

## **PENGARUH KECERDASAN EMOSI TERHADAP PENYESUAIAN SOSIAL REMAJA DI PONDOK PESANTREN**

Widyana Sulistio, Endro Puspo Wiroko, Anindya Dewi Paramita  
Fakultas Psikologi, Universitas Pancasila  
Jalan Srengseng Sawah, Jagakarsa, Jakarta Selatan 12640  
widy137@gmail.com

### **Abstract**

*The aim of study is to determine the effect of emotional intelligence on social adjustment in adolescents at boarding school. This study uses a quantitative approach with data collection techniques using questionnaires. Respondents in this study are junior high school adolescent in boarding school, amounting to 155 people with age range 11-14 year. The sampling technique used is purposive sampling. This study uses two instruments namely, the scale of social adjustment and the scale of emotional intelligence. Based on calculation result with simple linear regression using SPSS version 20.0 for windows obtained R2 equal to 0,079 with significance 0,000 ( $p < 0,05$ ), proven there is influence between emotional intelligence to social adjustment in adolescence equal to 7,9% and the rest influenced by other factor . The results of this study showed that emotional intelligence significantly give effect to adolescent social adjustment in boarding school. In this study also known the value of social adjustment and adolescent emotional intelligence in boarding schools are at a moderate level.*

**Keywords:** *social adjustment, emotional intelligence, adolescence.*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial pada remaja di pondok pesantren. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Responden pada penelitian ini adalah remaja SMP di pondok pesantren, berjumlah 155 orang dengan rentang usia 11-14 tahun. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan dua instrumen yaitu, skala penyesuaian sosial dan skala kecerdasan emosi. Berdasarkan hasil perhitungan dengan regresi linier sederhana menggunakan SPSS versi 20.0 for windows diperoleh R2 sebesar 0,079 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), terbukti ada pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap penyesuaian sosial pada remaja sebesar 7,9% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi secara signifikan memberi pengaruh terhadap penyesuaian sosial remaja di pondok pesantren. Dalam penelitian ini juga diketahui nilai penyesuaian sosial dan kecerdasan emosi remaja di pondok pesantren berada pada tingkat sedang.

**Kata kunci:** penyesuaian sosial, kecerdasan emosi, remaja.

### **Pendahuluan**

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Di masa remaja, mereka sedang menempuh pendidikan di sekolah menengah. Pada tahapan perkembangan ini, remaja sedang menjalani proses pencarian jati diri. Dalam proses pencarian ini mereka biasanya menemukan beberapa masalah terlebih lagi di era globalisasi. Menurut Huda & Yani (2015) era globalisasi telah membuat kehidupan mengalami perubahan yang signifikan, bahkan terjadi degradasi moral dan sosial budaya yang cenderung menjadi pola perilaku menyimpang. Hal tersebut menjadi kekhawatiran bagi orangtua, sehingga banyak orang tua yang memutuskan agar anaknya mengenyam pendidikan di dalam pondok pesantren. Seperti yang

dikemukakan oleh direktur jendral pendidikan islam kementerian agama bahwa tingginya kesadaran masyarakat atas pentingnya pendidikan sebagai pembentuk akhlak menjadi salah satu pendorong mereka menyekolahkan anak di pondokpesantren (Putri, 2017).

Sistem pendidikan pesantren tidak lagi hanya diorientasikan pada pendidikan agama saja, melainkan sudah merambah pada berbagai aspek. Berbagai potensi yang digali dan dikembangkan seperti kepemimpinan, kebersamaan, kemandirian, kesederhanaan, ketekunan, kesetaraan, kejujuran, dan integritas moral lainnya (Kemenag, 2015).

Kewajiban 'mondok' mengharuskan santri berada 24 jam di lingkungan pesantren, mulai dari bangun tidur, beraktivitas, hingga malam menjelang

tidur kembali (Rahmawati, 2016). Santri diwajibkan melakukan segala kegiatan yang telah dijadwalkan oleh pesantren. Kegiatan tersebut telah dirancang oleh pihak pesantren memiliki tujuan agar santri dapat memiliki sikap disiplin, mandiri, dan bertanggung jawab.

Agar terlaksana dengan lancar, pondok pesantren melakukan pengawasan selama 24 jam dengan ketentuan yang mengikat dan disertai sanksi. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan agar mampu meningkatkan mutu pendidikan yang akan didapatkan oleh para peserta didik atau santri. Dengan ketentuan yang mengikat yang disertai dengan sanksi, kebijakan tersebut dibuat agar peserta didik atau santri lebih mudah untuk diarahkan dan dikontrol dalam kegiatan hariannya sehingga pelajaran yang telah didapat dapat diterapkan oleh peserta didik.

