dipengaruhi oleh tingkat kematangan yang dicapai individu

berbeda-beda. Emosi, sosial, moral, dan intelektual merupakan aspek kepribadian seseorang yang dipengaruhi oleh kondisi perkembangannya.

b. Faktor Psikologis

1. Pengalaman

Pengalaman individu turut mempengaruhi penyesuaian sosial. Pengalaman yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu diantaranya pengalaman yang menyenangkan, cenderung menimbulkan penyesuaian sosial yang baik, serta pengalaman traumatik, yaitu pengalaman yang cenderung mengakibatkan kegagalan dalam suatu penyesuaian sosial.

2. Belajar

Belajar adalah faktor dasar pada penyesuaian sosial. Melalui belajar, akan berkembang pola-pola respon yang akan membentuk suatu kepribadian. Belajar dalam proses penyesuaian sosial adalah modifikasi tingkah laku sejak fase-fase awal yang berlangsung terus menerus berkesinambungan dan diperkuat oleh kematangan individu.

3. Determinasi

Determinasi diri merupakan suatu faktor kekuatan yang mendorong individu untuk dapat mencapai sesuatu yang baik maupun sesuatu yang buruk, yang bertujuan untuk mencapai taraf penyesuaian yang tinggi atau yang dapat merusak diri. Determinasi diri berperan penting dalam proses penyesuaian sosial karena memiliki peranan dalam pengendalian pola dan arah pada penyesuaian sosial.

4. Konflik

Setiap individu dipastikan memiliki konflik dalam hidupnya. Konflik yang dihadapi tiap individu memiliki berbagai efek yang berpengaruh pada perilaku, namun efek konflik pada perilaku individu tergantung pada sifat konflik, diantaranya yaitu merusak, mengganggu, dan menguntungkan. Setiap individu memiliki cara tersendiri dalam mengatasi konflik, jadi antara individu satu dengan yang lain berbeda dalam menangani konflik. Cara-cara mengatasi konflik tersebut diantaranya dapat meningkatkan usaha ke arah pencapaian tujuan yang menguntungkan secara sosial. Individu yang mudah melakukan penyesuaian sosial yang baik dalam berbagai situasi yang berbeda adalah individu yang dapat mengatasi konflik yang telah dialaminya.

Faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian sosial menurut Sunarto dan Hartono (2011: 232-234) yaitu faktor lingkungan yang mencakup:

a. Pengaruh rumah tangga dan keluarga

Keluarga merupakan satuan kelompok sosial terkecil yang pertama kali menjadi tempat individu dalam melakukan interaksi sosial. Keluarga adalah faktor yang sangat penting dalam mengkondisikan penyesuaian sosial anak, anak belajar bersosialisasi pertama kali dengan keluarganya, anak diberikan dan diajarkan bagaimana menjadi makhluk sosial di dalam keluarga dan selanjutnya dikembangkan di masyarakat.

b. Hubungan orangtua dan anak

Proses penyesuaian sosial anak dipengaruhi oleh beberapa pola hubungan antara orangtua dan anak, diantaranya yaitu:

- 1) Menerima (*acceptance*), merupakan situasi dimana orangtua dapat menerima anaknya dengan baik, yang dapat menimbulkan suasana hangat, penuh kasih sayang, dan rasa aman bagi anak.
- 2) Menghukum dan disiplin yang berlebihan. Disiplin yang diterapkan oleh orangtua sebenarnya memiliki dampak positif yaitu dapat membantu untuk mengontrol anak, namun jika disiplin itu ditanamkan secara berlebihan atau terlalu kaku, dapat berakibat buruk pada anak yaitu menimbulkan suasana psikologis yang akan merugikan anak.
- 3) Memanjakan dan melindungi anak secara berlebihan dapat mengakibatkan perasaan tidak aman bagi anak, anak cenderung memiliki sikap rendah diri, serta gejala-gejala buruk yang lainnya.
- 4) Penolakan, suatu pola dimana orangtua menolak kehadiran anaknya, mengakibatkan hambatan dalam proses penyesuaian sosial anak, anak mengalami kesulitan dalam bersosialisasi.

c. Hubungan Saudara

Hubungan antar saudara memiliki pengaruh dalam proses penyesuaian sosial anak. Apabila terjalin suasana hubungan saudara yang kooperatif, penuh persahabatan, penuh kasih sayang, dan saling menghormati dapat memudahkan tercapainya penyesuaian sosial yang lebih baik, begitupun sebaliknya apabila terjadi suasana yang penuh dengan kebencian, perselisihan, permusuhan, dan pertengkaran antara saudara akan menimbulkan kesulitan dan kegagalan dalam mencapai penyesuaian sosial yang baik.

d. Masyarakat

Masyarakat merupakan suatu kelompok sosial yang paling besar dan berpengaruh besar pada pola hidup anggotanya. Keadaan lingkungan masyarakat adalah kondisi yang menentukan proses penyesuaian sosial.

e. Sekolah

Sekolah adalah tempat terjadinya proses belajar mengajar, dimana di sekolah anak mendapatkan pelajaran intelektual, sosial, dan moral. Hasil pendidikan di sekolah merupakan bekal untuk penyesuaian sosial di masyarakat. Budaya dan agama

Menurut B. Hurlock (1990) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu:

a. Pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah

Pola perilaku sosial yang diterapkan di rumah atau dalam lingkungan keluarga mempengaruhi penyesuaian sosial di lingkungan, baik lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat. Apabila pola perilaku yang dikembangkan di rumah bersifat buruk, maka anak akan menemui kesulitan untuk melakukan penyesuaian sosial yang baik di lingkungan luar, begitupun sebaliknya apabila penyesuaian sosial di rumah baik maka anak dalam melakukan penyesuaian sosial tidak akan mengalami hambatan.

b. Model perilaku untuk ditiru

Orangtua seharusnya memberikan contoh dan menjadi tauladan yang baik bagi anaknya. Memberikan perilaku yang baik untuk ditiru di lingkungan rumah akan mempermudah anak dalam melakukan penyesuaian sosial di luar

rumah, begitu sebaliknya apabila di lingkungan rumah kurang adanya model perilaku untuk ditiru maka anak akan mengalami hambatan dalam penyesuaian sosial di luar rumah.

c. Belajar

Kurangnya motivasi untuk belajar melakukan penyesuaian sosial sering timbul dari pengalaman sosial awal yang tidak menyenangkan di rumah atau di luar rumah, sedangkan belajar dari pengalaman yang menyenangkan akan memberikan motivasi dalam penyesuaian sosial di dalam rumah atau di luar rumah.

d. Bimbingan dari orangtua

Bimbingan orangtua sangatlah penting untuk melatih anak melakukan penyesuaian sosial dengan baik. Untuk itu sebagai orangtua sebaiknya bersikap aktif dalam membimbing dan mendidik anak.

