

Hubungan Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan Penyesuaian Diri Pada Remaja

Mutammimah

Alumni Program Magister Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstract. *The research aims to know the relationship between self concept and emotion intelligent with the capable self appropriate to adolescent. The subject of research is 107 the students of Muhammadiyah senior high school 4 Sidayu Gresik. The data analysis used regression got F the large 12,756 with $p = 0,000$ ($p < 0,01$) its mean any significant relationship between self concept and emotion intelligent with the capable self appropriate to adolescent. The analysis of variable data is self concept with the capable self appropriate to adolescent got the result with the large $t = 3,404$ with $p = 0,001$ ($p < 0,05$) it's mean any significant relationship between self concept with the capable self appropriate to adolescent. The variable data analysis emotion intelligent with the capable self appropriate to adolescent the results with the large $t = 2,435$ with $p = 0,017$ ($p < 0,05$) it's mean any significant relationship between emotion intelligent with the capable self appropriate to adolescent. The percentage contribute self concept affective and emotion intelligent with the capable self appropriate to adolescent a lot of 19,7 %.*

Keywords: *self concept, emotion intelligent and the capable self appropriate to adolescent.*

Intisari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, subjek penelitian ini adalah 107 siswa – siswi SMA Muhammadiyah 4 Sidayu Gresik. Analisis data dengan menggunakan regresi diperoleh F hitung sebesar 12,756 pada $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, analisis data variabel konsep diri dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja diperoleh dengan harga $t = 3,404$ pada $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, analisis data variabel kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja diperoleh dengan harga $t = 2,435$ pada $p = 0,017$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja. Prosentase sumbangan afektif konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja sebesar 19,7%.

Kata Kunci : konsep diri, kecerdasan emosi dan kemampuan penyesuaian diri pada remaja

PENDAHULUAN

Manusia disebut sebagai makhluk monodualisme. Hal ini dikarenakan selain berperan sebagai makhluk individual, manusia juga merupakan makhluk sosial, sebagai makhluk sosial, manusia dituntut untuk mampu mengatasi segala permasalahan yang timbul sebagai

hasil interaksi dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan atau norma yang berlaku. Oleh karena itu setiap manusia dituntut untuk menguasai ketrampilan sosial dan kemampuan menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitarnya. Ketrampilan tersebut harus mulai dikembangkan sejak masih anak-anak. Kemampuan penyesuaian diri ini

semakin penting dan krusial manakala anak sudah menginjak remaja.

Pentingnya penyesuaian diri bagi remaja juga disampaikan oleh Kohnstam (dalam Afifudin dan Mawadi, 1988) bahwa pada umur lebih dari 13 atau 14 sampai dengan umur lebih kurang 20 atau 21 tahun merupakan masa pubertas dan masa sosial. Pada masa itu, remaja sudah memasuki dunia pergaulan yang lebih luas. Pengaruh teman-teman dan lingkungan sosial akan sangat menentukan pola perilakunya. Hal tersebut dikarenakan pada masa remaja dikenal sebagai masa pencarian identitas, di mana penyesuaian diri dengan standar kelompok adalah jauh lebih penting daripada individualitas.

Remaja yang mampu melakukan penyesuaian diri, kehidupannya baik di sekolah, pekerjaannya, maupun masyarakat akan lebih sukses dibandingkan dengan yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri. Kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain dipengaruhi oleh konsep diri dan kecerdasan emosi.

Tentang konsep diri, Mulyasa (2000) mendefinisikan bahwa konsep diri adalah pandangan individu mengenai siapa diri individu, dan itu bisa diperoleh lewat informasi yang diberikan orang lain pada diri individu. Sedangkan Kaplan dan Pokarny (dalam Adi, 1988), berpendapat bahwa salah satu faktor kesadaran atau pikiran manusia yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah konsep diri. Hal ini senada dengan Surakmat (1999), yang menyatakan bahwa konsep diri itu membawa pengaruh pada tingkah laku manusia, berfungsi sebagai "*guiding principles*", paling sedikit sebagai sebab timbulnya bentuk mekanisme penyesuaian tertentu. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif diduga lebih mampu melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan yang mempunyai konsep diri yang negatif. dengan kata lain semakin positif atau tinggi konsep diri seseorang, semakin baik kemampuan penyesuaian dirinya. Sebaliknya semakin rendah atau negatif konsep diri seseorang, maka semakin rendah kemampuan penyesuaian dirinya.