Ketatnya peraturan yang ada membuat santri tertekan hingga melakukan pelanggaran. Menurut Rahmawati (2016) keterikatan santri dengan lingkungan dan budaya pesantren seringkali menimbulkan masalah tersendiri bagi santri. Ia berpendapat bahwa santri yang tinggal di pondok pesantren mengalami masalah terkait dengan tata tertib dan berbagai macam peraturan yang ada, terutama pada awal santri masuk pesantren.

Berdasarkan komunikasi personal dengan pihak pesantren ditemukan banyak terdapat pelanggaran-pelanggaran yang sering dilakukan oleh santri, diantaranya tidak mengikuti kegiatan solat berjamaah, membawa telepon genggam, melanggar tata tertib, berbohong untuk menutupi kesalahan, bahkan ada yang sampai kabur keluar pesantren. Selain itu terdapat kasus serupa yang telah terjadi, seorang santri berusia 12 tahun berhasil kabur dari pesantren di kawasan Depok. Santri tersebut mengaku tidak betah tinggal di pondok pesantren sehingga ia kabur dari pondok pesantren dan menginap di mesjid sekitar terminal Depok. Santri tersebut selalu mencari celah untuk kabur meskipun pihak pesantren sudah melakukan pengamanan yang ketat sesuai prosedur (Purnama, 2016). Selain itu terdapat pula kasus perselisihan yang terjadi antar santri. Seperti, masalah antrian kamar mandi, makanan, terkait pelajaran, dan pengaduan pelanggaran. Masalah yang sering terjadi tentunya akan membuat pihak terkait merasa tidak nyaman berada di lingkungan pesantren.

Santri melakukan pelanggaran terkait pelanggaran norma-norma dan aturan. Pelanggaran-pelanggaran yang terjadi di duga terjadi karena santri memiliki masalah penyesuaian, khususnya masalah penyesuaian sosial. Santri tidak dapat memenuhi tuntutan yang ada di lingkungan pondok

pesantren. Schneiders (1964) menjelaskan bahwa penyesuaian sosial sebagai kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan bermanfaat terhadap realitas sosial, situasi, dan hubungan sehingga tuntutan atau kebutuhan dalam kehidupan sosial terpenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan. Ia juga menyebutkan penyesuaian sosial sebagai proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh lingkungannya.

Selain itu dijelaskan juga bahwa penyesuaian sosial merupakan proses yang mencakup respon mental dan perilaku di dalam mengatasi tuntutan sosial yang membebani dirinya dan dialami dalam relasinya dengan lingkungan sosial.

Para santri yang melakukan pelanggaran diindikasikan tidak dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik karena tidak dapat mengatasi tuntutan sosial yang menyebabkan mereka melakukan pelanggaran. Sehingga santri remaja perlu melakukan penyesuaian sosial di pondok pesantren dengan membina dan menyesuaikan diri dengan bentuk-bentuk hubungan yang baru diberbagai situasi sesuai dengan tuntutan nilai dan norma-norma yang ada pada lingkungan sekitarnya, sehingga tercapai hidup yang selaras dan harmonis.

Tuntutan situasi sosial tersebut akan dapat dipenuhi oleh remaja bila ia memiliki kemampuan untuk memahami berbagai situasi sosial dan kemudian menentukan perilaku yang sesuai dan tepat dalam situasi sosial tertentu (Setianingsih, Uyun & Yuwono, 2006). Dengan demikian, santri remaja yang mampu melakukan penyesuaian sosial akan terhindar dari masalah seputar kehidupan sosial di pesantren.

Para santri yang ada di pesantren sedang menapaki masa remaja, dimana masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa dapat menimbulkan stress karena transisi dapat terjadi secara simultan dengan banyak perubahan lain di dalam diri individu, di dalam keluarga dan di dalam sekolah. Hall (dalam Santrock, 2002) mengemukakan pandangan "badai dan stress" (*storm and stress*) masa remaja merupakan masa yang bergejolak yang diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati (*mood*). Remaja yang awalnya tinggal bersama dengan keluarga lalu tinggal di lingkungan pesantren yang jauh dari keluarga biasanya akan merasa sedih dan merasa tertekan karena banyak perubahan yang terjadi.