Berdasarkan uraian, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor penyesuaian sosial terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi yaitu berupa faktor fisik dan faktor psikologis. Faktor fisik terdiri atas kondisi jasmani dan perkembangan/kematangan individu, sedangkan faktor psikologis berupa pengalaman yang dialami individu, pembelajaran akan suatu yang telah terjadi, konflik yang dihadapi individu, dan determinan. Faktor eksternal yang mempengaruhi yaitu, keluarga, terdiri dari pengaruh pola asuh keluarga, hubungan yang harmonis dalam keluarga, yaitu hubungan yang melibatkan antara orangtua dan anak, serta dengan saudara, untuk terciptanya suasana yang penuh cinta kasih,

kehangatan, keceriaan, serta peran masyarakat, peranan sekolah beserta anggotanya, guru, konselor, dan lain sebagainya, budaya dan agama juga menjadi `indikasi penyesuaian sosial yang baik jika semua berjalan selaras.

2.2.4 Bentuk-bentuk Penyesuaian Sosial

Poerwanti, E dan Widodo (2002) penyesuaian sosial remaja harus dicapai dalam berbagai bentuk kelompok. Penyesuaian ini disamping untuk kepentingan dirinya juga untuk memenuhi harapan sosial yang merupakan tanggung jawab remaja terhadap lingkungan sosialnya yaitu sebagai berikut:

a. Penyesuaian dalam keluarga

Remaja perlu menyesuaikan diri dengan pola asuh yang diterapkan keluarga

b. Penyesuaian dengan lingkungan terdekat

Kelompok sosial terdekat adalah kelompok teman sebaya atau peer group.

Dalam kelompok ini remaja berusaha untuk dapat menerimanya dan dapat diterima oleh anggota kelompoknya.

c. Penyesuaian dalam lingkungan masyarakat

Penyesuaian remaja dalam masyarakat akan terbentuk bila masyarakat memberikan dukungan dengan pembelajaran yang dapat diterima oleh remaja

d. Penyesuaian dalam lingkungan sekolah

Penyesuaian sosial siswa di sekolah menurut Sofwan Willis (1993) adalah penyesuaian diri terhadap guru, mata pelajaran, teman sebaya, dan lingkungan sekolah.

Menelaah pendapat Sofyan Willis, sebagai individu siswa harus dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan sebaik-baiknya di lingkungan

tempat ia berada yaitu lingkungan sekolah. Siswa dituntut untuk selalu dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosialnya dengan bersikap dan bertingkah laku sesuai dengan aturan, nilai, dan norma yang berlaku. Penyesuaian sosial siswa di sekolah terdiri atas penyesuaian diri terhadap guru, mata pelajaran, teman sebaya, dan lingkungan sekolah.

Penyesuaian diri yang pertama, yaitu penyesuaian diri siswa terhadap guru dimana dipengaruhi oleh sikap guru. Guru yang dipandang sebagai figur pendidik yang memiliki pengaruh penting terhadap penyesuaian siswanya, sehingga dituntut adanya sikap-sikap guru yang efektif. Sikap guru dalam hal ini yaitu bagaimana cara seorang guru dalam menghadapi siswanya. Untuk dapat menciptakan penyesuaian diri siswa yang baik, guru harus memiliki sikap yang bersahabat dimana ia dapat menciptakan suasana keakraban dengan siswa yang akan berakibat pada timbulnya rasa nyaman pada diri siswa. Hal ini dapat membantu guru dalam mengetahui karakteristik setiap siswanya yang akan menuntun guru pada berbagai cara yang harus dilakukan ketika berhadapan dengan siswa.

Kedua, penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran. Penyesuaian ini berkaitan dengan kurikulum pendidikan yang diberlakukan pada sekolah. Kurikulum yang diberlakukan harus mengacu pada kemampuan siswa. Penyesuaian diri siswa terhadap mata pelajaran berdasarkan kurikulum yang disesuaikan, masih tetap bergantung pada profesionalitas guru, seperti bagaimana guru dalam menentukan dan menggunakan metode belajar yang tepat, pemahaman akan keadaan dan karakteristik tiap siswanya, dan sikap demokratis yang dimiliki.

Ketiga, penyesuaian diri siswa terhadap teman sebaya. Penyesuaian ini ditandai dengan adanya pengaruh yang besar dari teman sebaya. Apabila dalam melakukan penyesuaian siswa berada di kelompok sosial yang baik, maka akan berpengaruh pada keadaan yang positif yaitu timbulnya perilaku positif siswa, namun sebaliknya apabila siswa menyesuaikan diri dalam kelompok sosial yang buruk, maka akan berakibat timbulnya perilaku buruk dan negatif yang dimiliki siswa.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bentuk-bentuk penyesuaian sosial terdiri dari; penyesuaian sosial dalam lingkungan keluarga, penyesuaian sosial dengan lingkungan dekat, penyesuaian sosial dalam lingkungan sekolah, dan penyesuaian sosial dalam lingkungan masyarakat.

2.3 Kajian Teori Kecerdasan Emosi

2.3.1 Pengertian Kecerdasan Emosi

Goleman (2002:512) mengemukakan kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial.

Menurut Cooper, R.K dkk (2002) kecerdasan emosi sebagaimana di bawah ini:

“Emotional Intelligence is the ability to sense, understand, and effectively apply the power and acumen of emotions as a source of human energy, information, connection, and influence.”

“(Kecerdasan Emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif mengaplikasikan kekuatan serta kecerdasan emosi sebagai sebuah sumber energi manusia, informasi, hubungan, dan pengaruh).”

Kecerdasan emosi menentukan kemampuan kita untuk mempelajari berbagai keterampilan praktis yang mengandung beberapa unsur, diantaranya unsur kesadaran diri, motivasi, pengaturan diri, empati, dan kecakapan dalam membina hubungan dalam berinteraksi dengan orang lain. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan yang berbeda namun tetap saling melengkapi satu sama lain, misalnya dengan kecerdasan akademik (*academic intelligence*) merupakan kemampuan-kemampuan kognitif yang murni yang diukur dengan IQ.