Kecerdasan emosi di sini merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri

dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelolah emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 1999). Kecerdasan emosi ini terlihat dalam hal-hal seperti bagaimana seseorang mampu untuk memberi kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, berusaha menyetarakan diri dengan lingkungan, dapat mengendalikan perasaan dan mampu mengungkapkan reaksi emosi sesuai dengan waktu dan kondisi yang ada sehingga interaksi dengan orang lain dapat terjalin dengan lancar dan efektif

Berdasarkan pengamatan peneliti sewaktu mengajar, ada beberapa sikap remaja di SMA Muhammadiyah 4 Sidayu Gresik suka menyendiri, pendiam, dikucilkan teman, suka membolos dan malas belajar, diantara mereka ini ada anak yang pandai dalam pelajaran tetapi mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, hal ini kerap terlihat ketika temannya asyik mengobrol di luar kelas pada waktu istirahat, siswa pandai tersebut justru memilih menyendiri di dalam kelas, menurut informasi dari temannya, siswa tersebut tidak ikut mengobrol karena kurang bisa mengikuti pembicaraan temannya, kecuali jika yang dibahas masalah pelajaran. Ada siswa yang suka menyendiri karena dia merasa dari keluarga ekonominya kurang mampu, ada yang menyendiri karena merasa memiliki kecerdasan dibawah rata-rata temannya, ada yang diacuhkan teman sekelasnya karena siswa tersebut tidak "gaul", sebaliknya ada siswa yang sangat populer di kelas meskipun dia tidak begitu menonjol prestasinya, karena siswa ini lucu dan selalu bisa menghidupkan suasana di dalam kelas yang terkadang membosankan, selain itu dia juga peduli dengan teman yang mengalami kesulitan, dan ada juga siswa yang suka membolos serta malas belajar karena terpengaruh dengan teman pergaulannya. Masalah-masalah tersebut adalah masalah kemampuan penyesuaian diri yang perlu dicermati, remaja tidak akan bersikap demikian bila remaja memiliki konsep diri positif dan mampu mengelolah emosi yang ada pada dirinya dengan baik.

Beberapa penelitian mengenai konsep diri, kecerdasan emosi dan penyesuaian diri telah dilakukan oleh peneliti, seperti Munawaroh

(2012) yang meneliti tentang konsep diri. Intensitas komunikasi orang tua-anak, dan Kecenderungan perilaku seks pranikah. Hasilnya menunjukkan ada korelasi antara konsep diri dan intensitas komunikasi dengan kecenderungan perilaku seks pranikah, secara parsial hasil analisis menunjukkan tidak ada korelasi antara konsep diri dengan kecenderungan perilaku pranikah, namun untuk intensitas komunikasi orang tua-anak ditemukan korelasi negatif dengan kecenderungan perilaku seks pranikah.

Penelitian tentang kecerdasan emosi dilakukan oleh Sabiq dan Djalali (2012) yang meneliti tentang kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual dan perilaku prososial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamekasan, hasil analisis menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual dengan perilaku prososial. Demikian pula dengan korelasi masing-masing antara kecerdasan emosi atau kecerdasan spiritual dengan perilaku prososial, menunjukkan hubungan positif yang signifikan.

Penyesuaian diri penelitiannya dilakukan oleh Wijaya dan Prastitis (2012) yang meneliti efikasi diri akademik, dukungan sosial orang tua, penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan, hasil analisis data menunjukkan efikasi diri akademik dan dukungan sosial orang tua secara bersama-sama berhubungan dengan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan, hasil analisis efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan ada korelasi positif, hipotesis diterima. Hasil analisis korelasi dukungan sosial orang tua dengan penyesuaian diri mahasiswa pada perkuliahan secara tersendiri tidak berhubungan dengan penyesuaian diri mahasiswa, hipotesis ditolak.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian yang telah diungkap tersebut, peneliti mengamati bahwa penelitian tentang konsep diri, kecerdasan emosi dan kemampuan penyesuaian diri telah dilakukan tetapi menggabungkan ketiga variabel tersebut belum dilakukan, sehingga dalam hal ini penelitian yang memfokuskan pada hubungan antara konsep diri, kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja ini memiliki nilai keaslian.