Menurut Santrock (2007) masa remaja dianggap fase yang mengalami kesulitan menyeimbangkan emosi. Selain itu menurut Hall

dalam Santrock (2007) dalam kaitannya dengan perkembangan emosional, masa remaja telah lama dianggap sebagai masa terjadinya *turmoil* (kekacauan emosi). Emosi yang tidak stabil memungkinkan remaja melakukan tindakan yang salah dalam melakukan penyesuaian, maka dibutuhkan kemampuan mengelola emosi yang baik. Kemampuan mengelola emosi merupakan salah satu aspek dari kecerdasan emosi (Goleman, 2009). Ketika remaja dapat mengelola emosinya maka ia akan mampu mengontrol tindakannya saat sedang merasakan emosi, maka ia dapat dikatakan cerdas secara emosi. Dengan menampilkan tindakan yang sesuai dengan aturan yang ada maka ia dapat melakukan penyesuaian sosial. Dengan demikian remaja diharapkan memiliki kecerdasan emosional yang baik agar dapat menyesuaikan diri di lingkungan sosialnya. Goleman (2009) menyatakan kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain.

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain secara akurat berkontribusi lebih jauh terhadap peluang yang potensi untuk interaksi dan pemeliharaan hubungan sosial (Engelberg & Sjoberg, 2004). Dalam penelitiannya juga disebutkan jenis kompetensi emosional sehubungan dengan kecerdasan emosi, memiliki implikasi pada kemampuan untuk mencapai kehidupan sosial yang lebih kaya dan bervariasi. Sehingga dikatakan bahwa penyesuaian dapat dilakukan apabila individu memiliki aspek kecerdasan emosi dalam dirinya. Santri yang tergolong dalam usia remaja memiliki tugas penyesuaian diri di masa transisinya dan juga memiliki tugas penyesuaian sosial di lingkungan pondok pesantren, sehingga butuh melakukan banyak penyesuaian untuk dapat melewati perubahan-perubahan yang ada agar proses pendidikan yang ditempuh santri mengalami keberhasilan dengan didukung oleh kecerdasan emosi yang baik.

Penelitian terkait kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial pernah dilakukan sebelumnya. Hasil dari penelitian Igbo, dkk (2016) ditemukan kecerdasan emosional berkorelasi positif dengan penyesuaian sosial dan akademik siswa tahun pertama. Penelitian Yuliati (2015) menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa. Merujuk pada penelitian di atas, sudah ditemukan

adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian sosial, sehingga penelitian kali ini dilakukan untuk melihat pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial. Selain itu penelitian ini ingin melihat tingkat kecerdasan emosi dan penyesuaian sosial remaja di pondok pesantren.

## **Penyesuaian Sosial**

Menurut Schneider (1964) penyesuaian sosial merupakan kemampuan atau kapasitas yang dimiliki seseorang untuk bereaksi secara efektif dan wajar pada realitas sosial, situasi, dan relasi sosial dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan sesuai ketentuan dalam kehidupan sosial. Hurlock (1978) menjelaskan bahwa penyesuaian sosial adalah keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan kelompok pada khususnya.

Chaplin (2002) menyebutkan bahwa penyesuaian sosial adalah kemampuan mempelajari tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi suatu masyarakat sosial dan terjalin hubungan yang harmonis antara individu dengan lingkungan sosialnya.

Maka demikian penyesuaian sosial merupakan kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif dan wajar sesuai norma yang berlaku serta mampu berpartisipasi dalam kelompok sosial sehingga tercipta hubungan yang harmonis.

## **Kriteria Penyesuaian Sosial**

Kriteria dalam penyesuaian sosial (Hurlock, 1978), diantaranya:

1. Penampilannya  
Penampilan nyata dilihat melalui sikap dan tingkah laku yang nyata yang diperlihatkan individu sesuai dengan norma yang berlaku pada kelompok anggotanya. Perilaku sosial yang ditampilkan individu sesuai dengan standar kelompok atau memenuhi harapan kelompok.
2. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok  
Individu dianggap sebagai orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik apabila individu dapat menyesuaikan diri dengan setiap kelompok, baik dalam kelompok sebayanya maupun kelompok orang dewasa.
3. Sikap sosial  
Individu mampu memperlihatkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, dapat menjalankan peranannya dengan baik sebagai anggota kelompok serta ikut berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosial.