Berdasarkan beberapa definisi yang dikemukakan oleh para ahli, maka dapat diartikan bahwa kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali dan menggunakan perasaan dan emosinya untuk bertindak dalam kehidupan sehari-hari yang meliputi kesadaran diri, mengelola emosi, dan memanfaatkan emosi secara produktif, empati, dan membina hubungan. Dengan kata lain kecerdasan emosi berarti tentang bagaimana seseorang yang dipandang sebagai individu atau pribadi dalam berhubungan dan berinteraksi dengan lingkungan untuk dapat menggunakan dan memanfaatkan emosi secara baik, efektif, dan efisien untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

2.3.2 Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi

Salovey dan Mayer (1990) dua ahli yang mengembangkan konsep kecerdasan emosi, merangkum kecerdasan emosi ke dalam lima aspek, yakni:

a. Kesadaran diri (*self awareness*)

Meliputi kemampuan mengobservasi dan mengenali perasaan yang dimiliki oleh diri sendiri.

b. Mengelola emosi (*managing emotions*)

Yaitu kemampuan dalam mengelola emosi, baik emosi yang menyenangkan ataupun emosi tidak menyenangkan, secara akurat dan dapat memahami alasan dibalik timbulnya sebuah emosi dengan baik.

c. Memotivasi diri sendiri (*motivating oneself*)

Yaitu kemampuan dalam mengelola emosi, baik emosi yang menyenangkan ataupun emosi tidak menyenangkan, secara akurat dan dapat memahami alasan dibalik timbulnya sebuah emosi dengan baik.

d. Empati (*emphaty*)

Adalah suatu kemampuan seseorang untuk dapat mengelola sensitifitas, dapat menempatkan diri pada sudut pandang orang lain dan juga dapat menghargainya.

e. Menjaga relasi (*handling relationship*)

Merupakan kemampuan berinteraksi dan menjaga hubungan sehat dengan orang lain. kemampuan menjaga relasi sering disebut sebagai kemampuan sosial atau interpersonal Anthony (2003)

Goleman (2009:45) menyatakan bahwa secara umum ciri-ciri seseorang memiliki kecerdasan emosi adalah mampu memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak

melumpuhkan kemampuan berfikir serta berempati dan berdoa. Lebih lanjut Goleman (2009:58) merinci lagi aspek-aspek kecerdasan emosi secara khusus sebagai berikut:

a. Mengenali emosi diri

Yaitu kemampuan individu yang berfungsi untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu, mencermati perasaan yang muncul. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya menandakan bahwa orang berada dalam kekuasaan emosi. Kemampuan mengenali diri sendiri meliputi kesadaran diri.

b. Mengelola emosi

Yaitu kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat akibat yang timbul karena kegagalan ketrampilan emosi dasar. Orang yang buruk kemampuan dalam ketrampilan ini akan terus menerus bernaung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar akan dapat bangkit kembali jauh lebih cepat. Kemampuan mengelola emosi meliputi kemampuan penguasaan diri dan kemampuan menenangkan kembali.

c. Memotivasi diri sendiri

Yaitu kemampuan untuk mengatur emosi merupakan alat untuk mencapai tujuan dan sangat penting untuk memotivasi dan menguasai diri. Orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam upaya apapun yang dikerjakannya. Kemampuan ini didasari oleh kemampuan 15 mengendalikan emosi , yaitu menahan diri terhadap kepuasan

dan mengendalikan dorongan hati. Kemampuan ini meliputi: pengendalian dorongan hati, kekuatan berfikir positif dan optimis.

d. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan ini disebut empati, yaitu kemampuan yang bergantung pada kesadaran diri emosional, kemampuan ini merupakan ketrampilan dasar dalam bersosial. Orang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial tersembunyi yang mengisyaratkan apa yang dibutuhkan orang atau dikehendaki orang lain.

e. Membina hubungan.

Seni membina hubungan sosial merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain, meliputi ketrampilan sosial yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan hubungan antar pribadi.

Casmini (2007) menyebutkan empat aspek kecerdasan emosi, diantaranya adalah:

a. Kesadaran emosi (*emotional literacy*)

Kemampuan yang bertujuan untuk membangun rasa percaya diri pribadi melalui pengenalan emosi yang telah dialami dan kejujuran akan emosi yang dirasakan.

b. Kebugaran emosi (*emotional fitness*)

Kemampuan yang memiliki tujuan untuk mempertegas antusiasme dan ketangguhan dalam menghadapi tantangan dan perubahan, yang terdiri dari kemampuan mempercayai orang lain, mengelola konflik, dan mengatasi suatu kekecewaan dengan cara yang paling membangun.

c. Kedalaman emosi (*emotional depth*)

Mencakup komitmen untuk menelaraskan hidup dan kerja dengan bakat unik yang dimiliki, berupa tanggung jawab yang tidak memaksakan otoritas.

d. Alkimia emosi (*emotional alchemy*)

Mencakup keterampilan bersaing dengan peka terhadap solusi dan peluang untuk mengevaluasi yang telah terjadi sebelumnya, menghadapi masa kini, serta mempertahankan masa depan.

Goleman (2002) menyebutkan lima unsur kecerdasan emosi, diantaranya yaitu;

- a. Kesadaran diri (*self-awareness*): yaitu mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan sendiri, memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri, dan kepercayaan diri yang kuat.
- b. Pengaturan diri (*self-regulation*): yaitu menangani emosi kita sedemikian rupa sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati, dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, serta mampu segera pulih kembali dari tekanan emosi.
- c. Motivasi (*motivation*): yaitu menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif, dan bertindak sangat efektif, serta untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

- d. Empati (*emphaty*): yaitu merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya, dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.
- e. Ketrampilan sosial (*social skill*): yaitu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan ketrampilan-ketrampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, serta untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosi meliputi; kesadaran diri, mengenali emosi diri, memotivasi diri sendiri, empati pada orang lain, dan menjaga relasi dengan orang lain.

2.3.3 Faktor-Faktor Kecerdasan Emosi

Tingkat kecerdasan emosi yang dimiliki oleh setiap individu berbeda, hal ini disebabkan karena beberapa faktor yang mempengaruhinya, seperti dipaparkan oleh Casmimi (2007:23) ada dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi, faktor tersebut terbagi menjadi faktor internal dan faktor

Berikut penjelasan masing-masing faktor:

a. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang timbul dari dalam diri individu yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosi seseorang, otak emosi dipengaruhi oleh keadaan *amigdala*, *neokorteks*, *sistem limbik*, *lobus prefontal* dan hal-hal lain yang berada pada otak emosi.

b. Faktor eksternal

Dimaksudkan sebagai faktor yang datang dari luar individu dan mempengaruhi individu untuk mengubah sikap. Pengaruh luar yang bersifat individu dapat secara perorangan ataupun kelompok. Pengaruh individu terhadap kelompok atau sebaliknya, juga dapat bersifat tidak langsung yaitu melalui perantara misalnya media masa, baik cetak maupun elektronik.

