



Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa
Volume 2, No 2, Oktober 2022
e-ISSN 2807-789X



Efektivitas Pelatihan Kecerdasan Emosional Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Mahasiswa

Ahmad Razak^{1*}, Muhrajan Piara², Nur Akmal³, Abdul Rahmat⁴, Perdana Kusuma⁵

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

E-mail: ahmad7106@unm.ac.id

Abstract

This study examines the effectiveness of emotional intelligence training on improving the discipline of students at the Faculty of Psychology, UNM. The subjects of this study were 40 students of the Faculty of Psychology UNM. Sampling using purposive sampling. Data collection was carried out using a student disciplinary scale. The data were then analyzed using paired samples t-test. The results of the analysis show that there are differences in student discipline before and after participating in emotional intelligence training.

Keywords: Emotional intelligence, Discipline, Student

Abstrak

Studi ini meneliti tentang efektivitas pelatihan kecerdasan emosional terhadap peningkatan kedisiplinan mahasiswa Fakultas Psikologi UNM. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UNM sebanyak 40 orang. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala kedisiplinan mahasiswa. Data kemudian dianalisis dengan menggunakan paired samples t-test. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan kedisiplinan mahasiswa sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan kecerdasan emosional.

Kata Kunci: Kecerdasan emosional, Kedisiplinan, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu (Peraturan Pemerintah No. 30/1990). Sebagai masyarakat kampus, mahasiswa dituntut mandiri dan bertanggung jawab dalam menjalankan peran-peran akademiknya, utamanya tridharma perguruan tinggi yaitu pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat. Jika dibandingkan dengan pelajar pada umumnya, mahasiswa memiliki peran yang lebih kompleks

dan lebih luas sehingga diperlukan satu usaha untuk dapat menjalankan dan menyelesaikan peran-peran tersebut secara optimal.

Kedisiplinan merupakan salah satu kunci keberhasilan untuk menjalankan tugas-tugas tersebut dengan baik. Disiplin akan membuat mahasiswa dapat melakukan apa yang seharusnya dilakukan dan apa yang sepatutnya tidak dilakukan. Menurut Saputro (2012) Seorang mahasiswa perlu memiliki sikap disiplin dengan melakukan latihan dan pembiasaan yang memperkuat dirinya sendiri untuk selalu terbiasa patuh dan mempertinggi daya kendali diri.

Kedisiplinan adalah bentuk kepatuhan untuk menghormati dan menjalankan suatu sistem yang mengharuskan tunduk dan patuh pada keputusan, perintah ataupun peraturan dan tata tertib yang berlaku (Rasdiana, 2005). Disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban.

Dalam dunia pendidikan kedisiplinan merupakan keniscayaan yang tidak akan mungkin ditawar-tawar lagi. Sehingga menaati peraturan atau tata tertib merupakan konsekuensi yang harus ditegakkan. Oleh karena itu kedisiplinan pada mahasiswa merupakan suatu sikap bertanggung jawab akan kesediaan untuk mematuhi dan menjalankan segala peraturan tata tertib serta norma-norma yang berlaku di dalam lingkungan kampus.

Kenyataan yang terjadi, diantara mahasiswa ada kecenderungan menunjukkan sikap kurang disiplin seperti seringnya terlambat kuliah, prokrastinasi akademik, tidak menjaga kebersihan lingkungan kampus dan tidak menaati tata tertib mahasiswa (Saputro 2012). Fenomena tersebut sejalan dengan beberapa kasus kedisiplinan yang terjadi di fakultas psikologi UNM, seperti pemalsuan tanda tangan kaprodi, kasus psikokamp, dan prokrastinasi akademik (Komisi Disiplin Fakultas Psikologi UNM, 2015).

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi tinggi rendahnya kedisiplinan pada mahasiswa adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional merupakan suatu kekuatan internal yang dapat memberikan kekuatan dan kemampuan dalam bersikap dan berperilaku. Ahmed (Kulsum, 2005) mengemukakan bahwa kecerdasan emosi yang dimiliki oleh seseorang mesti akan mampu mengolah dan mengatur kondisi emosional yang dibutuhkan. Goleman (2000) sendiri menyatakan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah akan mudah berperilaku depresif, mudah cemas, sering kuarir, merasa rendah diri, mudah tersinggung, merasa teralinesasi, pasif dan bahkan agresif. Ia bahkan berani menyimpulkan

bahwa 80% seseorang mengalami kesuksesan dalam hidupnya karena memiliki kecerdasan emosional.