Penelitian yang mengkaji tentang konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri ini akan memberi manfaat secara teoritis bagi para remaja dalam memberikan informasi bahwa konsep diri itu perlu dikembangkan ke arah positif, kecerdasan emosi itu perlu diasah dengan baik agar bisa memiliki kemampuan penyesuaian diri dengan baik, memberikan informasi kepada guru bahwa kemampuan penyesuaian diri itu perlu dimiliki oleh setiap siswa sebagai remaja, guru akan tahu juga bahwa antara lain faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri itu berasal dari konsep diri dan kecerdasan emosi remaja itu sendiri, sehingga dapat dijadikan acuan dalam membina perkembangan siswanya, dan untuk orang tua remaja penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa putra-putrinya dalam bersosialisasi dengan lingkungannya itu perlu memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik, orang tua jadi tahu bahwa konsep diri dan kecerdasan emosi yang dimiliki putra-putrinya perlu dikembangkan ke arah yang lebih positif sehingga orang tua turut membantu memberi dukungan untuk pengembangan kemampuan penyesuaian diri putra-putrinya.

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat sebagai sumbangsih terhadap pemahaman dan pengembangan teori psikologi, khususnya teori kemampuan penyesuaian diri pada remaja oleh Mu'tadin, teori konsep diri oleh Harlock dan teori kecerdasan emosi oleh Goleman.

TINJAUAN PUSTAKA

Kemampuan Penyesuaian Diri Pada Remaja

Pengertian penyesuaian diri pada awalnya berasal dari suatu pengertian yang didasarkan pada ilmu biologi yang diuraikan oleh Charles Darwin (dalam Mu'tadin, 2002) bahwa tingkah laku manusia dipandang sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan tempat ia tinggal dengan cara menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungan materi dan alam agar dapat bertahan hidup. Hanya saja istilah "*adaptation*" dalam ilmu biologi biasa disebut "*adjustment*" dalam ilmu psikologi. Sehingga dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar

terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya.

Selain itu penyesuaian diri juga dapat diartikan sebagai “kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya“. (Willis,1994).

Sedangkan Kartono dan Andari (1989), berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan lain-lain emosi negatif sebagai respons pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisiensi bisa dikikis habis.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi remaja dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Menurut Darajat (1988), faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja adalah: Frustrasi, konflik, dan keceemasan,

Sunarto dan Hartono (2002) menyatakan bahwa penentu penyesuaian identik dengan faktor-faktor yang mengatur perkembangan dan terbentuknya pribadi secara bertahap. Faktor-faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri ini dapat dikelompokkan sebagai berikut : Kondisi-kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, penentu psikologis, kondisi lingkungan, dan penentu cultural. Sedangkan menurut Fahmy (1977), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi situasi penyesuaian diri pada individu. Faktor yang terpenting antara lain : Pemuasan kebutuhan – kebutuhan pribadi, kebiasaan-kebiasan dan ketrampilan yang dapat membantunya dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang mendesak, pengenalan diri, dan faktor kelincahan individu memegang peranan juga sewaktu berhubungan dengan orang lain.

Remaja dikatakan berhasil dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya apabila remaja tersebut telah memenuhi kriteria-kriteria tertentu. Tim Dosen Sosiologi Pendidikan (1992) mengemukakan empat kriteria keberhasilan penyesuaian diri remaja sebagai berikut: kepuasan psikis, efisiensi kerja, gejala-gejala fisik, dan penerimaan sosial,

Sedangkan Mu'tadin (2002) mengemukakan bahwa keberhasilan penyesuaian diri remaja dapat dilihat dari kriteria berikut ini : Kemam-

puan berkomunikasi, Kemampuan menjalin hubungan dengan orang lain, Menghargai diri sendiri dan orang lain, memberi dan menerima *feed back* (umpan balik), dan bertindak sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku.