Goleman (2005) menjelaskan faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu anatomi saraf otak. Anatomi saraf emosi individu, yaitu *korteks* (bagian otak yang digunakan untuk berpikir) dan *sistem limbik* (bagian otak yang menangani masalah emosi).

a. Korteks

Bagian ini berupa bagian berlipat-lipat kira kira 3 milimeter yang membungkus hemisfer serebral dalam otak. *Korteks* berperan penting dalam memahami sesuatu secara mendalam untuk menganalisis mengapa mengalami perasaan tertentu yang selanjutnya berbuat sesuatu untuk mengatasinya. *Korteks* khusus *lobus prefrontal*, dapat bertindak sebagai saklar peredam yang memberi arti terhadap situasi emosi sebelum berbuat sesuatu.

b. Sistem limbik

Sistem limbik disebut sebagai emosi otak yang letaknya jauh didalam hemisfer otak besar, bertanggung jawab atas pengaturan emosi dan implus. Sistem limbik terdiri atas:

1. *Hippocampus* (tempat berlangsungnya proses pembelajaran emosi dan tempat disimpannya emosi).
2. *Amigdala* (pusat pengendalian emosi pada otak).

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosi individu, yaitu faktor internal yang terdiri atas anatomi saraf emosi berupa *korteks, lobus prefrontal, sistem limbik, amigdala, dan hippocampus*, serta faktor eksternal yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu keadaan atau kondisi lingkungan, yang meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

2.4 Kajian Teori Konsep Diri

Konsep diri merupakan salah satu hal terpenting dalam mempengaruhi tingkah laku manusia.

2.4.1 Pengertian Konsep Diri

Konsep diri menurut Nur dkk (2008) merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri bukan merupakan faktor bawaan, melainkan berkembang dari pengalaman yang terus menerus dan terdiferensiasi.

Konsep diri merupakan hal penting dalam membentuk tingkah laku, sehingga terkait dengan dunia pendidikan, saat ini pendidik semakin menyadari dampak konsep diri terhadap tingkah laku anak dalam kelas dan terhadap prestasinya Soemanto (1998). Seperti dikemukakan oleh Burns (1993) bahwa konsep diri yang positif dapat membantu seseorang untuk meningkatkan kepercayaan terhadap dirinya sehingga dapat memotivasi seseorang untuk dapat menjadi lebih baik lagi.

Mead menjelaskan konsep diri sebagai pandangan, penilaian, dan perasaan individu mengenai dirinya yang timbul sebagai hasil dari suatu interaksi sosial. Konsep diri mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku individu, yaitu individu akan bertingkah laku sesuai dengan konsep diri yang dimiliki. Pernyataan tersebut didukung oleh Burns (1993) yang menyatakan bahwa konsep diri akan mempengaruhi cara individu dalam bertingkah laku di tengah masyarakat. Maka, siswa dengan konsep diri yang tinggi akan cenderung memiliki tingkat kemandirian dalam belajar yang tinggi. Sebaliknya siswa dengan konsep diri yang rendah, akan cenderung memiliki tingkat kemandirian dalam belajar yang rendah pula.

Irawan (2017) mengatakan jika seseorang memiliki konsep diri positif, maka seseorang tersebut akan menerima dirinya maupun orang lain dengan baik. Sedangkan seseorang yang memiliki konsep diri negatif akan berdampak pada dirinya dengan ditandai tidak percaya diri dan merasa kurang berharga dalam hidupnya.

Sugiyono (2005) menambahkan, bahwa seseorang yang mempunyai konsep diri positif cenderung akan merancang tujuannya secara realistis dan mampu menerima kekurangan serta kelebihan yang dimilikinya. Sedangkan seseorang yang mempunyai konsep diri negatif akan ditandai dengan pengetahuan yang tidak tepat tentang dirinya, tidak dapat menghargai dirinya, berpandangan yang tidak realistis dan akan merasa rendah diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Killing (2015) yang menyatakan bahwa konsep diri yang positif adalah bentuk penerimaan. Seseorang yang memiliki konsep diri positif akan

menganal dirinya dengan baik. Orang yang memiliki konsep diri positif akan bersifat stabil dan dapat merancang tujuannya secara realistis. Sedangkan orang yang memiliki konsep diri negatif akan ditandai dengan pandangan yang tidak teratur serta tidak mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya dan konsep dirinya terlalu stabil, terlalu teratur, dengan kata lain orang tersebut memiliki konsep diri yang kaku.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah gambaran yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri yang tebetuk melalui pengalaman sebagai hasil dari suatu interaksi sosial.

2.4.2 Aspek-Aspek Konsep Diri

Berzonsky dalam Maria (2007) mengemukakan bahwa aspek-aspek konsep diri meliputi:

- a. Aspek fisik (*physical self*) yaitu penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan sebagainya.
- b. Aspek sosial (*social self*) meliputi bagaimana peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap performanya.
- c. Aspek moral (*moral self*) meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan individu.
- d. Aspek psikis (*psychological self*) meliputi pikiran, perasaan, dan sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Sementara itu melengkapi pendapat di atas, Fitts (dalam Burns, 1979, dalam Maria, 2007) mengajukan aspek-aspek konsep diri, yaitu:

- a. Diri fisik (*physical self*). Aspek ini menggambarkan bagaimana individu memandang kondisi kesehatan, badan, dan penampilan fisiknya.
- b. Diri moral & etik (*morality & ethical self*). Aspek ini menggambarkan bagaimana individu memandang nilai-nilai moral-etik yang dimilikinya. Meliputi sifat-sifat baik atau sifat-sifat jelek yang dimiliki dan penilaian dalam hubungannya dengan Tuhan.
- c. Diri sosial (*social self*). Aspek ini mencerminkan sejauhmana perasaan mampu dan berharga dalam lingkup interaksi sosial dengan orang lain.
- d. Diri pribadi (*personal self*). Aspek ini menggambarkan perasaan mampu sebagai seorang pribadi, dan evaluasi terhadap kepribadiannya atau hubungan pribadinya dengan orang lain.
- e. Diri keluarga (*family self*). Aspek ini mencerminkan perasaan berarti dan berharga dalam kapasitasnya sebagai anggota keluarga.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan dalam menjelaskan aspek-aspek konsep diri, tampak bahwa pendapat para ahli saling melengkapi meskipun ada sedikit perbedaan, sehingga dapat dikatakan bahwa aspek-aspek konsep diri mencakup diri fisik, diri psikis, diri sosial, diri moral, dan diri keluarga.