Berdasarkan hal tersebut dapat dikatakan bahwa dengan kecerdasan emosional manusia dapat mengendalikan dirinya dan mengarahkan kepada suatu nilai yang lebih bermakna. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa Kecerdasan Emosional memberikan pengaruh terhadap suatu tindakan dan keputusan yang positif dan lebih bermakna. Iskandar, dkk (2014) melaporkan bahwa ada pengaruh signifikan kecerdasan emosional terhadap kinerja guru. Umi Kholifah (2011) menyebutkan bahwa ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap kedisiplinan siswa.

Mengacu pada uraian di atas menarik untuk diteliti efektivitas pelatihan kecerdasan emosional terhadap peningkatan kedisiplinan mahasiswa Fakultas Psikologi UNM.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas pelatihan kecerdasan emosional terhadap peningkatan kedisiplinan mahasiswa Fakultas Psikologi UNM. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UNM sebanyak 40 orang. Subjek diperoleh dengan teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan sample dengan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data penelitian adalah menggunakan skala kedisiplinan,

Skala kedisiplinan terdapat tiga indikator kedisiplinan, yaitu: a) Sikap mental (*mental attitude*) yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dan latihan pengendalian pikiran dan pengendalian watak; b) Pemahaman yang baik mengenai sistem aturan tingkah laku, pemahaman tersebut menumbuhkan atau kesadaran untuk memahami disiplin sebagai suatu aturan yang membimbing tingkah laku c) Sikap dan tingkah laku yang secara wajar menunjukkan kesungguhan hati untuk mentaati segala hal secara cermat.

Penelitian ini menggunakan quasi eksperimen tanpa menggunakan kelompok kontrol. Sebagai bahan pembandingan, perlakuan yang diberikan peneliti hanya dibandingkan sebelum dilakukan *pretest* dengan *post test*. Berbentuk rancangan eksperimen adalah *quasi experimental One Group Pretest-Posttest design* (Campbell & Stanley, 1982). Rancangan ini digunakan satu kelompok subyek. Sebelum perlakuan diberikan terlebih dahulu dilakukan pre test. Selanjutnya diberikan beberapa materi dengan penyajian yang bervariasi selanjutnya dilakukan post test.

Kelompok	Pretest	Treatment	Posttest
Kqex	T ₁	X	T ₂

Keterangan:

- Kqex: Kelompok Eksperimen
- X : *Treatment* pelatihan kecerdasan emosional
- T₁ : *Pretest* kedisiplinan mahasiswa
- T₂ : *Posttest* kedisiplinan mahasiswa

HASIL

Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan analisis deskriptif dan kategorisasi kedisiplinan mahasiswa sebelum dan sesudah pelatihan kecerdasan emosional. Hasil analisis data memperoleh data deskriptif penelitian mengenai kecenderungan utama skor subjek melalui skala kedisiplinan mahasiswa sebelum dan sesudah pelatihan. Data untuk kedisiplinan menggunakan skala kedisiplinan dengan jumlah item sebanyak 23 item. Skor dimulai dari angka 1 sampai 4. Skor terendah adalah 23 dan skor tertinggi adalah 92. Uraian deskripsi data penelitian dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Deskripsi Data Kedisiplinan Mahasiswa Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	SD
Pre tes Kedisiplinan	40	34.00	56.00	43.6500	4.67700
Pos tes Kedisiplinan	40	50.00	74.00	58.5000	6.59837

Adapun kategorisasi pre-test dan pos-test Kedisiplinan mahasiswa dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Kategorisasi Pre-tes dan Pos-tes Kedisiplinan Mahasiswa

Pre tes Kedisiplinan Mahasiswa					
No.	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	$X \geq (\mu + 1\sigma)$	$X \geq 69$	Tinggi	0	0
2.	$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	$46 \leq X < 69$	Sedang	15	37.5
3.	$X < (\mu - 1\sigma)$	$X < 46$	Rendah	25	62.5
Total				40	100
Pos tes Kedisiplinan Mahasiswa					
No	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	$X \geq (\mu + 1\sigma)$	$X \geq 69$	Tinggi	5	12.5
2.	$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	$46 \leq X < 69$	Sedang	35	87.5
3.	$X < (\mu - 1\sigma)$	$X < 46$	Rendah	0	0
Total				40	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa kategori pre tes kedisiplinan mahasiswa sebanyak 25 orang (62.5%) berada pada kategori rendah, sebanyak 15 orang (37.5%) berada pada kategori sedang dan tidak ada (0%) yang berada pada kategori tinggi. Sedangkan pos-tes kedisiplinan mahasiswa tidak ada satupun (0%) yang berada pada kategori rendah, sebanyak 35 orang (87.5%) berada pada kategori sedang dan 5 orang (12.5%) berada pada kategori tinggi.

Uji normalitas sebaran

Analisis normalitas sebaran variabel dalam penelitian ini menggunakan model statistik *one sample kolmogorov smirnov test*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran adalah jika $p > 0,05$, dan jika $p < 0,05$ sebarannya dinyatakan tidak normal.

Pengujian normalitas sebaran variabel kedisiplinan mahasiswa sebelum pelatihan menunjukkan nilai $p = 0,006$, sedangkan kedisiplinan mahasiswa sesudah pelatihan (pos tes) menunjukkan nilai $p = 0,011$ atau $p > 0,05$. Ini berarti sebaran variabel kedisiplinan sebelum dan sesudah pelatihan adalah normal sehingga memenuhi asumsi untuk keperluan analisis data penelitian.

Uji homogenitas

Pengujian homogenitas varians dimaksudkan untuk mengetahui homogenitas variable kedisiplinan. Pengujian homogenitas varians juga dimaksudkan untuk membuktikan bahwa masing-masing subjek dalam kelompok memenuhi ciri-ciri homogen atau masing-masing subjek dalam kelompok yang satu dengan kelompok lainnya tidak menunjukkan adanya perbedaan varians yang signifikan.

Pengujian ini mengikuti asumsi bahwa homogenitas variansi terjadi apabila nilai $p > 0.05$ dan sebaliknya apabila nilai $p < 0.05$ maka variansnya tidak homogen. Berdasarkan hasil olah data menunjukkan bahwa variable kedisiplinan pre – pos menunjukkan nilai $p = 0.225$. Sehingga $p > 0.05$. Oleh kerana itu maka variansnya adalah homogen. Untuk selengkapnya ditunjukkan pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas Skala Kedisiplinan Mahasiswa

Kualiti Jiwa	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pre-tes – pos-tes kedisiplinan	1.496	1	78	0.225

Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat perbedaan signifikan kedisiplinan mahasiswa sebelum dan sesudah pelatihan kecerdasan emosional. Selengkapnya dirangkum pada tabel 4 di bawah ini:

Tabel 4. Perbedaan Kedisiplinan Mahasiswa Sebelum dan Sesudah Mengikuti Pelatihan

Variabel	Kelompok	N	Mean	SD	df	t	Sig
Kedisiplinan mahasiswa	Pre-tes	40	43.65	4.67700	39	-14.649	0.000
	Pos-tes	40	58.50	6.59837			

Tabel tersebut di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan skor mean pre tes kedisiplinan mahasiswa dan pos-tes kedisiplinan mahasiswa setelah mengikuti pelatihan kecerdasan emosional dengan nilai $t = -14.649$, $p < 0.000$. Keputusan ini menunjukkan skor mean pos tes kedisiplinan mahasiswa adalah lebih besar yaitu 58.50 dibandingkan skor mean pre tes kedisiplinan mahasiswa yaitu 43.65. Ini berarti hipotesis diterima.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan kedisiplinan mahasiswa sebelum dan sesudah pelatihan kecerdasan emosional. Hal ini menunjukkan pelatihan kecerdasan emosi dapat meningkatkan kedisiplinan pada mahasiswa. Hasil penelitian ini mendukung beberapa riset sebelumnya, kecerdasan emosi dapat meningkatkan kedisiplinan pada siswa (Alwi, et al., 2022). Selain itu, hasil penelitian lain menunjukkan kecerdasan emosional berkontribusi terhadap peningkatan kedisiplinan siswa Sekolah Dasar (Andita, 2019; Kumalasari et al., 2020). Kedisiplinan siswa terhadap aturan dan tata tertib di sekolah dapat dipatuhi karena siswa memiliki kompetensi kecerdasan emosional yang baik (Anggritasari, 2010). Hasil penelitian Putri (2019) yang menjelaskan bahwa kecerdasan emosi berpengaruh positif terhadap kedisiplinan siswa di sekolah dengan koefisien korelasi sebesar 0.362 dengan sumbangan efektif sebesar 40% terhadap kedisiplinan siswa.

Kecerdasan emosional berperan terhadap dinamika kehidupan individu baik secara personal maupun secara sosial. Selain itu, kecerdasan emosi berkontribusi terhadap peningkatan psikologis seperti motivasi belajar siswa (Nuraisyiah, Nurjannah, 2022), peningkatan perilaku positif seperti prososial pada remaja (Yantiek, 2014), kinerja karyawan (Fitriastuti, 2020). Corbe et.al (2018) kecerdasan emosi merupakan intervensi untuk membantu membangun kualitas psikologis individu tanpa mengganggu kegiatan akademik dan kegiatan lain yang dilakukan siswa.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki individu misalnya kemampuan memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan

dorongan hati dan tidak melebihi batas, mengatur suasana hati agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdo'a (Goleman, 2000). Selain itu, kecerdasan emosional berkontribusi besar terhadap kesuksesan seseorang dan kecerdasan intelektual atau intelegensi hanya memberikan kontribusi dua puluh persen. Oleh karena itu, dunia pendidikan dan lingkungan kehidupan kampus diharapkan menciptakan lingkungan yang nyaman. Karena lingkungan yang nyaman dapat berkontribusi terhadap hubungan interpersonal (Psikologi et al., 2022), optimis (Ahkam & Arifin, 2017), akademik dan non akademik (Alwi & Fakhri, 2022).

Kecerdasan emosional merupakan kompetensi kunci untuk saling pengertian, komunikasi, dan kerja sama dapat mempengaruhi kinerja individu dan kesuksesan masa depan (Wang, 2019). Selain itu, kecerdasan emosional merupakan kekuatan internal individu yang dapat mampu mengolah dan mengatur kondisi emosional yang dibutuhkan, selain itu mengatur dan mengarahkan sikap dan perilaku tepat (Ahmad, 2015). Oleh karena itu, kecerdasan emosional dapat mengarahkannya ke tujuan yang lebih positif. Kecerdasan emosi membantu melakukan sesuatu dengan didorong oleh emosi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan pelatihan kecerdasan emosi efektif meningkatkan pengetahuan kedisiplinan siswa. Hal ini terlihat adanya perbedaan kedisiplinan mahasiswa sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan kecerdasan emosional. Tingkat pengetahuan kedisiplinan mahasiswa mengalami peningkatan setelah mengikuti pelatihan.

ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan penghargaan yang sebesar besarnya kepada:

1. Kemendikbud yang telah mendanai penelitian ini.
2. Direktur PPs UNM yang telah merekomendasi untuk mengikuti kegiatan seminar nasional
3. Ketua LP2M yang telah menyediakan arena seminar nasional untuk hasil-hasil penelitian.
4. Panitia seminar nasional yang telah mengikut sertakan dalam arena ilmiah.

REFERENSI

- Ahkam, M. A., & Arifin, N. A. I. (2017). Optimisme dan School Well-Being pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 3(1), 7. <https://doi.org/10.26858/talenta.v3i1.13182>
- Ahmad. (2015). Kecerdasan Emosional dan Hard. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 20(1), 1–105.
- Alwi, M A, & Fakhri, N. (2022). School well-being di Indonesia: Telaah Literatur. *Jurnal*

Psikologi Talenta Mahasiswa, 1(3).

- Alwi, M Ahkam, Razak, A., Muhammad, L., Hidayat, N., & Nurfitriany, N. (2022). Pelatihan Emotional Intelligence untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di Sekolah. *INOVASI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 17–20.
- Andita. (2019). Pengaruh kecerdasan emosi terhadap kedisiplinan di sekolah pada siswa kelas v sd. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 8(1), 421–430. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pgsd/article/viewFile/14879/14432>
- Anggritasari, D. (2010). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Pola Asuh Demokratis Siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Ekonomi*, 1(September), 1–7.
- Campbell, D., & Stanley, J. C. (1982). *Experimental and Quasi-Experimental Designs for Research in Information Science*. Houghton Mifflin Company.
- Fitriastuti, T. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosional, Komitmen Organisasional dan Organizational Citizenship Behavior terhadap Kinerja. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 21(1), 60–68. <https://doi.org/10.30596/jimb.v21i1.4149>
- Gilar-Corbi, R., Pozo-Rico, T., Pertegal-Felices, M. L., & Sanchez, B. (2018). Emotional intelligence training intervention among trainee teachers: a quasi-experimental study. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 31(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s41155-018-0112-1>
- Goleman, D. (2000). *Kecerdasan Emosional*. Gramedia Pustaka Utama.
- Kumalasari, L. I., Kusrahmadi, S. D., & Herwin, H. (2020). Analisis hubungan antara kecerdasan emosional dengan kedisiplinan siswa sekolah dasar. *Foundasia*, 11(2), 60–68. <https://doi.org/10.21831/foundasia.v11i2.34844>
- Nuraisyiah, Nurjannah, A. R. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Siswa Program Keahlian Akuntansi. *Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Kependidikan*, 13(2), 218–225.
- Psikologi, D. F., Makassar, U. N., & Makassar, U. N. (2022). SCHOOL WELL-BEING DITINJAU DARI HUBUNGAN INTERPERSONAL. *Pedagogika: Jurnal Pedagogik Dan Dinamika Pendidikan*, 10(2), 124–131. <https://doi.org/https://doi.org/10.30598/pedagogikavol10issue2year2022>
- Wang, C. J. (2019). Facilitating the emotional intelligence development of students: Use of technological pedagogical content knowledge (TPACK). *Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education*, 25(January), 100198. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2019.100198>
- Yantiek, E. (2014). Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prosocial Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01), 22–31. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.366>