Konsep Diri

Menurut Sertain (dalam Purwanto, 1984), konsep diri adalah individu sebagaimana dia memandang atau mengetahui dan merasakan oleh individu itu sendiri. Menurut Brooks (dalam Rakhmat,1985), konsep diri adalah pandangan dan perasaan tentang diri sendiri, baik yang bersifat fisik, sosial, dan psikologis yang diperoleh dari pengalaman dan interaksinya dengan lingkungan. Sedangkan Harlock (1996) mendefinisikan bahwa konsep diri adalah penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat fisik, psikis, sosial, emosional, aspirasi, dan prestasi. Menurut Hurlock (1991), banyak kondisi dalam kehidupan remaja yang turut membentuk pola kepribadian melalui pengaruh pada konsep diri. Beberapa diantaranya sama dengan kondisi masa anak-anak, tetapi banyak yang merupakan akibat dari perubahan-perubahan fisik – psikologis yang terjadi selama masa remaja, yang terpenting diantaranya adalah : Usia kematangan, penampilan diri, kepautan seks, nama dan julukan, hubungan keluarga, teman-teman sebaya, kreativitas, dan cita-cita.

Kecerdasan Emosi

Peter Salovey dan Jack Mayer adalah orang yang pertama kali menciptakan istilah kecerdasan emosi. Peter Salovey dan Mayor (dalam, Stein, 2002) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai “kemampuan untuk mengenali perasaan, meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya, dan mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga membantu perkembangan emosi dan intelektual. Penemuan yang menggembirakan ini disambut dengan gembira oleh para ahli psikologi. Banyak ahli yang mendefinisikan tentang kecerdasan emosi, diantaranya adalah Cooper dan Sawab (2002) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosi adalah “kemampuan mengindra memahami, dan de-

ngan efektif menerapkan kekuatan dan ketajaman emosi sebagai sumber energi, informasi, dan pengaruh”.

Sedangkan Goleman (2003) berpendapat bahwa kecerdasan emosi adalah “kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa”.

Remaja dapat dikategorikan memiliki kecerdasan emosi yang tinggi apabila remaja tersebut memiliki ciri-ciri sebagaimana diungkapkan oleh Goleman (2003) berikut ini : Memiliki kesadaran diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, empati, dan membina hubungan.

Hipotesis

Penelitian ini merumuskan hipotesis sebagai berikut :

1. Ada hubungan positif antara konsep diri dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja
2. Ada hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja
3. Ada hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja.

METODE

Subjek Penelitian

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Muhammadiyah 4 Sidayu Gresik dengan jumlah keseluruhan 107 siswa.

Teknik sampling yang digunakan adalah sampel total. Hal ini karena populasinya kecil dan merujuk pada pendapat Azwar (2011) yang mengemukakan bahwa semakin besar sampel maka akan semakin representatif.

Definisi Operasional Variabel

Variabel-variabel yang ada dalam penelitian ini adalah : variabel tergantung (Y) adalah kemampuan penyesuaian diri pada remaja,

sedangkan variabel bebasnya (X) ada dua, yaitu konsep diri (X_1) dan kecerdasan emosi (X_2).

Kemampuan penyesuaian diri remaja pada remaja adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu pada usia remaja (lebih kurang usia 13 atau 14 tahun sampai dengan 20 atau 21 tahun) untuk bertindak laku sesuai dengan tuntunan yang ada di lingkungan sosialnya yang ditandai dengan kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, memberi dan menerima *feedback* serta bertindak sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku sehingga tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya (Mu'tadin, 2002).

Konsep diri adalah penilaian remaja tentang diri sendiri, baik yang bersifat fisik, psikis, sosial, emosional, aspirasi, dan prestasi (Harlock, 1996).

Kecerdasan emosi adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengenali perasaannya sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik serta mampu membina hubungan dengan orang lain (Goleman, 1999).

Teknik Pengumpulan Data

Pengukuran terhadap tiga variabel penelitian dilakukan dengan skala kemampuan penyesuaian diri pada remaja, skala konsep diri dan skala kecerdasan emosi yang disusun peneliti. Skala disusun dengan menggunakan skala Likert dan memiliki 5 alternatif jawaban penilaian antara 5-1 untuk item pernyataan favorabel dan 1-5 untuk item pernyataan unfavorabel.

Skala kemampuan penyesuaian diri pada remaja disusun peneliti mengacu pada aspek-aspek kemampuan penyesuaian diri dari Mu'tadin (2002) yaitu : kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, memberi dan menerima *feedback* serta bertindak sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku. Uji diskriminasi item skala yang dilakukan dengan bantuan program statisti SPSS for Windows 16,0 dengan kriteria valid didasarkan pada pendapat dari Azwar (1999),

bahwa nilai minimal koefisien korelasi adalah 0,25, sehingga diatas 0,25 dinyatakan valid. Hasil uji menunjukkan bahwa dari 50 item semula terdapat 19 item yang gugur, sehingga tersisa 31 item yang valid. Seluruh item yang valid lalu diuji reliabilitasnya dengan tehnik *Alpha Cronbachs* dan menunjukkan hasil koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,916. Menurut Azwar (1999) bahwa reliabilitas di atas 0,8 adalah baik, maka dapat dinyatakan bahwa skala kemampuan penyesuaian diri pada remaja adalah reliabel atau handal .

Skala konsep diri disusun peneliti mengacu pada aspek-aspek konsep diri dari Hurlock (1996) yaitu: penilaian remaja tentang diri sendiri, baik Yang bersifat fisik, psikis, sosial, emosional, aspirasi, dan prestasi. Uji diskriminasi item skala yang dilakukan dengan bantuan program statisti SPSS *for Windows* 16,0 dengan kreteria valid didasarkan pada pendapat dari Azwar (1999), bahwa nilai minimal koefisien korelasi adalah 0,25, sehingga diatas 0,25 dinyatakan valid. Hasil uji menunjukkan bahwa dari 60 item semula terdapat 19 item yang gugur sehingga tersisa 41 item yang valid. Seluruh item yang valid lalu diuji reliabilitasnya dengan tehnik *Alpha Cronbachs* dan menunjukkan hasil koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,831. Menurut Azwar (1999) bahwa reliabilitas di atas 0,8 adalah baik, maka dapat dinyatakan bahwa skala konsep diri adalah reliabel atau handal.

Skala kecerdasan emosi disusun peneliti mengacu pada aspek-aspek kecerdasan emosi dari Goleman (1999) yaitu : kemampuan mengenali perasaannya sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik serta mampu membina hubungan dengan orang lain. Uji diskriminasi item skala yang dilakukan dengan bantuan program statisti SPSS *for Windows* 16,0 dengan kreteria valid didasarkan pada pendapat dari Azwar (1999), bahwa nilai minimal koefisien korelasi adalah 0,25, sehingga diatas 0,25 dinyatakan valid. Hasil uji menunjukkan bahwa dari 50 item semula terdapat 22 item yang gugur sehingga tersisa 28 item yang valid. Seluruh item yang valid lalu diuji reliabilitasnya dengan tehnik *Alpha Cronbachs* dan menunjukkan hasil koefisien

reliabilitas alpha sebesar 0,949. Menurut Azwar (1999) bahwa reliabilitas di atas 0,8 adalah baik, maka dapat dinyatakan bahwa skala konsep diri adalah reliabel atau handal.

Tehnik Analisa Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi. Sebelum dilakukan analisa data dengan analisis regresi dilakukan dulu uji prasyarat yaitu normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan. Uji normalitas sebaran dimaksudkan untuk mengetahui semua variabel yang diukur mengikuti hukum sebaran normal atau tidak, uji statistik yang digunakan adalah tehnik *Kolmogorav-Smirnov*. Kaidah untuk mengetahui normal tidaknya menggunakan kreteria jika $p > 0.05$ berarti sebaran normal, dan bila $p < 0.05$ berarti sebaran tidak normal. Hasil uji normalitas sebaran variabel kemampuan penyesuaian diri pada remaja dengan SPSS 16.0 *For Windows* menunjukkan koefisien harga Z Kolmogorov-Smirnov = 1,026 pada $p = 0,243$ ($p > 0,05$) berarti variabel kemampuan penyesuaian diri pada remaja skornya adalah normal, pada variabel Konsep diri koefisien harga Z Kolmogorov-Smirnov = 0,998. Pada $p = 0,272$. ($p > 0,05$) berarti variabel konsep diri skornya adalah normal, dan pada variabel kecerdasan emosi koefisien harga Z Kolmogorov-Smirnov = 0,692. Pada $p = 0,725$ ($p > 0,05$). Berarti variabel Kecerdasan Emosi skornya adalah normal.

Sedangkan Uji linieritas hubungan dimaksudkan untuk mengetahui apakah antara variabel bebas dengan variabel terikat terdapat hubungan yang linier atau tidak. Untuk menguji linieritas hubungan menggunakan jasa komputer program SPSS *For Windows* 16.0, kaidah yang digunakan untuk menguji linier atau tidak adalah $p < 0.05$ maka hubungan linier, sedangkan jika $p > 0.05$ maka hubungan tidak linier. Hasil dari uji linieritas adalah sebagai berikut : Hasil uji linieritas antara variabel konsep diri dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja menunjukkan harga $F = 18,705$. pada $p = 0.00$. oleh karena $p < 0,05$ maka kedua variabel tersebut memiliki hubungan linier.

Hasil uji linieritas antara variabel kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian

diri pada remaja menunjukkan harga $F = 12,652$ pada $p = 0,001$. oleh karena $p < 0,05$ maka kedua variabel tersebut memiliki hubungan linier.

Untuk mengetahui keeratan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat maka tehnik analisis statistik yang digunakan adalah analisis regresi dan korelasi parsial. Komputasi statisnya menggunakan jasa komputer program SPSS *For Windows* 16.0, kriteria pengujian terhadap hipotesis penelitian adalah sebagai berikut : bila $p < 0,010$, maka nilai r sangat signifikan, bila $0,010 < p < 0,05$ maka nilai r tidak signifikan. Pengujian arah korelasi atau hubungan akan terlihat dari positif atau negatifnya nilai r_{xy} dalam korelasi parsial. Sedangkan bobot sumbangannya prediktor terhadap kreteriumnya akan terlihat dalam bumbangan efektif.

HASIL PENELITIAN

Hasil komputasi dengan tehnik analisis rengesi yang menggunakan program SPSS *For Windows* 16.0, untuk menguji hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, secara bersama-sama ditunjukkan dari harga F sebesar 12,756, pada $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Berarti hipotesis "ada hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja "diterima. Dengan kata lain, hasil analisis dengan tehnik regresi membuktikan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja.

Tabel 1. Anova

Model	F	Sing.(p)
Regression	12,756	0,000

Bobot masing-masing prediktor ditunjukkan oleh nilai sumbangan efektifnya. Sumbangan efektif ketiga prediktor atau ketiga variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel tergantung ditunjukkan harga R^2 (R Square) = $0,197 = 19,7\%$. artinya ada 19,7 % itu berasal dari variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini misalnya: harga diri, kecerdasan

intelegensi, kecerdasan spiritual, rasa frustrasi, konflik, kondisi fisik, tingkat kematangan perkembangan dan kondisi lingkungan remaja tersebut.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa hubungan parsial antara konsep diri dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja adalah dengan harga $t = 3,404$. Pada $p = 0,001$ ($p < 0,05$), maka hipotesis yang berbunyi "ada hubungan yang positif antara konsep diri dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja" diterima. ini berarti ada hubungan yang signifikan.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa hubungan parsial antara kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja adalah dengan harga $t = 2,435$ pada $p = 0,017$ ($p < 0,05$), maka hipotesis yang berbunyi "ada hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja" diterima. Ini berarti ada hubungan yang signifikan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja. Hal ini senadah dengan teori yang dikemukakan oleh Harlock (1996), yang menyatakan bahwa konsep diri adalah penilaian remaja tentang dirinya sendiri, baik yang bersifat fisik, psikis, sosial, emosional, aspirasi, dan prestasi. Adanya beberapa sikap remaja di sekolah yang suka menyendiri, pendiam, dikucilkan teman, suka membolos dan malas belajar karena mereka itu belum memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan baik, mereka belum mampu menggunakan konsep diri positif yang dimilikinya dengan baik dan belum mampu mengelolah kecerdasan emosi yang dimiliki dengan baik. Untuk membuat remaja memiliki kemampuan dalam mengadakan penyesuaian diri dengan lingkungannya perlu adanya implus-implus yang kuat dan dorongan-dorongan instinktif, perlu adanya mekanisme yang dapat mengatur dan mengarahkan prilakunya menuju kemampuan penyesuaian diri dan diantara mekanisme yang diperlukan itu adalah konsep diri dan kecer-

dasan emosi. Konsep diri yang positif yang dimiliki remaja akan mempengaruhi perilaku remaja dalam mengadakan hubungan sosial dengan lingkungannya. Berkaitan dengan aspek penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat fisik, jika remaja memiliki konsep diri fisik yang positif, remaja bisa menerima apa adanya fisik yang dimiliki, cenderung memunculkan harga diri yang positif, dan disertai dengan mau menerima orang lain, maka pada diri remaja yang bersangkutan akan timbul rasa percaya diri yang selanjutnya rasa percaya diri tersebut mendorongnya untuk berhubungan dengan orang lain, dalam aspek psikis biasanya individu dalam bertindak berdasarkan pada pandangan dan penilaian dirinya sendiri, jika remaja memandang dirinya bisa, maka remaja cenderung berani melakukan sesuatu dan tidak mundur dalam bergaul, di aspek sosial, dalam berperilaku di hadapan orang lain, individu biasanya memperhatikan tentang keberadaan orang lain tersebut, individu akan menilai dirinya berdasarkan persepsi terhadap penilaian orang lain tentang dirinya. Misal, seorang remaja mepersepsi bahwa Anton teman kelasnya anaknya ramah, dan menurut persepsinya Anton menyukainya, walaupun sebenarnya Anton tidak menyukainya maka remaja tersebut cenderung mau berkomunikasi dan membuka diri pada Anton, pada aspek aspirasi, remaja yang memiliki cita-cita cenderung berusaha untuk meraihnya, berusaha mencari informasi lewat berbagai cara termasuk mengadakan kontak dengan orang lain, dan pada aspek prestasi bahwa remaja yang memandang dirinya dia bisa, maka remaja akan berusaha untuk mendapatkan suatu karya yang menjadi kebanggaan dirinya dan pengakuan dari lingkungan sosialnya.

Tentang mekanisme kecerdasan emosi, senada dengan apa yang dinyatakan Goleman (1999) bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengenali perasaannya sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik serta mampu membina hubungan dengan orang lain, maka jika remaja memiliki kecerdasan emosi yang tinggi dia akan mampu menyesuaikan diri dengan mudah. Aspek- aspek kecerdasan emosi

yang berupa kemampuan mengenali perasaan sendiri, memberikan penjelasan jika remaja yang mampu mengenali perasaan sendiri, mampu memahami penyebab perasaan yang timbul, maka remaja akan mampu membuat rencana-rencana solusi yang tepat terhadap permasalahan yang dihadapi, remaja akan mampu mengelola emosinya terutama terutama pengendalian amarah dan agresivitas, remaja bisa membina perasaan yang positif terhadap dirinya dan orang lain, remaja bisa memotivasi dirinya sendiri untuk berkreasi, untuk bersikap positif, berorientasi pada tujuan dan rencana, remaja bisa ikut merasakan perasaan orang lain, remaja akan mampu menangkap sinyal-sinyal sosial tersembunyi yang mengisaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain sehingga remaja mampu membina hubungan dengan orang lain, dan bisa menyelesaikan konflik yang dihadapi. bertindak sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku sehingga tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya.

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan menguji hipotesis yang berbunyi “ada hubungan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja”. Variabel penelitian meliputi satu variabel terikat yaitu kemampuan penyesuaian diri pada remaja dan dua variabel bebas konsep diri dan kecerdasan emosi. Penelitian dilakukan di SMA Muhammadiyah 4 Sidayu Gresik, sedangkan yang menjadi populasinya adalah semua siswa mulai dari kls X, XI dan XII, tahun pelajaran 2012/2013, terdiri dari lima kelas dengan jumlah keseluruhan 107 siswa.

Penelitian ini menggunakan teknik analisa regresi dengan memanfaatkan program SPSS 16.0 *For Windows*. Data penelitian diperoleh melalui penggunaan skala kemampuan penyesuaian diri pada remaja yang disusun peneliti dengan indikator kemampuan berkomunikasi, kemampuan menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dengan orang lain, memberi dan menerima feedback (umpan balik), dan bertindak sesuai dengan norma dan

aturan yang berlaku. Skala konsep diri disusun peneliti terdiri atas indikator penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat fisik, penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat psikis, penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat sosial, penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat emosional, penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat aspirasi, dan penilaian remaja tentang diri sendiri yang bersifat prestasi. Sedangkan kecerdasan emosi disusun peneliti dengan indikator mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi diri sendiri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan membina hubungan dengan orang lain.