2.4.3 Faktor-Faktor Konsep Diri

Pudjjogyanti (1993) mengemukakan ada beberapa peranan atau factor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri, antara lain :

- a. Peranan citra fisik

Tanggapan dari individu lain mengenai keadaan fisik individu yang ia lihat akan didasari oleh adanya dimensi tubuh ideal. Dimensi mengenai bentuk

tubuh ideal berbeda antara kebudayaan satu dengan kebudayaan lain dari waktu ke waktu. Tetapi pada umumnya bentuk tubuh ideal laki-laki adalah atletis, berotot, dan kekar, sedangkan bentuk tubuh ideal wanita adalah halus, lemah, dan kecil. Dengan adanya dimensi tubuh ideal sebagai patokan untuk menganggapi keadaan fisik individu lain, maka setiap individu berusaha mencapai patokan ideal tersebut. Setiap individu menganggap bahwa ia akan mendapat tanggapan positif dari individu lain apabila ia berhasil mencapai patokan tubuh ideal. Kegagalan atau keberhasilan mencapai patokan tubuh ideal yang telah ditetapkan masyarakat merupakan keadaan yang sangat mempengaruhi pembentukan citra fisiknya, padahal citra fisik merupakan sumber untuk membentuk konsep diri.

b. Peranan jenis kelamin

Adanya perbedaan biologis antara laki-laki dan wanita menentukan pula peran masing-masing jenis kelamin. Perbedaan peran tersebut menyebabkan dunia wanita hanya terbatas pada dunia keluarga, sehingga dikatakan wanita tidak akan mampu mengembangkan diri sepanjang hidupnya. Sementara itu, laki-laki dapat lebih mengembangkan diri secara optimal, karena laki-laki berkecimpung dalam kehidupan di luar rumah. Dengan adanya perbedaan peran jenis kelamin, wanita selalu bersikap negatif terhadap dirinya. Wanita juga kurang percaya diri apabila ia diminta menunjukkan seluruh kemampuannya. Pudjijogyanti (1993) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa laki-laki mempunyai sumber konsep diri yang berbeda dengan wanita. Konsep diri laki-laki bersumber pada keberhasilan pekerjaan, persaingan, dan kekuasaan. Konsep diri wanita bersumber pada keberhasilan tujuan pribadi, citra fisik, dan keberhasilan dalam hubungan keluarga.

Sejalan dengan penelitian ini Douvan dan Adelson (dalam Pudjijogyanti 1993) menyimpulkan bahwa konsep diri laki-laki dipengaruhi oleh prestasinya, sedangkan konsep diri wanita oleh daya tarik fisik dan popularitas diri. Dari kedua penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konsep diri laki-laki bersumber pada keberhasilan dalam menunjukkan citra kelaki-lakiannya, yaitu keagresifan dan kekuatan. Sedangkan konsep diri wanita bersumber pada keberhasilan menunjukkan citra kewanitaannya, yaitu kelembutan.

c. Peranan perilaku orang tua

G.H Mead (dalam Pudjijogyanti 1993) menulis bahwa konsep diri merupakan produk sosial yang dibentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman-pengalaman psikologis. Pengalaman-pengalaman psikologis ini merupakan hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisiknya dan refleksi dirinya yang diterima dari orang-orang penting di sekitarnya. Lingkungan pertama yang menanggapi perilaku kita adalah lingkungan keluarga, maka dapat dikatakan bahwa keluarga merupakan ajang pertama dalam pembentukan konsep diri anak. Cara orang tua memenuhi kebutuhan fisik anak dan kebutuhan psikologis anak merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap seluruh perkembangan kepribadian anak. Pengalaman anak dalam berinteraksi dengan seluruh anggota keluarga merupakan penentu pula dalam berinteraksi dengan orang lain di kemudian hari. Jadi, bagaimana pandangan dan sikap individu terhadap dunia luar, mempercayai atau mencurigai, banyak dipengaruhi oleh pengalaman masa kecil ketika berinteraksi dengan lingkungan keluarga.

d. Peranan faktor social

Konsep diri terbentuk karena adanya interaksi individu dengan orang-orang disekitarnya. Apa yang dipersepsi individu lain mengenai diri individu, tidak terlepas dari struktur, peran, dan status sosial yang disandang individu. Struktur, peran, dan status sosial merupakan gejala yang dihasilkan dari adanya interaksi antara individu dengan kelompok, atau antara kelompok dengan kelompok. Adanya struktur, peran, dan status sosial yang menyertai persepsi individu lain terhadap diri individu merupakan petunjuk bahwa seluruh perilaku individu dipengaruhi oleh faktor sosial. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Kurt Lewin, yaitu perilaku individu merupakan fungsi dari karakteristik individu dan karakteristik lingkungannya.

2.4.4 Dimensi-dimensi Konsep Diri

Berikut akan dijabarkan mengenai dimensi-dimensi dari konsep diri. Berzonsky (1981) yang mengatakan bahwa konsep diri mencakup pandangan diri terhadap empat dimensi, yaitu (1) diri fisik (*physical self*), meliputi seluruh kepemilikan individu yang terwujud dalam benda-benda nyata seperti tubuh, pakaian, dan sebagainya, (2) diri sosial (*social self*), meliputi peran sosial dan penilaian terhadap diri individu dan lingkungan, (3) diri moral (*moral self*), meliputi semua nilai dan prinsip yang berupa moral dan etika individu dalam kehidupan (4) diri psikis (*psychological self*), meliputi pemikiran, perasaan, dan sikap individu terhadap diri sendiri (proses ego). Hal ini senada dengan pendapat Irawan (2017) yang mengemukakan bahwa konsep diri dipengaruhi oleh dimensi internal dan dimensi eksternal.

1. Dimensi internal terdiri dari tiga bentuk, yaitu diri identitas (*identity self*), diri pelaku (*behavioral self*) dan diri penerimaan/penilai (*judging self*).
2. Dimensi eksternal dibagi menjadi lima bentuk yaitu:
 - a. Diri fisik (*physical self*), ialah persepsi seseorang terhadap pada keadaan fisik seseorang baik bentuk wajah, bentuk tubuh, warna kulit dan lain sebagainya.
 - b. Diri etik-moral (*moral-ethical self*), yaitu pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri yang dilihat dari sudut pandang moral dan etika.
 - c. Diri pribadi (*personal self*), yaitu pandangan seseorang terhadap keadaan pribadinya baik sikap maupun sifat.
 - d. Diri keluarga (*family self*), yaitu perasaan dan harga diri seorang individu dalam keluarga.
 - e. Diri social (*social self*), mengarah pada penilaian diri terhadap lingkungan sekitar individu.