4. **Kepuasan pribadi**  
Terdapat kepuasan dan perasaan bahagia karena dapat turut ambil bagian dalam aktifitas kelompoknya ataupun dalam hubungan dengan teman sebaya atau orang dewasa. Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik secara sosial akan memiliki kepuasan terhadap kontak sosialnya dan peran yang dimilikinya dalam situasi sosial baik.

### **Kecerdasan Emosi**

Salovey dan Mayer (1990) kemampuan untuk memantau perasaan dan emosi diri sendiri dan orang lain dan menggunakan informasi untuk membimbing pemikiran dan tindakan seseorang. Lebih lanjut Salovey & Mayer (1990) menyatakan bahwa kecerdasan emosi adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang di tanamkan secara berangsur-angsur, dan emosi sebagai perasaan.

Selain itu Goleman (2009) menyatakan kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain.

Maka demikian kecerdasan emosi merupakan kemampuan individu yang dapat membimbing perasaan dan tindakan seseorang dengan mengenali emosi sendiri dan orang lain, mengelola emosi, mengatasi permasalahan dengan mengendalikan diri, serta memotivasi diri sendiri agar dapat mengatasi masalah demi tercapainya tujuan hidup.

### **Dimensi Kecerdasan Emosi**

Goleman (2009) menyatakan bahwa ada lima area untuk mengukur kecerdasan emosi:

1. *Self awareness*  
Kemampuan individu untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu, mencermati perasaan yang muncul. Individu dapat menyadari suasana hatinya
2. *Self regulation*  
Kemampuan untuk tetap fokus dan berpikir jernih serta mampu mengatur perilaku dalam keadaan diri yang sedang emosi, dan dapat membantu agar tidak membuat keputusan secara terburu-buru yang berdampak penyesalan.
3. *Motivation*  
Kemampuan untuk mengatur emosi merupakan alat untuk mencapai tujuan. Kemampuan ini

didasari oleh kemampuan mengendalikan emosi, yaitu menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati.

4. *Emphaty*  
Kemampuan untuk mengerti dan merespon pada apa yang dirasakan orang lain. Kemampuan ini bergantung pada kesadaran diri emosional, kemampuan ini merupakan keterampilan dasar dalam bersosial.
5. *Social skill*  
Kemampuan untuk membina hubungan sosial merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain, meliputi keterampilan sosial yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan hubungan antar pribadi. Tanpa keterampilan sosial seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan sosial.

### **Remaja**

Menurut Hurlock (2004) istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin (*adolescence*) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Menurut Santrock (2002) masa remaja adalah periode transisi, saat individu mengalami perubahan fisik dan psikologi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Masa remaja dibagi menjadi dua bagian yaitu remaja awal dan remaja akhir. Menurut Cobb (2001), periode masa remaja awal dari sekitar 11 tahun sampai 15 tahun dan periode masa rema akhir dari sekitar 16 tahun sampai 19 tahun.

Istiah remaja mempunyai arti luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Menurut Piaget (dalam Hurlock, 2004) secara psikologis masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama terutama dalam masalah hak.

### **Pondok Pesantren**

Pesantren merupakan lembaga pendidikan tradisional islam untuk mempelajari, memahami, mendalami, menghayati, dan mengamalkan ajaran islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari (Ahmad, Widodo, Yani, & Romdin, 2005).

Mastuhu (1994) menjelaskan fungsi pesantren sebagai lembaga pendidikan, pesantren menyelenggarakan pendidikan formal (madrasah, sekolah umum, dan perguruan tinggi) dan pendidikan non formal yang secara khusus mengajarkan agama.

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan kategori kuantitatif. Dengan jumlah responden sebanyak 155 remaja SMP kelas satu di pondok pesantren.

## **Instrumen Penelitian**

Pada penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner penyesuaian sosial dan *Emotional Intelligence Questioner* (EIQ).

## **Metode Analisis Data**

Untuk melihat apakah ada pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial pada remaja di pondok pesantren. Peneliti menggunakan analisis regresi linier sederhana. Selain itu peneliti juga menggunakan t-test sebagai teknik perhitungan lainnya.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Gambaran Penyesuaian Sosial Remaja di Pondok Pesantren**

Pada penelitian ini menggambarkan sebanyak 93 partisipan (60%) memiliki penyesuaian dalam kategori sedang, 33 partisipan (21,3%) kategori rendah dan 29 partisipan (18,7%) dalam kategori tinggi.

### **Gambaran Kecerdasan Emosi Remaja di Pondok Pesantren**

Pada penelitian ini menggambarkan sebanyak 104 partisipan (67,1%) memiliki penyesuaian dalam kategori sedang, 31 partisipan (20%) kategori tinggi dan 20 partisipan (12,9%) dalam kategori rendah.

## **Hasil Uji Hipotesis**

Berdasarkan hasil perhitungan regresi untuk mengetahui tingkat signifikan dengan nilai F sebesar 13,199 dengan signifikansi 0,000 dikarenakan nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial remaja di pondok pesantren. Dengan demikian penelitian ini menerima hipotesis alternatif.

Adapun pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial berdasarkan nilai  $R^2$  sebesar 0,079 berarti kecerdasan emosi memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sosial remaja di pondok pesantren sebesar 7,9% sedangkan sisanya sebesar 92,1% dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan hasil penelitian ini, perempuan memiliki nilai ( $M=63,40$ ) dan laki-laki ( $M=62,49$ ) dengan nilai signifikansi sebesar 0,814. Dengan demikian berdasarkan hasil hitung mean pada

analisa jenis kelamin terlihat bahwa penyesuaian sosial pada perempuan dan laki-laki tidak memiliki perbedaan yang signifikan.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial remaja di pondok pesantren. Hasil yang diperoleh dari pengolahan data yang telah dilakukan diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial remaja di pondok pesantren. Pengaruh kecerdasan emosi terhadap penyesuaian sosial pada penelitian ini ditemukan sebesar 7,9% artinya terdapat 92,1% pengaruh yang disebabkan oleh faktor lain. Semakin tinggi kecerdasan emosi seseorang maka akan semakin dapat melakukan penyesuaian sosial. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi seseorang maka akan semakin rendah penyesuaian sosialnya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Engelberg & Sjoberg (2004) bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan penyesuaian sosial. Dalam penelitian Engelberg & Sjoberg (2004) juga dijelaskan bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang dapat menentukan keberhasilan penyesuaian sosial seseorang. Penelitian yang dilakukan Seoki (2016) menunjukkan bahwa pelatihan kecerdasan emosi dapat meningkatkan penyesuaian sosial. Selain itu, hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Jdaitawi, Ishak & Mustafa (2011) yang menyatakan kecerdasan emosional memiliki pengaruh terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa baru di North Jordan. Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya karena bila diamati dari teori Goleman (2009) yang menyatakan bahwa apabila individu mampu menyesuaikan diri dengan suasana hati orang lain, atau dengan kata lain mampu berempati akan lebih mudah melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya.

Dalam penelitian Jdaitawi, Ishak & Mustafa (2011) diketahui subjek penelitiannya adalah mahasiswa baru, sedangkan dalam penelitian ini subjeknya adalah siswa SMP di pondok pesantren. Karakteristik yang membedakannya adalah remaja yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi menjalani kondisi yang sewajarnya. Remaja di perguruan tinggi dapat memilih aktivitas apa yang hendak mereka lakukan, meskipun ada aturan-aturan yang tujuannya adalah untuk mendisiplinkan mahasiswa ketika berada di universitas. Pada penelitian ini remaja yang tinggal di pondok pesantren mereka akan merasakan kehilangan kebebasan untuk melakukan kegiatan yang mereka inginkan di luar kegiatan sekolah.

Berdasarkan respon jawaban yang diberikan responden pada skala penyesuaian sosial remaja dapat diketahui bahwa remaja berada pada kategori sedang sebanyak 93 orang dengan persentase 60 %, hal ini dikarenakan remaja yang menjadi subjek penelitian masih berada di kelas satu SMP, yang berarti remaja masih melakukan penyesuaian sosial, dilihat dari lama tinggal mereka yang kurang lebih baru sekitar enam bulan berada di pondok pesantren. Hal ini didukung oleh Santrock (2007) dalam bukunya dinyatakan bahwa para peneliti memetakan transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah menemukan bahwa tahun pertama di sekolah menengah dapat menjadi situasi tersulit bagi siswa. Di kelas tujuh, para siswa kurang puas dengan sekolah, kurang memiliki komitmen terhadap sekolah dan kurang menyukai guru-guru.

Untuk melakukan penyesuaian sosial dengan baik tentu bukan hal yang mudah bagi setiap orang. Jika seseorang melakukan pola perilaku sosial yang buruk, maka akan mendapatkan kesulitan ketika melakukan penyesuaian sosial, karena seseorang harus memasuki sebuah lingkungan yang baru, situasi yang baru, dengan orang-orang baru dan dengan peraturan atau norma-norma yang berlaku di tempat tersebut. Namun ketika seseorang berhasil melakukan penyesuaian sosial dengan baik akan memperoleh keuntungan di masa mendatang. Sesuai dengan pendapat Hurlock (1978) apabila seseorang berhasil melakukan penyesuaian dengan baik di kelas satu, mempunyai kemungkinan jauh lebih besar untuk dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik ketika duduk di sekolah menengah dan perguruan tinggi dibanding dengan anak yang tidak berhasil melakukan penyesuaian sosial dengan baik selama masa awal sekolah.

Remaja yang dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik dengan didukung oleh kecerdasan emosi mereka dapat belajar bagaimana pola interaksi yang ada di pondok pesantren, mengikuti segala peraturan yang ada, tidak memiliki musuh dan saling membantu teman. Hal ini sesuai dengan teori Schneider (1964) penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup masyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat di terima dan memuaskan. Selain itu penelitian yang dilakukan Punia & Sangwan (2011) ditemukan bahwa siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosi yang tinggi menunjukkan penyesuaian sosial yang baik pula.

Selanjutnya respon jawaban yang diberikan responden pada skala kecerdasan emosi remaja dapat diketahui bahwa remaja berada pada kategori sedang sebanyak 104 orang dengan persentase 67,1

%. Dalam penelitian ini masalah-masalah yang dihadapi oleh remaja adalah masalah seputar kehidupan di pondok pesantren khususnya penyesuaian sosial. Remaja yang tidak dapat mengikuti tata tertib dan aturan yang berlaku di pondok pesantren akan merasa stress. Seharusnya para remaja memiliki kecerdasan emosi yang baik. Menurut Papalia, Olds & Feldman (2009) kecerdasan emosi mempengaruhi seberapa baik seseorang memandu hubungan intim dan seberapa sehat mereka ketika bertahan dalam situasi stress.

Dalam penelitian ini respondennya adalah remaja awal. Sesuai dengan pendapat Santrock (2007) yang menyatakan tidak dapat menyangkal bahwa masa remaja awal merupakan suatu masa di mana fluktuasi emosi (naik dan turun) berlangsung lebih sering. Sehingga respon jawaban yang didapatkan dari responden penelitian kebanyakan berada dalam kategori sedang. Meskipun demikian, tidak semua remaja memiliki kecerdasan emosi di kategori sedang. Santrock (2007) mengungkapkan bahwa di masa remaja individu cenderung menyadari siklus emosionalnya. Kesadaran ini dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam mengatasi dan terampil dalam menampilkan emosi-emosinya. Kemampuan tersebut dapat ditingkatkan untuk dapat menghadapi stress dan fluktuasi emosional secara lebih efektif.

Dari hasil analisa tambahan diketahui tidak terdapat perbedaan penyesuaian sosial antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini tidak sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Asyanti, Sofiaty & Sudardjo (2002) yang menyebutkan ada perbedaan penyesuaian sosial di sekolah antara pria dan wanita. Davidoff (1991) menyatakan bahwa penyesuaian sosial perempuan lebih baik dari pada laki-laki karena adanya perbedaan perilaku masyarakat terhadap laki-laki dan perempuan. Perempuan lebih banyak dibiasakan untuk mengikuti norma sehingga akan lebih mudah melakukan penyesuaian sosial. Sedangkan menurut Schneiders (1964) tidak terdapat perbedaan penyesuaian sosial antara laki-laki dan perempuan karena perempuan dan laki-laki dengan tingkat intelegensi tinggi cenderung bereaksi secara tepat terhadap situasi yang di hadapi sehingga dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik, karena individu dapat bertindak sesuai dengan situasi sosial yang ada.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian maka disimpulkan bahwa: Terdapat pengaruh yang signifikan kecerdasan emosi terhadap penyesuaian social remaja di pondok pesantren. Sebagian besar

responden memiliki penyesuaian social dalam kategori sedang. Sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosi dalam kategori sedang. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara penyesuaian social remaja perempuan dan laki-laki di pondok pesantren. Peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari kecerdasan emosi terhadap penyesuaian social remaja di pondok pesantren sebesar 7,9% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

### **Daftar Pustaka**

- Ahmad, R., Widodo, R. B., Yani, I. F., Romdin, A. (2005). Pemberdayaan pesantren: menuju kemandirian dan profesionalisme santri dengan metode daurah kebudayaan. Yogyakarta: PT.LKiS Pelangi Aksara Yogyakarta.
- Asyanti, S., Sofiati, M. & Sudardjo. (2002). Penyesuaian sosial di sekolah pada siswa-siswa SLTP penderita asma. *Indigeneus* 6 (1), 59-69.
- Chaplin, J. P. (2002). Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta: Rajawali.
- Cobb, N. J. (2001). *Adolesence*, jilid 4. Toronto: Myfield.
- Davidoff, L.L. (1991). Psikologi suatu pengantar. Jakarta: Erlangga
- Engelberg, E. & Sjoberg, L. (2004). Emotional intelligence, affect intensity, and social adjustment. *Journal Personality and Individual Differences* 37, 533-542.
- Goleman, D. (2009). Emotional Intelligence (terjemahan). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Huda, M. N. & Yani, M. T. (2015). Pelanggaran santri terhadap peraturan tata tertib pondok pesantren Tarbiyatut Tholabah Kranji Lamongan. *Jurnal Kajian Moral dan Kewarganegaraan* 2 (3), 740-753.
- Hurlock, E. B. (1978). Perkembangan Anak. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2004). Psikologi Perkembangan. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Igbo, J. N., Nwaka, R. N., Nbagwu, F. & Mezieobi, D. (2016). Emotional Intelligence as a Correlate of Social and Academic Adjustment of First Year University Students in South East GEO-Political Zone of Nigeria. *ABC Journal of Advances Research*, 5 (1), 9-20.
- Jdaitawi, M. T., Ishak, N. A. & Mustafa, F. T. (2011). Emotional Intelligence in moodifying and social adjustment among first years university student in North Jordan. *International journal of psychological studies*. 3 (2), 135-141.
- Kemenag. (2015). Apresiasi Pendidikan Islam 2015: Memacu Budaya Berprestasi Dalam Pendidikan Islam. Diakses dari [http://pendis.kemenag.go.id/index.php?a=detil&id=8963#.Wjbox\\_ROLiU](http://pendis.kemenag.go.id/index.php?a=detil&id=8963#.Wjbox_ROLiU)
- Mastuhu. (1994). Dinamika sistem pendidikan pesantren. Jakarta: INS.
- Papalia, D.E., Olds, S.W. & Feldman, R.D. (2009). *Human Development*. (edisi kesebelas). New York: Mc Graw Hill.
- Punia, S. & Sangwan, S. (2011). Emotional Intelligence and Social Adaptation of School Children. *J Psychology*, 2 (2), 83-87.
- Purnama, R. R. (2016). Khalid tidak diculik tapi kabur dari pesantren. Diakses dari <https://metro.sindonews.com/read/1098850/170/kholid-tak-diculik-tapi-kabur-dari-pesantren-1459944761>
- Putri, C. N. (2017). Inialasan orang tua masa kini memilih pesantren untuk anak. Diakses dari <https://www.femina.co.id/family/ini-alasan-orang-tua-masa-kini-memilih-pesantren-untuk-anak>
- Rahmawati, R. F. (2016). Konseling budaya pesantren (Studi deskriptif terhadap pelayanan bimbingan konseling bagi santri baru). *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 7 (1), 61-84.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Journal Baywood Publishing Co., Inc.* 185-211.

Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development* (Perkembangan Masa Hidup). (Jilid kesatu, ed. 13). Jakarta: Erlangga.

Santrock, J.W. (2007). Remaja. Jakarta: Erlangga.

Schneiders, A. A. (1964). *Personal Adjustment and mental health*. New York: Holt Rinehart & Winston.

Seoki, E. A. (2016). The effect emotional intelligence training on social adjustment of students. *Intenational Research Journal of Applied and Basic Sciences* 10 (5), 610-614.

Setianingsih, E., Uyun, Z. & Yuwono, S. (2006). Hubungan antara penyesuaian sosial dan kemampuan menyelesaikan masalah dengan kecenderungan perilaku delikuen pada remaja. *Jurnal Psikologi* 3 (1), 29-35.

Yuliati, E. N. (2015) Kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa. *Jurnal Online Psikologi* 3 (1) [Abstrak]. Diakses dari <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jop/article/view/2142/0>