Hasil analisa regresi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, sehingga hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima.

Hasil analisis regresi linier menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, artinya secara bersama-sama kedua variabel bebas mempunyai hubungan yang positif dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, sehingga hipotesis kedua dan ketiga ini diterima.

Secara bersama-sama, analisa data menghasilkan sumbangan efektif sebesar 1,97 % dari konsep diri dan kecerdasan emosi dengan kemampuan penyesuaian diri pada remaja, artinya ada variabel diluar penelitian yang turut berpengaruh terhadap variabel kemampuan penyesuaian diri pada remaja 80,3% , antara lain yaitu : harga diri, kecerdasan intelegensi, dan kecerdasan spiritual, rasa frustrasi, konflik, tingkat kecemasan, kondisi fisik, tingkat kematangan perkembangan, kondisi lingkungan remaja dan seterusnya.

DAFTAR PUSTAKA

Adi, K.J. (1998). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Penyesuaian Diri di Sekolah*. Skripsi, tidak diterbitkan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Solo.

Afifudin, S. K., & Mawardi, S. (1988). *Psikologi Pendidikan Anak Usia Sekolah Dasar*. Solo: Harapan Massa.

Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Cooper, R.K., & Sawaf, & A. (2002). *Executive EQ: Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi Alex* (Tri Kartjono Widodo, penterjemah) Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Darajat, Z. (1998). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.

Fahmy, M. (1977). *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat* (Darajat, Z, alih Bahasa,). Jakarta: Bulan Bintang.

Goleman, D. (1999). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Alex Tri, K, W, Penerjemah). Jakarta: Gramedia Prestasi Utama.

Goleman, D. (2003). *Emosional Intellegence – Mengapa EL lebih penting daripada I Q*. (T, Hermaya, penerjemah). Jakarta: Gramedia Prestasi Utama.

Hurlock, E, B., (1991). *Psikologi Perkembangan*. (Sijabat, R.M., Peterjemah). Jakarta: Erlangga.

Hurlock, E, B., (1996). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Kartono, K dan Andar, J. (1989). *Higiene Mental dan Kesehatan dalam Islam*. Bandung: Bandar Maju.

Mu'tadin, Z. (2002). *Penyesuaian Diri Remaja*. Dibaca 09 September 2012 dari <http://www.e-psikologi.com/remaja.htm>.

Mu'tadin, Z. (2002). *Mengembangkan Ketrampilan Sosial pada Remaja*. Dibaca 09 September 2012 dari <http://www.epsikologi.com/remaja.06080.htm>.

Mulyasa. (2000). *Menjadi Guru Profesional Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. Bandung: Rosda.

- Munawaroh, F. (2012). Konsep Diri, Intensitas Komunikasi Orang Tua-Anak, dan Kecenderungan Prilaku Seks Pranika. *Jurnal Psikologi Indonesia Persona* Vol.1 No. 02.
- Purwanto, N. (1984). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Karya.
- Rakhmat, J. (1985). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Karya.
- Sabiq, Z, dan Djalali, M A. (2012). Kecerdasan Emosi Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prosocial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamekasan. *Jurnal Indonesia Persona* Vol.1 No. 02.
- Sunarto dan Hartono, B,A. (2002). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Surakhmat, W. (1999). *Psikologi Pemuda Indonesia*. Jakarta: Jrmass.
- Stein, S, J., & Book, H, E. (2002). *Ledakan EQ*. (Trinanda Rainy Januarsari, & Yudi Murtanto, penterjemah). Bandung: Kaifa
- Tim Dosen Sosiologi. (1992). *Sosiologi Pendidikan*. Surabaya: IKIP Surabaya.
- Willis, S. (1994). *Problem Remaja dan Pemecahannya*. Bandung: Aksara.
- Wijaya, I,P, dan Pratitis, N,T,. (2012). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial Orang Tua. Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Pergaulan. *Jurnal Psikologi Indonesia Persona* Vol. 1 No. v01.