Berbeda halnya dengan pendapat Calhoun & Acocella Irawan (2017) yang menyebutkan ada beberapa dimensi yang terkandung dalam konsep diri, yaitu;

1. Dimensi pengetahuan, dimensi ini maksudnya tentang pengetahuan diri seseorang yang seerti seperti suku, usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan lain sebagainya.
2. Dimensi harapan, maksudnya seseorang yang memiliki harapan untuk dirinya sendiri. Adanya harapan ini disebut diri-ideal. Apapun harapan seseorang pasti berguna untuk masa depannya. Diri ideal tiap individu pasti berbeda-beda yang dapat diwujudkan oleh diri individu itu sendiri.

3. Dimensi Penilaian, maksudnya ialah penilaian individu terhadap dirinya sendiri.. Setiap individu memiliki penilaian baik atau buruk tentangnya diri sendiri setiap hari.

2.4.5 Konsep Diri Negatif

Ada dua jenis konsep diri negatif, yang pertama, pandangan seseorang tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, dia tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri, dia benar-benar tidak tahu siapa dia, apa kekuatan dan kelemahannya, atau apa yang dia hargai dalam hidupnya. Kondisi ini umum dan normal di antara para remaja. Tipe kedua dari konsep diri negatif hampir merupakan lawan dari yang pertama. Di sini konsep diri itu terlalu stabil dan terlalu teratur, dengan kata lain kaku. Mungkin karena dididik dengan sangat keras, individu tersebut menciptakan citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum besi yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat. Pada kedua tipe konsep diri negatif, informasi baru tentang diri hampir pasti menjadi penyebab kecemasan, rasa ancaman terhadap diri (Calhoun dkk 1990)

William D. Brooks dan Philip Emmert (dalam Rakhmat 2005) mengungkapkan ada empat tanda orang yang memiliki konsep diri negatif, yaitu:

- a. Ia peka pada kritik
- b. Responsif sekali terhadap pujian
- c. Merasa tidak disenangi orang lain
- d. Bersikap pesimis terhadap kompetisi

Konsep diri yang negatif timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan sendiri. Orang yang tidak menyenangkan dirinya merasa bahwa dirinya tidak

akan mampu mengatasi persoalan. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Ia takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya. Orang yang takut dalam interaksi sosial, akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi, dan akan berbicara apabila terdesak saja. Tentu tidak semua ketakutan komunikasi disebabkan kurangnya percaya diri, tetapi di antara berbagai faktor, percaya diri adalah yang paling menentukan (Rakhmat, 2005).

2.4.6 Konsep Diri Positif

Dasar dari konsep diri yang positif bukanlah kebanggaan yang besar tentang diri tetapi lebih berupa penerimaan diri, dan kualitas ini lebih mungkin mengarah pada kerendahan hati dan kedermawaan daripada keangkuhan dan kekeogisan. Orang dengan konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri; karena secara mental mereka dapat menyerap semua informasi ini, tidak satupun dari informasi tersebut yang merupakan ancaman baginya. Konsep diri positif cukup luas untuk menampung seluruh pengalaman mental seseorang, evaluasi tentang dirinya sendiri menjadi positif, dan dapat menerima dirinya sendiri secara apa adanya. Hal ini tidak berarti bahawa mereka tidak pernah kecewa terhadap dirinya sendiri atau bahwa mereka gagal mengenali kesalahannya sebagai suatu kesalahan, mereka merasa tidak perlu meminta maaf untuk eksistensinya, dan dengan menerima dirinya sendiri mereka juga dapat menerima orang lain (Calhoun dkk 1990).

2.5 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir menjelaskan tentang bagaimana teori hubungan dengan faktor yang telah diidentifikasi sebelumnya Sugiyono (2016). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel independen yaitu kecerdasan emosi dan konsep diri serta satu variabel dependen yaitu penyesuaian sosial. Berikut merupakan gambaran antara ketiga variabel tersebut:

2.5.1 Hubungan antara kecerdasan emosi (X1) terhadap penyesuaian sosial (Y)

Terdapat pernyataan dari Engelberg, E. dkk (2004) yang mengatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan dengan penyesuaian sosial. kecerdasan emosional dan penyesuaian sosial memiliki hubungan positif yang signifikan. Menurut Ahmad dkk (2009) terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial. Semakin tinggi kecerdasan emosional, maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial. Ditinjau dari aspek-aspek kecerdasan emosional yaitu Kesadaran diri, pengaturan diri, Motivasi, empati, dan Keterampilan sosial dalam menyelesaikan masalah, ditemukan bahwa ketika seseorang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan memiliki penyesuaian sosial yang baik.

Greenberg, Kusche dan Quamma (dalam Akinlolu, 2005) menyatakan bahwa kecerdasan emosi berkontribusi besar terhadap penyesuaian sosial. Sedangkan Salovey, Mayer, dan Carusso (dalam Akinlolu, 2005) siswa yang mempunyai tingkat kecerdasan emosi yang tinggi akan mudah untuk melakukan penyesuaian sosial seperti penerimaan diri, hubungan yang positif dengan yang lain, otonomi, mempunyai tujuan hidup, dan tumbuh kembang diri. Dengan kata

lain bahwa tingkat kecerdasan emosi akan berpengaruh terhadap penyesuaian sosial dimana seseorang tinggal.

Dari pernyataan diatas dapat diartikan, bahwa penyesuaian sosial seseorang berhubungan dengan kecerdasan emosinya. Jika seseorang memiliki kecerdasan emosi yang positif maka akan mampu melakukan penyesuaian sosial dengan baik. Sebaliknya jika seseorang memiliki kecerdasan emosi yang negatif maka akan menghambat siswa dalam melakukan penyesuaian sosial.

2.5.2 Hubungan antara konsep diri (X2) terhadap penyesuaian sosial (Y)

Penyesuaian sosial merupakan suatu proses yang berlangsung seumur hidup dan dilakukan oleh setiap individu agar individu tersebut dapat menjalankan peran dalam kehidupannya. Penyesuaian sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah konsep diri (Haryadi, 1995 : 110). Hal ini dikemukakan oleh Hurlock yang mengatakan bahwa individu dengan penialain positif akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, serta dapat melakukan interaksi sosial secara tepat.

Penelitian yang dilakukan Scott, R., dkk (dalam Ary dkk, 2009) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat inteligensi tinggi akan menunjukkan penyesuaian sosial yang lebih baik tanpa melihat perbedaan jenis kelaminnya. Sama halnya dengan pendapat Schneiders (1964) yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat inteligensi tinggi cenderung akan bereaksi secara tepat terhadap situasi sosial yang dihadapi, sebab inteligensi berhubungan dengan pengaturan diri (self-regulation) dan realisasi diri (self-realization).

Pengaturan diri adalah kemampuan untuk mengatur diri dan mengarahkan diri dalam menghadapi situasi yang sulit dan dihadapkan dengan konflik sehingga dapat mencari jalan keluar secara tepat, efektif, dan efisien. Pengaturan diri ini akan diwujudkan dalam realisasi diri, yaitu proses perkembangan kepribadian yang didalamnya terkandung sikap, tanggung jawab serta penghargaan terhadap diri dan lingkungan.

Dari pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri memberikan kontribusi besar terhadap penyesuaian sosial. Yang artinya, semakin tinggi konsep diri maka penyesuaian sosial juga akan semakin tinggi. Begitu juga sebaliknya.

2.5.3 Hubungan antara kecerdasan emosi (X1) dan konsep diri (X2) dengan penyesuaian sosial (Y)

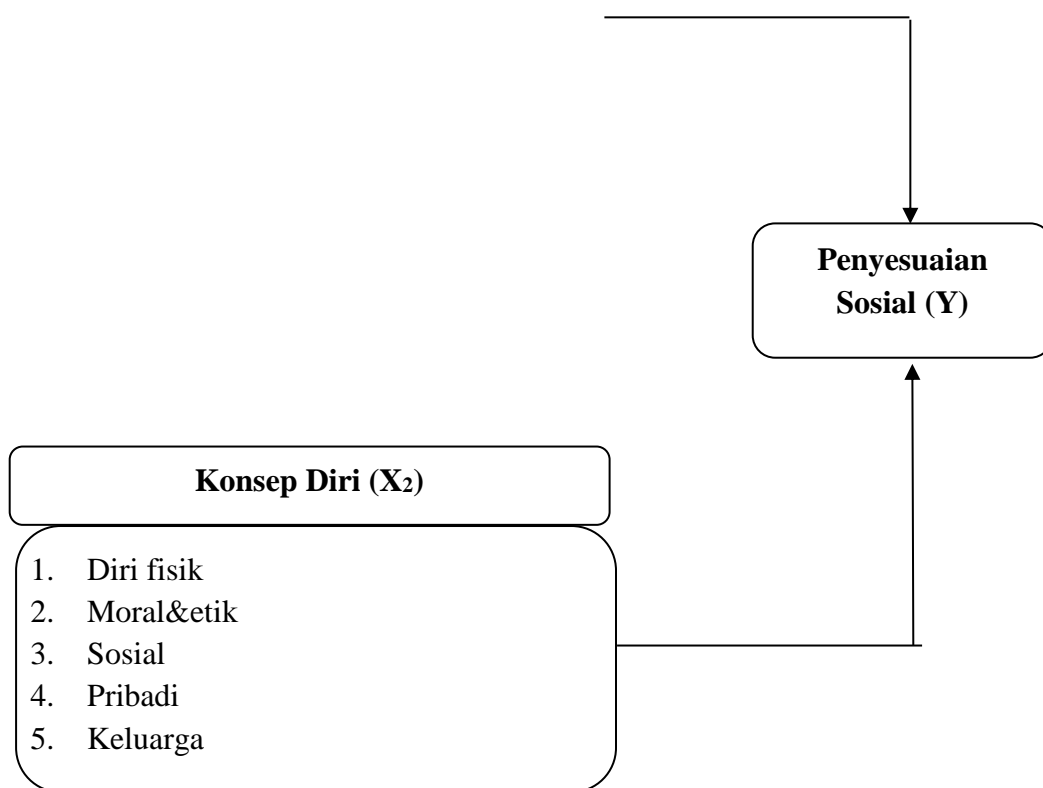
Penyesuaian sosial merupakan suatu proses yang berlangsung seumur hidup dan dilakukan oleh setiap individu agar individu tersebut dapat menjalankan peran dalam kehidupannya, dimana individu melakukan penyesuaian dalam berhubungan dengan lingkungan dan sesama manusia. Manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat berdiri sendiri tanpa adanya campur tangan atau bantuan dari orang lain, mereka membutuhkan orang lain untuk saling bekerjasama dan tolong-menolong, tujuannya adalah memenuhi segala kebutuhannya seperti kebutuhan individu akan pergaulan, penerimaan, dan pengakuan orang lain atas dirinya.

Surya (1985:16 dalam Sulistyarningsih 2015) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial salah satunya adalah kondisi

perkembangan dan kematangan, meliputi perkembangan dan kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional yang meliputi kecerdasan emosi seseorang remaja. Dari berbagai faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial, faktor kecerdasan emosi merupakan bagian yang terpenting karena akan membantu individu dalam menyelesaikan dan menghadapi segala konflik yang terjadi. Hal ini sejalan dengan pendapat Engekberg dkk (2004) mengatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan dengan penyesuaian sosial. Menurut Izard dkk (2008) pengetahuan emosi dapat memfasilitasi seseorang untuk memanfaatkan emosi yang dialami. Informasi emosi yang diterima dapat mengarah pada pengetahuan emosi yang lebih akurat dan berkontribusi pada pemanfaatan emosi sehingga tercipta interaksi intrapersonal yang baik dan perkembangan perilaku sosial yang adaptif. Ketika individu mampu memiliki pengendalian diri atas emosi yang terjadi maka individu tersebut dapat menggunakan cara-cara di atas untuk mengatasi emosi tersebut. Hal ini membuat individu menjadi orang yang lebih dapat diterima dilingkungan karena tidak meluapkan emosinya pada orang lain, sehingga memiliki penyesuaian sosial yang baik. Selain itu menurut Haryadi (dalam Ngutra, 2016) penyesuaian sosial dipengaruhi oleh konsep diri. Hal ini dikemukakan oleh Hurlock yang mengatakan bahwa individu dengan penialain positif akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, serta dapat melakukan interaksi sosial secara tepat. Berikut bagan hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa.

Kecerdasan Emosi (X₁)

1. Mengenali emosi diri
2. Mengelola emosi
3. Memotivasi diri sendiri
4. Mengenali emosi orang lain
5. Membina hubungan



Gambar 2.1 Kerangka berpikir

Kerangka Berpikir

2.6 Hipotesis

Menurut Sugiyono (2003:51) “Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian”. Berdasarkan pada perumusan masalah, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja
2. Ada hubungan antara konsep diri dan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja

3. Ada hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan dijelaskan simpulan dari keseluruhan hasil penelitian yang sudah dilakukan serta saran untuk pihak-pihak yang terkait maupun untuk penelitian selanjutnya. Bab ini akan membahas tentang hasil akhir penelitian, yaitu: (1) simpulan dan (2) saran.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dibahas, penelitian mengenai hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja, dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja.
2. Ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja.

5.2 Saran

1. Bagi guru BK, sehubungan dengan hasil penelitian, dimana terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa, maka hal tersebut dapat dijadikan sebagai acuan dalam

perencanaan pemberian layanan kepada siswa mengenai pengembangan kecerdasan emosi pada siswa, dan memberikan pengarahan untuk membangun konsep diri yang mengarah ke hal positif agar siswa dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik.

2. Bagi Kepala Sekolah, terkait dengan hasil penelitian ini dengan hasil ada hubungan antara kecerdasan emosi dan konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Boja, diharapkan pada kepala sekolah untuk saling bekerjasama serta memberikan kordinasi kepada guru mata pelajaran dan wali kelas serta orang tua agar dapat memantau bagaimana perkembangan siswa di sekolah maupun di lingkungan sosial siswa tersebut tinggal agarr mengarah ke perilaku yang positif.
3. Bagi peneliti lanjutan disarankan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan variabel lain untuk menguatkan penyesuaian sosial. Banyak sekali faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu faktor internal, faktor fisik, perkembangan kematangan dan penyesuaian diri, faktor psikologis, faktor eksternal yang dapat digunakan untuk variabel oleh penelitian selanjutnya yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Asrori, Thulus Hidayat, A. A. N. (2009). *Hubungan Kecerdasan Emosi dan Interaksi Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas VIII pada Program Akselerasi di SMP Negeri 9 Surakarta*.
- Akinlolu, D. A. (2005). The Buffering Effect of Emotional Intelligence on The Adjusment of Secondary School Transition. *Electronic Journal Of Research of Educational Psychology*, 79–90.
- Anthony, D. M. (2003). *Emotional Quality Management Cetakan Kedua*. Jakarta: Arga.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Artha, N. M. W. (2013). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal Ni Made Wahyu Indrariyani Artha dan Supriyadi*. 1(1), 190–202.
- Ary, W. Bin, & Dian Ratna Sawitri, T. R. A. (2009). Hubungan Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas Akselerasi di SMP Negeri 2 dan SMP PL Domenico Savio Semarang. *Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, 1–12.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- B. Hurlock, E. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan dalam Suatu Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Berzonky, M. . (1981). *Adolescent Development*. New York: Co inc.
- Burns, R. . (1993). *Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Penegembangan dan Prilaku)*. Jakarta: Arcan.
- Calhoun, J.F dan Acocella, J. . (1990). *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* ((Terjemahan oleh Satmoko), ed.). Semarang: IKIP Semarang Pres.
- Casmini. (2007). *Emotional Parenting*. Yogyakarta: P_idea.
- Cooper, R.K. & Syawaf, A. (2002). *Executive IQ. Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan dan Organisasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Duwi Priyatno. (2010). *5 Jam Belajar Olah Data dengan SPSS 19*. Yogyakarta: Andi.
- Engelberg, E. & Sjoberg, L. (2004). Emotional intelligence, affect intensity, and social adjustment. *Journal Personality and Individual Differences*.

- Gerungan, W. . (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Goleman, D. (2002a). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2002b). *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Alex Tri Kantjono Widodo, ed.). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2009). *Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hughes, R. . (2008). *Patient Safety and Quality: An Evidence Based Handbook for Nurses, Agency for Healthcare Research and Quality*. MD 20850.
- Hurlock, E. (2012). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Irawan, S. (2017). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal Mahasiswa. *Scholaria : Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 7(1), 39. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2017.v7.i1.p39-48>
- Kartono, K. (2008). *Patologi Sosial*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Killing, B. dan K. I. (2015). Tinjauan Konsep Diri dan Dimensinya pada Anak dalam Masa Kanak-Kanak Akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 1 (2).
- Maria, U. (2007). *Peran Persepsi Keharmonisan Keluarga dan Konsep Diri Terhadap Kecenderungan Kenakalan Remaja*.
- Ngutra, E. M. (2016). *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Papua di Kota Salatiga*.
- Nur, I. F., & Ekasari, A. (2008). Hubungan antara konsep diri dengan kecerdasan emosional pada remaja. *Jurnal Soul*, 1(2), 15–31.
- Pamungkas, A. T. (2017). Hubungan konsep diri dengan penyesuaian sosial pada remaja yang tinggal di panti asuhan abu hurairah salatiga. *Pamungkas, Aditiya Tri*.
- Poerwanti, E dan Widodo, N. (2002). *Perkembangan Peserta Didik*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Pudjijogyanti, C. (1993). *Konsep Diri dalam Pendidikan*. Jakarta: Arcan.
- Salovey dan Mayer. (1990). *Emotional Intellidence. Imagination,, Cognition, and*

- Personality*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Schneiders, A. (2014). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart and Winston.
- Scott, R., & Scott, W., A. (1998). *Adjustment of Adolescent (Cross-cultural Similarities and Differences)*. New York: Routledge.
- Septianingtyas, R. (2014). *Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Penyesuaian Sosial Siswa Kelas IV SD Se-Gugus Puren Sleman*. (November).
- Soemanto, Wasty. (2006). *Psikologi Pendidikan: Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan (Cetakan ke 5)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2005). *Komunikasi Antarpribadi*. Semarang: UNNES Press.
- Sugiyono. (2015). *Statiska Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto dan Hartono. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunawan, dkk. (2018). *Pedoman Penulisan Skripsi Semarang*: Unnes Press
- Uthia, E. (2013). Pengaruh Dukungan Sosial Sahabat Terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru di Lingkungan Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 04(September), 29–40.
- West, R. & L. H. T. (2008). *Pengantar Teori Komunikasi, Analisis dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Willis, S. S. (1993). *Problema Remaja dan Pemecahannya*. Bandung: Angkasa.
- Yuliantini, S. (2017). Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Penyesuaian Sosial Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMP PGRI 7 Samarinda Seberang. *Psikoborneo*, 5(2), 386–399.
- Yusuf, S. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung.