

# HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL SISWA AKSELERASI DI MAN BANYUWANGI

Jon Iskandar Bahari

## Abstract

Individuals in everyday life are required to establish a relationship with another individual. Through this socialization process, individuals make adjustments with the surrounding environment. To establish a good relationship, an individual is required to have good intelligence emosional. Basically between emotional intelligence and social adjustment interconnected. Emotional intelligence is a subset of social intelligence that involves the ability to monitor feelings and emotions well in ourselves and in others. This study aims to determine how the intelligence level of students emosional acceleration, how the level of students' social adjustment of acceleration, and learns of the relationship of emotional intelligence and social adjustment in students acceleration MAN Banyuwangi. This study uses a quantitative correlation with research subjects students of class X MAN acceleration Banyuwangi totaling 214 students, while 31 of them designated as a sample.

**Keywords** : Emotional Intelligence, Social Adjustment

## Pendahuluan

Keberhasilan seseorang dalam melakukan penyesuaian sosial salah satunya dipengaruhi oleh baik buruknya emosional yang dimiliki oleh individu tersebut. Sebagaimana Goleman yang menyatakan bahwasanya membina hubungan dengan orang lain merupakan salah satu keterampilan seseorang dalam mengelola emosi. Keterampilan seseorang dalam mengelola emosi merupakan bagian dalam kecerdasan emosional.

Kecerdasan emosional tersebut meliputi empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, kemampuan memecahkan masalah antar pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, keramahan dan rasa hormat. Kecerdasan emosi pertama kali dilontarkan oleh Peter Salovey dan John Mayer pada tahun 1990. Pada awalnya, Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik d iri sendiri maupun orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi untuk membimbing pikiran dan tindakan.

Kecerdasan emosional bukanlah lawan kecerdasan intelektual atau IQ. Namun, keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Kecerdasan emosional

kesempatan bagi kita untuk melanjutkan apa yang sudah disediakan oleh alam agar kita mempunyai peluang lebih besar untuk meraih keberhasilan. Pada kenyataannya perlu diakui bahwa kecerdasan emosional memiliki peran yang sangat penting untuk mencapai kesuksesan di sekolah, tempat kerja, dan dalam berkomunikasi di lingkungan masyarakat. Sedangkan Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengelola perasaan sedemikian rupa sehingga terekspresikan secara tepat dan efektif, yang memungkinkan orang bekerjasama dengan lancar menuju sasaran bersama. Tingkat kecerdasan emosi tidak terikat dengan faktor genetis.

Kecerdasan emosi lebih banyak diperoleh lewat belajar, dan terus berkembang sepanjang hidup sambil belajar dari pengalaman sendiri. Seorang individu makin lama akan makin baik dalam kemampuan ini sejalan dengan makin terampilnya individu tersebut dalam menangani emosi dan impulsnya sendiri, memotivasi diri, dan dalam mengasah empati dan kecakapan sosial. Kecerdasan emosi bekerja secara sinergis dengan kecerdasan intelektual. Tanpa kecerdasan emosi, individu tidak akan bisa menggunakan kemampuan - kemampuan kognitif mereka sesuai dengan potensi maksimum.

Doug Lennick mengatakan bahwa untuk mencapai kesuksesan diperlukan keterampilan intelektual, tetapi orang juga memerlukan kecakapan emosi untuk memanfaatkan potensi bakat mereka secara penuh. Pendidikan adalah salah satu hal yang penting dalam pengembangan mutu sumber daya manusia. Sebagai bangsa yang besar serta kaya akan sumber daya alam, Indonesia tentunya membutuhkan sumber daya manusia yang unggul dan handal.

Tanpa sumber daya manusia yang memadai, sumber daya alam yang dimiliki Indonesia tidak akan dapat dikelola dengan baik, sehingga manfaat yang didapat tidaklah berarti bagi rakyat Indonesia.. Sebagaimana yang terjadi selama ini, sumber daya alam Indonesia selalu menjadi incaran pihak asing melalui kerjasama dengan pemerintah, yang mana proyek-proyek kerjasama tersebut seringkali tidak memberikan keuntungan bahkan merugikan rakyat Indonesia. Oleh karena itu pendidikan haruslah menjadi perhatian serius bagi pemerintah demi terciptanya sumber daya manusia yang unggul dan berkualitas. Strategi pelayanan pendidikan yang dilaksanakan selama ini masih bersifat masal. Artinya, program pendidikan dilaksanakan untuk melayani sebanyak-banyaknya jumlah siswa.

Model pengajaran seperti itu mengikuti pola *one-size-fits-all*. Strategi pelayanan pendidikan seperti ini memang sah dan sangat tepat dalam konteks pemerataan kesempatan, akan tetapi kurang menunjang usaha optimalisasi pengembangan potensi sumber daya manusia secara cepat. Kelemahan dari model pengajaran ini adalah anak yang memiliki kemampuan dan bakat tinggi atau istimewa (anak berbakat) menjadi tidak diperhatikan. Padahal, bakat atau kemampuan anak berbakat itu seharusnya dapat dilayani dan dikembangkan melalui program pendidikan yang memberikan perlakuan dan layanan pendidikan yang mampu mengoptimalkan potensi anak berbakat.

## Emosi

Menurut J.P. Du Preez, “emosi adalah suatu reaksi tubuh menghadapi situasi tertentu. Sifat dan intensitas emosi biasanya terkait erat dengan aktifitas kognitif (berpikir) manusia sebagai hasil persepsi terhadap situasi spesifik”. Ada ratusan emosi, bersama dengan campuran, variasi, mutasi, dan nuansanya. Goleman membagi emosi menjadi delapan golongan beserta ciri-cirinya, yaitu :

- a. Amarah : beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, dan barang kali yang paling besar, tindak kekerasan dan kebencian patologis.
- b. Kesedihan : pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, kesepian, ditolak, putus asa, dan kalau menjadi patologis, depresi berat.
- c. Rasa takut : cemas, takut, gugup, khawatir, was -was, perasaan takut sekali, khawatir, waspada, sedih, tidak senang, ngeri, takut sekali, kecut, sebagai patologi, fobia dan panik.
- d. Kenikmatan : bahagia, gembira, ringan, puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, rasa terpesona, rasa puas, rasa terpenuhi, kegirangan luar biasa, senang, senang sekali, dan batas ujungnya, mania.
- e. Cinta : penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran, kasih.
- f. Terkejut : terkejut, terkesiap, takjub, terpana.
- g. Jengkel : hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka, mau muntah.
- h. Malu : rasa salah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib, dan hati hancur lebur.

Secara umum emosi dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu: emosi positif (misalnya: cinta, kenikmatan, dan lain -lain) dan emosi negatif (misalnya: amarah, kesedihan, jengkel, dan lain -lain).

C.T. Morgan, membagi aspek-aspek emosi menjadi empat hal yaitu :

- a. Emosi adalah sesuatu yang erat hubungannya dengan kondisi tubuh, misalnya denyut jantung, sirkulasi darah, dan pernafasan.
- b. Emosi adalah sesuatu yang dilakukan atau diekspresikan, misalnya tertawa, tersenyum, menangis.
- c. Emosi adalah sesuatu yang dirasakan, misalnya merasa jengkel, kecewa, senang.
- d. Emosi juga merupakan suatu motif, sebab ia mendorong individu untuk berbuat sesuatu, kalau individu itu beremosi, senang, atau mencegah melakukan sesuatu kalau ia tidak senang.

## Proses Terjadinya Emosi

Pada manusia, amigdala adalah kelompok struktur yang saling terkoneksi berbentuk buah badam yang bertumpu pada batang otak, dekat alas cincin limbik. Ada dua amigdala, masing -masing di setiap sisi otak, di sisi kepala. Amigdala berfungsi sebagai semacam gudang ingatan emosional, dan dengan demikian menjadi makna emosional itu

sendiri; hidup tanpa amigdala merupakan kehidupan tanpa makna pribadi sama sekali. Bukan hanya perasaan kasih sayang yang terikat dalam amigdala; semua nafsu bergantung padanya.

Amigdala mengirimkan pesan-pesan mendesak ke setiap bagian otak yang penting; organ tersebut memicu diproduksi nya hormon bertempur atau kabur, memobilisasi pusat-pusat gerak, dan mengaktifkan sistem pembuluh darah dan jantung, otot, serta isi perut. Amigdala juga memberi isyarat dikeluarkannya sejumlah kecil hormon untuk mempertinggi reaktifitas wilayah-wilayah yang membuat indra lebih waspada, pada pokoknya membuat otak siap siaga. Tambahan sinyal dari amigdala memerintahkan kepada batang otak untuk menampilkan ekspresi wajah, membekukan gerakan otot yang tidak ada hubungannya, mempercepat detak jantung, dan menaikan tekanan darah, dan memperlambat pernapasan.

Le Doux membuktikan bahwa sinyal-sinyal indra dari mata atau telinga telah lebih dahulu berjalan di otak menuju talamus, kemudian melewati sebuah sinaps tunggal menuju ke amigdala; sinyal kedua dari talamus disalurkan ke neokorteks otak yang berpikir. Percabangan ini memungkinkan amigdala mulai memberi respon sebelum neokorteks, yang mengolah informasi melalui beberapa lapisan jaringan otak sepenuhnya memahami dan pada akhirnya memulai respon yang telah diolah lebih dulu.

Pertama-tama sinyal visual yang berupa ular diubah menjadi sinyal listrik dibawa syaraf sensoris ke talamus yang bertugas menerjemahkan sinyal itu ke dalam bahasa otak. Sebagian besar pesan itu kemudian dikirim ke korteks visual yang menganalisis dan menentukan makna yaitu ular dan respon yang cocok; jika respon bersifat emosional (Misalnya takut, menghindari, dan lain-lain), suatu sinyal dikirim ke amigdala untuk mengaktifkan pusat emosi. Sebagian kecil sinyal asli langsung menuju amigdala dari talamus dengan transmisi yang lebih cepat, sehingga memungkinkan adanya respon yang lebih cepat, meski kurang akurat, misalnya lari.

### **Kecerdasan Emosional**

Istilah kecerdasan emosional (EQ) pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas itu antara lain empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah antar pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, keramahan dan sikap hormat. Mereka mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk merasakan emosi-nya untuk mengeluarkan atau membangkitkan emosi, seperti emosi untuk membantu berfikir, memahami emosi dan pengetahuan tentang emosi serta untuk merefleksikan emosi secara teratur seperti mengendalikan emosi dan perkembangan intelektual.

Peter Salovey dan John Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional (EQ) sebagai salah satu bentuk inteligensi yang melibatkan kemampuan untuk menangkap perasaan dan emosi diri sendiri dan orang lain, untuk

membedakannya dan menggunakan informasi ini dalam menuntun pikiran dan tindakan seseorang. Kecerdasan emosional bukanlah lawan kecerdasan intelektual (IQ), namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Kecerdasan emosional tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan, sehingga membuka kesempatan bagi kita untuk melanjutkan apa yang sudah disediakan oleh alam agar kita mempunyai peluang lebih besar untuk meraih keberhasilan. Pada kenyataannya perlu diakui bahwa kecerdasan emosional memiliki peran yang sangat penting untuk mencapai kesuksesan di sekolah, tempat kerja, dan dalam berkomunikasi di lingkungan masyarakat.

Cooper & Sawaf mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kemampuan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan menuntun penilaian perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri sendiri dan orang lain serta menanggapinya dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

Goleman mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan mengelola perasaan sedemikian rupa sehingga terekspresikan secara tepat dan efektif, yang memungkinkan orang bekerjasama dengan lancar menuju sasaran bersama. Tingkat kecerdasan emosi tidak terikat dengan faktor genetis, tidak juga hanya dapat berkembang selama masa kanak-kanak. Tidak seperti IQ, yang berubah hanya sedikit setelah melewati usia remaja, tampaknya kecerdasan emosi lebih banyak diperoleh lewat belajar, dan terus berkembang sepanjang hidup sambil belajar dari pengalaman sendiri. Seseorang makin lama makin baik dalam kemampuan ini sejalan dengan makin terampilnya mereka dalam menangani emosi dan impulsnya sendiri, dalam memotivasi diri, dan dalam mengasah empati dan kecakapan sosial.

Keterampilan kecerdasan emosi bekerja secara sinergis dengan keterampilan kognitif. Tanpa kecerdasan emosi, orang tidak akan bisa menggunakan kemampuan-kemampuan kognitif mereka sesuai dengan potensi yang maksimum. Doug Lennick mengatakan bahwa yang diperlukan untuk sukses dimulai dengan keterampilan intelektual, tetapi orang juga memerlukan kecakapan emosi untuk memanfaatkan potensi bakat mereka secara penuh.

### **Aspek Kecerdasan Emosional**

Dulewicz dan Higgs menemukan tujuh elemen utama dalam kecerdasan emosional yaitu:

- a) Penayadaran diri (*self awareness*)
- b) Manajemen emosi (*emotional management*)
- c) Motivasi diri (*self motivation*),
- d) Empati (*empathy*)
- e) Mengelola hubungan (*handling relationship*)
- f) Komunikasi interpersonal (*interpersonal communication*)
- g) Gaya pribadi (*personal style*).

Salovey membagi kecerdasan emosional menjadi lima wilayah

utama, yaitu:

- a) Mengenali emosi diri,
- b) Mengelola emosi
- c) Memotivasi diri,
- d) Mengenali emosi orang lain, dan
- e) Membina hubungan.

Seperti halnya Peter dan Salovey, pada mulanya Daniel Goleman pun menyebut lima faktor penting guna mengembangkan kesadaran emosi, yakni

- a) Penyadaran diri,
- b) Mengelola emosi,
- c) Memotivasi diri,
- d) Empati,
- e) Keterampilan sosial.

Namun akhirnya Goleman mempertegas sekaligus menyederhanakan *frame work* kompetensi EQ-nya menjadi berikut ini:

a. Kesadaran diri

Kesadaran diri adalah keterampilan untuk mengetahui kondisi diri, kesukaan, sumberdaya, dan intuisi. Kesadaran diri merupakan keterampilan dasar yang vital untuk ketiga kecakapan emosi:

- 1) Kesadaran emosi; tahu tentang bagaimana pengaruh emosi terhadap kinerja seseorang dan kemampuan untuk menggunakan nilai - nilai yang dimilikinya untuk memandu pembuatan keputusan.
- 2) Penilaian diri sendiri; perasaan yang tulus tentang kekuatan - kekuatan dan batas-batas pribadi seseorang, visi yang jelas tentang man a yang perlu diperbaiki, dan kemampuan belajar dari pengalaman.
- 3) Percaya diri; keberanian yang berasal dari kepastian tentang kemampuan, nilai-nilai dan tujuan.

b. Kesadaran sosial

Kesadaran sosial yaitu kecakapan yang menentukan bagaimana seseorang menangani suatu hubungan. Akibat perbedaan-perbedaan dalam hal seberapa baik seseorang telah mempelajari keterampilan dasar kesadaran sosial, ada perbedaan terkait di antara setiap orang dalam hal kecakapan-kecakapan untuk bekerja yang dibangun di atas dasar empat i. Empati merupakan keterampilan dasar untuk semua kecakapan sosial. Kecakapan-kecakapan ini meliputi:

- 1) Memahami perasaan orang lain; mengindra perasaan – perasaan dan perspektif orang lain, serta menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan-kepentingan orang lain.
- 2) Menghormati keberagaman; menumbuhkan kesempatan melalui keragaman sumberdaya manusia.

c. Manajemen diri

Manajemen diri yaitu keterampilan mengelola kondisi, impuls, dan sumberdaya diri sendiri. Manajemen diri terdiri dari beberapa komponen, yaitu:

- 1) Pengendalian diri; keterampilan mengelola emosi -emosi dan

- desakan- desakan hati yang merusak.
- 2) Dapat dipercaya; memelihara norma kejujuran dan integritas.
  - 3) Dorongan berprestasi; dorongan untuk meningkatkan atau memenuhi standar keunggulan.
- d. Keterampilan sosial
- Keterampilan sosial yaitu kepintaran dalam menggugah tanggapan yang dikehendaki pada orang lain. Keterampilan sosial yang makna intinya adalah seni menangani emosi orang lain, merupakan dasar bagi beberapa kecakapan, yaitu antara lain:
- 1) Mengembangkan orang lain; merasakan kebutuhan perkembangan orang lain dan berusaha menumbuhkan kemampuan mereka.
  - 2) Komunikasi; mengirimkan pesan secara jelas dan meyakinkan.
  - 3) Manajemen konflik; merundingkan dan menyelesaikan perbedaan pendapat.
  - 4) Kepemimpinan; menjadi pemandu dan sumber lili.

Penjabaran variabel dalam penelitian ini menggunakan teori Goleman. Pengembangan variabel dalam bentuk indikator dan deskriptor disesuaikan dengan tujuan dari penelitian ini.

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi**

Apabila ditinjau dari pendapat para ahli, ada dua factor yang mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang yaitu: faktor internal dan faktor eksternal. Kaitannya dengan faktor internal, banyak penelitian yang dilakukan oleh para ahli tentang apa yang disebut teori dominansi otak. Temuan tersebut pada dasarnya menunjukkan bahwa masing-masing belahan otak kiri dan kanan memiliki fungsi yang berbeda. Belahan kiri memainkan peranan dalam proses logis dan verbal yang disebut pembelajaran akademis, sedangkan belahan kanan lebih pada aktivitas kreatif yaitu irama, musik, gambar dan imajinasi. Idealnya, untuk menghasilkan kerja otak yang optimal maka pengolahan dan pengembangan dalam lintasan kedua belahan itu sangat dibutuhkan. Selaras dengan hal tersebut, Seto Mulyadi menyebutkan ada tujuh aspek kecerdasan yakni, bahasa, logika, visual, musikal, kinestik, interpersonal dan intrapersonal. Bahasa dan logika berkaitan dengan intelektual, selainnya berkaitan dengan kecerdasan emosi.

Goleman menyatakan bahwa faktor internal yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu faktor yang berasal dari dalam diri yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosional seseorang. Senada yang diungkap oleh Isna, ketika bagian-bagian otak yang memungkinkan merasakan emosi rusak, kemampuan rasional (intelekt) tetap utuh. Ketika seseorang dalam kondisi traumatis dengan rusaknya otak emosi, ia masih dapat berbicara, menganalisa, bahkan dapat memprediksi bagaimana ia harus bertindak dalam situasi. Tapi dalam keadaan tragis tidak demikian dapat berinteraksi dengan orang lain secara layak sehingga rencana yang telah disusun tidak dapat dijalankan dan kesuksesan jauh darinya.

Faktor lain yang mempengaruhi kecerdasan emosi adalah factor eksternal yaitu yang datang dari luar individu. Sepanjang perkembangan sejarah manusia menunjukkan seseorang sejak kecil

mempelajari keterampilan sosial dasar maupun emosional dari orang tua dan kaum kerabat, tetangga, teman bermain, lingkungan pembelajaran di sekolah dan dari dukungan sosial lainnya. Demikian pula pada kecerdasan emosi seseorang sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan tidak bersifat menetap. Oleh karena itu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu :

- a) pengaruh keluarga,
- b) lingkungan sekolah
- c) lingkungan sosial.

### **Penyesuaian Sosial**

Teori Psikoanalisis mengatakan bahwa dalam mengartikan *adjustment* dan *maladjustment* membutuhkan penerimaan dari *basic concept* (doktrin ketidaksadaran, perkembangan psikoseksual). Ketidaksadaran mempengaruhi semua perilaku, proses mental, simtom-simtom, dan mekanisme *adjustment*. Sedangkan menurut teori perkembangan psikoseksual dari Freud, *well-adjusted* akan tercapai jika perkembangan seksual seseorang normal dan jika dorongan seksual (libido) terpuaskan maka seseorang akan terbebas dari konflik, simtom -simtom, dan kekacauan kepribadian.

Pandangan Behavioris dengan tokohnya John B. Watson menyatakan "*adjustment is a process adapting acquired behavior responses to the need of the moment*". *Maladjustment* terjadi karena kebiasaan yang buruk (*bad habit*), kebiasaan tersebut dikatakan buruk jika tidak efisien, tidak sempurna, atau tidak cocok dengan tuntutan atau mengganggu individu. Sedangkan Schneider sendiri mendefinisikan penyesuaian sebagai berikut: "Sebuah proses yang meliputi respon-respon mental dan behavioral, dimana individu berusaha keras agar sukses dalam memenuhi inner needs, ketegangan, frustrasi, dan konflik, serta untuk mempengaruhi tingkat keseimbangan antara kebutuhan dari dalam dan dunia obyektif dimana ia tinggal." Eysenc mendefinisikan penyesuaian sebagai suatu keadaan dimana kebutuhan individu di satu pihak dan klaim-klaim lingkungan di lain pihak sepenuhnya terpenuhi. Jadi terdapat harmoni antara individu dengan lingkungan obyektif atau sosial. Anshari dalam kamus Psikologi menyatakan dua definisi, yang pertama variasi dari kegiatan organisme untuk meningkatkan suatu rintangan dan memuaskan kebutuhan. Definisi kedua adalah pelaksanaan keserasian suatu hubungan dengan lingkungan fisik dan sosial.

Sedangkan menurut Kartini Kartono dan Dali Gou, *adjustment* adalah menyesuaikan diri atau mengakomodasi diri, atau mengepaskan diri terhadap lingkungan sekitar. Istilah penyesuaian menurut Hurlock mengacu pada seberapa jauh kepribadian seorang individu berfungsi secara efektif dan efisien dalam masyarakat.

### **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian**

Schneiders dalam bukunya *Personal Adjustment and Mental Health* menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian, yaitu :

- a. Faktor kondisi fisik, termasuk keturunan, konstitusi fisik, sistem syaraf, glandular dan otot, kondisi sehat, kondisi sakit, dan sebagainya.



Abnormalitas mempunyai peluang lebih tinggi untuk terjadi pada keluarga yang mengalami neurotik dan psikotik daripada keluarga yang normal. Faktor genetik berpengaruh pada konstitusi fisik seseorang, karena dalam hereditas terjadi proses fisik yang menyalurkan efeknya pada mekanisme fisik. Temperamen sebagai komponen primer dari kepribadian memiliki pengaruh besar pada penyesuaian, khususnya emosi, seperti *cheerfulness*, *moodness*, dan *sensitivitas* yang diturunkan secara genetik. Konstitusi fisik memiliki pengaruh yang signifikan pada penyesuaian. Teori bentuk tubuh (*somatotypes*) dari Sheldon menunjukkan korelasi tersebut, misalnya orang yang bentuk tubuhnya termasuk *ektomorph* memiliki tipe temperamen cepat tersinggung, ototnya lemah, dan sangat berhati-hati. Kondisi kesehatan juga mempengaruhi penyesuaian, penelitian Cruickshank dengan menggunakan tes melengkapi gambar pada 264 anak - anak yang mengalami cacat dan tidak cacat dengan latar belakang sosial - ekonomi yang sama, diketahui bahwasanya anak -anak yang cacat memiliki perasaan takut dan rasa bersalah yang lebih tinggi daripada anak-anak normal.

- b. Faktor perkembangan dan kematangan, terutama sekali kematangan intelektual, sosial, moral, dan emosi.

Anak kecil saat tidak memperoleh apa yang diinginkan, mereka akan menangis, menendang -nendangkan kakinya, atau merajuk. Remaja 14 tahun terlihat tidak cakap dalam memenuhi tanggung jawab kehidupan hariannya. Ketika mencapai usia 18-19 tahun, seseorang akan lebih bertanggung jawab pada kehidupan remajanya dengan sedikit kesulitan. Makin tumbuh, maka cara-cara yang kekanak-kanakan dan *infantile* akan semakin berkurang, bukan hanya karena pembelajaran, latihan, dan pengkondisian, tetapi karena semakin matang. Dengan kata lain, pola-pola penyesuaian dan kesehatan mental akan selalu berubah sesuai dengan tingkat perkembangan.

- c. Faktor psikologis, termasuk pengalaman, belajar, pengkondisian, pendidikan, *self-determination*, frustrasi, dan konflik.

Pengalaman yang dimiliki seseorang tidak terhitung jumlahnya karena setiap hari terjadi *coping* terhadap masalah, konflik, atau tekanan lingkungan. Tidak semua pengalaman memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian, tergantung pada sifat pengalaman, bermanfaat bagi penyesuaian atau traumatik. Sebagai proses modifikasi, belajar dimulai sejak tahap awal kehidupan, dan berhubungan dengan kematangan yang dicapai pada setiap aspek kepribadian dan penyesuaian. Metode belajar berbentuk *trial and error*, pengkondisian, inhibition, asosiasi, dan sebagainya. Pendidikan melengkapi proses belajar secara rasional. Memperoleh pengetahuan bukanlah satu -satunya keuntungan dari pendidikan, pengetahuan penting juga untuk penyesuaian dan stabilitas mental. Dalam semua tingkat pendidikan diajarkan tentang nilai, idealisme, prinsip, dan sikap yang sangat fundamental dalam membentuk *good adjustment*.

- d. Kondisi lingkungan, terutama di rumah, keluarga, dan sekolah.

Beberapa karakteristik kehidupan keluarga berpengaruh pada penyesuaian, seperti konstelasi keluarga, peran dalam keluarga,

karakter dari anggota keluarga, dan hubungan orang tua -anak. Efek konstelasi keluarga pada penyesuaian dapat dicontohkan pada keluarga dengan anak tunggal. Anak tunggal akan mengalami kesulitan membuat penyesuaian yang tepat saat memasuki sekolah. Anak tunggal tidak mempunyai saudara untuk berbagi dan harus terlihat dewasa dalam pengalaman, aktivitas bermain, pengakuan, dan persaingan. Pada keluarga yang lebih kompleks, anggota keluarga harus berperilaku yang benar, dan sesuai dengan harapan yang lain. Peran dalam keluarga, hal ini sikap dan harapan dapat memengaruhi penyesuaian. Seorang ayah yang menginginkan anak laki-laki akan menuntut anak perempuannya berperan seperti laki-laki. Sang ayah akan mengkondisikan perkembangan ketertarikan, sikap, dan penyesuaiannya ke arah maskulin. Orang tua yang menerapkan disiplin yang keras menjadi penyebab utama sikap antisosial. Sekolah berpengaruh besar terhadap kehidupan intelektual, sosial, dan moral bagi para siswa. Bukan hanya sebagai “pabrik intelektual”, tetapi harus mencapai aspek sosial dan moral dalam kehidupan sehari-hari.

e. Faktor budaya, termasuk agama.

Kebudayaan dapat memunculkan berbagai kekacauan mental dan *maladjustment*. Anak-anak keluar dari lingkaran keluarga menuju kelompok teman sebaya, sekolah, dan komunitas. Budaya-budaya yang tidak sehat secara psikologis seperti korupsi, akan membuat anggotanya menjadi peminum, menjadi orang tua yang kejam, kehancuran keluarga, yang selama ini dapat mengganggu perilaku dan emosi anak-anak. Agama berisi pengalaman, keyakinan, dan latihan-latihan yang dapat memberikan kepuasan secara psikologis dan dapat mengurangi kekacauan akibat konflik, dan frustrasi. Misalnya seseorang merasa inferior dan tidak berharga, agama akan berkata bahwa dimata Tuhan semuanya memiliki martabat yang sama, hanya ketakwaannya yang membedakan.

### Proses Penyesuaian

- Proses penyesuaian berawal dari motivasi yang berbentuk hasrat dan kebutuhan (seperti kebutuhan afeksi, rasa aman, atau berprestasi) yang kemudian dalam pemenuhannya dapat menimbulkan frustrasi, stres, dan konflik. Hal itu, ditunjukkan dengan munculnya perasaan-perasaan seperti ditolak, permusuhan atau agresi. Perasaan-perasaan ini kemudian berfungsi sebagai perantara berkembangnya reaksi penyesuaian yang tidak adekuat, perilaku simptomatik, dan ketidakstabilan mental. Ketiga masalah tersebut muncul akibat adanya *blocking* berupa penolakan orang tua, larangan sosial, hukuman, maupun kehancuran rumah tangga. Jika seseorang berhasil mengatasi *blocking* tersebut, maka seseorang akan berperilaku normal.
- Ketegangan yang ditimbulkan oleh frustrasi, stres, dan konflik membuat individu menggali bentuk respon yang berbeda-beda sampai salah satu motif terpuaskan, karena respon tersebut dapat mereduksi *blocking* dan frustrasi. Respon yang muncul kemudian menjadi solusi bagi kesulitan tersebut. Kualitas respon (sehat, efisien,

merusak, atau patologi) dari individu ditentukan oleh susunan kepribadian, kualitas motivasi, faktor lingkungan, dan karakter yang khas dari frustrasi, dan hubungan individu pada kenyataan. Contoh yang bagus untuk mekanisme ini adalah seorang anak yang merasa lapar kemudian dipuaskan dengan makan.

### **Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial**

Hurlock mengemukakan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan remaja untuk mengadakan penyesuaian sosial dengan baik yaitu apabila keluarga tidak mengembangkan pola perilaku sosial yang baik akan menyebabkan remaja mengalami kesulitan melakukan penyesuaian sosial diluar rumah meskipun diberi motivasi yang kuat untuk melakukannya dan faktor pengalaman awal yang tidak menyenangkan di dalam keluarga akan menyebabkan kurangnya motivasi untuk belajar melakukan penyesuaian sosial dimana remaja itu selalu mengalami kurang percaya diri karena takut atau cemas. Berikut ini merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial :

#### **1) Faktor Fisik**

Keadaan fisik seseorang juga merupakan faktor yang menentukan perkembangan penyesuaian seseorang, seperti struktur fisik dan temperamen. Struktur jasmani yang merupakan kondisi primer bagi tingkah laku, maka dapat diperkirakan bahwa sistem syaraf, kelenjar dan otot dapat menimbulkan gejala-gejala gangguan mental, tingkah laku dan kepribadian. Kondisi sistem-sistem tubuh yang baik merupakan prasyarat bagi terciptanya penyesuaian yang baik. Oleh karena itu, keadaan kesehatan seseorang akan mempengaruhi proses penyesuaian dirinya.

#### **2) Faktor Psikologis**

##### **a) Pengalaman**

Pengalaman awal anak dalam bersosialisasi dilakukan dalam lingkungan keluarga. Pengalaman-pengalaman tersebut merupakan dasar dari pola perilaku dan sikap sosial anak jika bergaul dengan orang-orang di luar lingkungan rumah. Pengalaman sosial awal di luar rumah melengkapi pengalaman di dalam rumah dan merupakan penentu bagi sikap sosial dan perilaku anak. Jika pada masa ini anak memperoleh pengalaman yang menyenangkan maka ia akan menikmati hubungan sosial itu dan akan mengulangnya lagi. Sebaliknya jika hubungan tersebut tidak menyenangkan atau bahkan menakutkan, anak akan menghindarinya.

##### **b) Belajar**

Proses belajar sebagai dasar yang fundamental dalam proses penyesuaian diri, karena dengan belajar akan berkembang pola-pola respon yang akan memberikan kesempatan pada anak untuk mengembangkan penyesuaian diri sesuai dengan harapan lingkungannya. Kesempatan belajar yang diperoleh dalam proses penyesuaian merupakan proses modifikasi tingkah laku sejak fase awal dan berlangsung terus sepanjang hayat yang diperkuat oleh kematangan anak. Jika anak diterima dengan baik dalam suatu kelompok sosial, ia akan berpartisipasi aktif dalam kelompok sebaya

dan memiliki kesempatan untuk belajar keterampilan- keterampilan sosial yang berguna dalam kehidupan sehari-hari.

### 3) Faktor Lingkungan

#### a) Keluarga

Keluarga merupakan tempat belajar bagi keterampilan sosial. Keterampilan sosial akan diperoleh dengan terjalannya hubungan dalam keluarga, jika anak mempunyai hubungan sosial yang memuaskan dengan anggota keluarga baik dengan orang tua, saudara, maka mereka juga dapat menikmati sepenuhnya hubungan sosial dengan orang-orang luar rumah, mengembangkan sikap sehat terhadap orang lain, dan belajar berfungsi dengan sukses di dalam kelompok teman sebaya.

#### b) Sekolah

Faktor yang tidak kalah pentingnya adalah sekolah, karena sekolah sebagai media untuk mempengaruhi kehidupan intelektual, sosial dan moral siswa. Hasil pendidikan sekolah merupakan bekal penyesuaian di masyarakat.

#### c) Teman

Bila anak memiliki teman yang sesuai dengan usia dan taraf perkembangannya, mereka akan membantu si anak ke arah penyesuaian sosial yang baik. Melalui teman sebayanya anak dapat mulai saling mengamati dan melakukan aktifitas bermain bersama. Dengan demikian perkembangan sosial anak dapat berkembang secara baik. Relasi yang baik antar teman sebaya penting bagi perkembangan sosial yang normal. Terdapat tiga macam teman, yakni:

- 1) Kawan, yaitu orang yang dapat memuaskan kebutuhan individu melalui keberadaannya di lingkungan yang terdiri dari berbagai jenis kelamin dan usia.
- 2) Teman bermain, yaitu orang yang dapat menyenangkan dalam melakukan aktifitas.
- 3) Sahabat, yaitu orang yang tidak hanya dapat diajak bermain, tetapi juga berkomunikasi melalui pertukaran ide, permintaan nasehat dan kritik.

### Program Akselerasi

Program percepatan belajar (akselerasi) adalah program layanan pendidikan khusus bagi peserta didik yang memiliki kemampuan dan kecerdasan luar biasa dengan penyesuaian waktu belajar lebih cepat atau lebih awal dari waktu yang telah ditentukan, pada setiap jenjang pendidikan. Secara konseptual, pengertian akselerasi diberikan oleh Pressey sebagai suatu kemajuan yang diperoleh dalam program pengajaran, pada waktu yang lebih cepat atau usia yang lebih muda daripada yang konvensional. Definisi ini menunjukkan bahwa akselerasi meliputi persyaratan untuk menghindari hambatan pemenuhan permintaan dalam pengajaran dan juga mengusulkan proses-proses yang memungkinkan siswa melalui pemberian materi yang lebih cepat dibandingkan dengan kemajuan rata-rata siswa.

### **Tujuan Program Akselerasi**

Secara umum tujuan program percepatan belajar :

1. Memberikan pelayanan terhadap peserta didik yang memiliki karakteristik khusus dari segi perkembangan kognitif dan afektifnya.
2. Memenuhi hak asasinya selaku peserta didik.
3. Memenuhi minat intelektual dan perspektif masa depan peserta didik.
4. Menyiapkan peserta didik menjadi pemimpin masa depan, yang mampu mengambil keputusan dengan cepat.
5. Memenuhi aktualisasi diri

Sementara itu, program akselerasi memiliki tujuan khusus, yaitu:

1. Menghargai peserta didik yang memiliki kemampuan dan kecerdasan luar biasa untuk dapat menyelesaikan pendidikan lebih cepat.
2. Memacu kualitas atau mutu siswa dalam meningkatkan kecerdasan spiritual, intelektual, dan emosional secara berimbang
3. Meningkatkan efektivitas dan efisiensi proses pembelajaran.
4. Mencegah rasa bosan terhadap iklim kelas yang kurang kondusif.

### **Pembahasan**

#### **Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa di MAN Banyuwangi**

Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengelola perasaan sedemikian rupa sehingga terekspresikan secara tepat dan efektif, yang memungkinkan orang bekerjasama dengan lancar menuju sasaran bersama. Tingkat kecerdasan emosi tidak terikat dengan faktor genetis, tidak juga hanya dapat berkembang selama masa kanak-kanak. Tidak seperti IQ, yang berubah hanya sedikit setelah melewati usia remaja, kecerdasan emosi lebih banyak diperoleh lewat belajar, dan terus berkembang sepanjang hidup sambil belajar dari pengalaman sendiri. Seseorang makin lama makin baik dalam kemampuan ini sejalan dengan makin terampilnya mereka dalam menangani emosi dan impulsnya sendiri, dalam memotivasi diri, dan dalam mengasah empati dan kecakapan sosial. Kecerdasan emosi menurut Goleman meliputi kesadaran diri, kesadaran sosial, manajemen diri, dan keterampilan sosial.

Berdasarkan hasil analisis penelitian diketahui bahwasanya 5 siswa tergolong dalam kategori tingkat kecerdasan emosional sangat tinggi dengan persentase 16,13%, 14 siswa tergolong dalam kategori kecerdasan emosional tinggi dengan persentase 45,16%, 12 siswa berada pada tingkat kategori sedang dengan persentase 38,71% , dan tidak satupun siswa berada pada kategori rendah dan sangat rendah dengan persentase 0%.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwasanya siswa di MAN Banyuwangi memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Hal ini dimungkinkan oleh proses belajar sosial yang telah dilalui oleh para siswa. Sebagaimana Goleman menyatakan bahwasanya kecerdasan emosional tidak tergantung oleh keterampilan intelektual (IQ) seseorang, tetapi kecerdasan emosi lebih banyak diperoleh lewat belajar, dan terus berkembang sepanjang hidup sambil belajar dari pengalaman sendiri. Kecerdasan emosional seseorang makin lama akan makin baik sejalan dengan makin terampilnya seseorang dalam menangani emosi dan impulsnya sendiri, dalam memotivasi diri, dan dalam mengasah empati dan

kecakapan sosial.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Menurut Goleman faktor internal yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu faktor yang berasal dari dalam diri yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosional seseorang, ketika bagian-bagian otak yang memungkinkan merasakan emosi rusak, kemampuan rasional (intelekt) tetap utuh. Ketika seseorang dalam kondisi traumatis dengan rusaknya otak emosi, ia masih dapat berbicara, menganalisa, bahkan dapat memprediksi bagaimana ia harus bertindak dalam situasi. Tapi dalam keadaan tragis demikian tidak dapat berinteraksi dengan orang lain secara layak sehingga rencana yang telah disusun tidak dapat dijalankan dan kesuksesan jauh darinya.

Faktor lain yang mempengaruhi kecerdasan emosi adalah faktor eksternal yaitu yang datang dari luar individu. Sepanjang perkembangan sejarah manusia menunjukkan seseorang sejak kecil mempelajari keterampilan sosial dasar maupun emosional dari orang tua dan kaum kerabat, tetangga, teman bermain, lingkungan pembelajaran di sekolah dan dari dukungan sosial lainnya. Demikian pula pada kecerdasan emosi seseorang sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan tidak bersifat menetap. Oleh karena itu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu; pengaruh keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan sosial.

Goleman berpendapat bahwa lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi. Menurutny ada ratusan penelitian yang memperlihatkan bahwa cara orang tua memperlakukan anak-anaknya berakibat mendalam bagi kehidupan emosional anak karena anak-anak adalah murid yang pintar, sangat peka terhadap transmisi emosi yang paling halus sekalipun dalam keluarga. Goleman menegaskan bahwa mengajarkan keterampilan emosi sangat penting untuk mempersiapkan belajar dan hidup.

Lingkungan keluarga khususnya orang tua memegang peranan penting terhadap perkembangan kecerdasan emosi anak. Guru memegang peranan penting dalam menyalurkan emosi lewat kegiatan yang positif dan konstruktif untuk menghasilkan siswa yang utuh dalam kematangan intelektual, sosial, dan emosi. Kondisi ini menuntut agar sistem pendidikan yang lebih dinamis dan variatif sesuai tuntutan kebutuhan perkembangan zaman dan tidak mengabaikan perkembangan emosional anak. Sistem pendidikan hendaknya tidak mengabaikan perkembangan fungsi otak kanan terutama perkembangan emosi dan konasi seseorang. Pengembangan potensi anak didik melalui teknik, gaya kepemimpinan, dan metode mengajar yang mendorong siswa untuk ambil peran, mendorong dan menghargai inisiatif dan memberikan insentif bagi keterlibatan siswa sehingga kecerdasan emosi berkembang secara maksimal.

Lingkungan dan dukungan sosial; dukungan sosial dapat berupa perhatian, penghargaan, pujian, nasehat, yang pada dasarnya memberi kekuatan psikologis pada seseorang sehingga merasa kuat dan membuatnya mampu menghadapi situasi-situasi sulit. Sebaliknya, banyak masalah timbul karena adanya sumber yang mempengaruhi yang terdapat

dalam lingkungan hidup seseorang. Melalui perubahan lingkungan hidup ke arah lingkungan hidup yang diharapkan bisa berfungsi positif menghasilkan perubahan pada sebagian kepribadian yang diharapkan.

### **Tingkat Penyesuaian Sosial Siswa akselerasi di MAN Banyuwangi**

Berdasarkan keterangan di atas, diketahui bahwa persentase penyesuaian sosial pada tingkat sangat tinggi siswa akselerasi sebesar 29,03 %, terdiri dari 9 siswa, 17 siswa akselerasi tergolong memiliki penyesuaian sosial yang tinggi dengan persentase 54,84%, 5 siswa berada pada kategori sedang dengan persentase 16,13%, dan tidak seorang pun siswa berada pada tingkat kategori rendah, dan sangat rendah dengan persentase 0%.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa akselerasi kelas X di MAN Banyuwangi memiliki penyesuaian sosial yang tinggi. Hal ini terbukti dari 31 siswa, tidak satu pun siswa berada pada tingkat penyesuaian yang rendah. Kemampuan penyesuaian sosial seseorang dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya. Jika lingkungan tersebut mendukung untuk berkembangnya penyesuaian sosial seseorang maka akan semakin baik penyesuaian sosial orang tersebut. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial sebagaimana Schneiders menyatakan ada tiga aspek dalam sosial adjustment, yaitu sebagai berikut :

1. Penyesuaian yang adekuat di rumah dan keluarga. Bentuk dari penyesuaian tersebut antara lain :
  - a. Hubungan yang sehat dengan anggota keluarga, seperti menerima disiplin orang tua, tidak iri atau cemburu kepada saudara.
  - b. Mau menerima otoritas orang tua, menerima disiplin orang tua, tidak dendam.
  - c. Kemampuan untuk memikul tanggung jawab dan menerima batasan.
  - d. Berusaha keras membantu keluarga mencapai tujuan, misalnya saling peduli, kerjasama, dan menikmati aktivitas dengan keluarga.
  - e. Berangsur-angsur keluar rumah dan tumbuh sendiri, misalnya bekerja.
2. Penyesuaian dengan kehidupan sekolah, seperti menghormati pejabat sekolah, tertarik dan berpartisipasi dalam fungsi dan aktivitas sekolah, bermanfaat, ramah, pada teman, guru dan konselor, mau menerima peraturan dan bertanggung jawab, dan membantu sekolah mewujudkan tujuan-tujuan sekolah.
3. Penyesuaian dengan masyarakat, seperti :
  - a. Mengakui dan menghormati hak-hak orang lain.
  - b. Bergaul dengan baik dan mengembangkan persahabatan, misalnya berpartisipasi dalam kegiatan.
  - c. Peduli pada kesejahteraan orang lain, seperti membantu kesulitan orang lain
  - d. Memiliki sifat murah hati.
  - e. Mematuhi nilai-nilai, hukum, tradisi, dan adat di masyarakat.

Berdasarkan kriteria penyesuaian sosial tersebut, penyesuaian sosial meliputi penyesuaian yang ada dengan keluarga, kehidupan sekolah, dan dengan masyarakat. Penyesuaian yang adekuat dengan keluarga terlihat dalam hubungan yang sehat dengan anggota keluarga, kemampuan

memikul tanggung jawab, berangsur-angsur keluar dari rumah dan mandiri, dan membantu keluarga mencapai tujuan. Selanjutnya penyesuaian dengan kehidupan sekolah tercermin dari menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, menjalin persahabatan, dan hormat terhadap guru, kepala sekolah dan staf. Sedangkan penyesuaian yang baik di masyarakat diwujudkan dengan mengakui dan menghormati hak-hak orang lain, bergaul dengan baik, memiliki sifat murah hati dan altruis, patuh pada nilai, hukum, dan adat.

### **Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Penyesuaian Sosial Siswa Akselerasi di MAN Banyuwangi**

Kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa merupakan modal penting dalam membina hubungan interpersonal dengan orang lain. Semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki oleh seseorang maka akan semakin baik kemampuan orang tersebut dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Hal ini dikarenakan kecerdasan emosional mengandung aspek-aspek yang diperlukan dalam membina hubungan interpersonal. Sebagaimana Peter Salovey dan John Mayer menyatakan kecerdasan emosional mengandung kualitas-kualitas antara lain empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah antar pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, keramahan dan sikap hormat.

Penyesuaian sosial menurut Hurlock merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik ialah yang mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik terhadap teman maupun terhadap orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang terhadap mereka menyenangkan. Sikap sosial yang menyenangkan misalnya bersedia membantu orang lain meskipun mereka sendiri mengalami kesulitan. Sedangkan menurut Calhoun & Acocella, penyesuaian sosial merupakan interaksi individu yang berkesinambungan dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan dunianya. Ketiga faktor ini secara konstan mempengaruhi individu dan hubungan itu bersifat timbal balik. Apabila individu selalu memupuk hubungan dengan baik, maka individu tersebut mampu menciptakan penyesuaian sosial dengan baik, sebaliknya jika individu tidak mampu menyesuaikan dirinya dengan ketiga faktor yang dimaksud, maka dirinya sendiri menciptakan hambatan dalam penyesuaian sosial.

### **Kesimpulan**

1. Kecerdasan Emosional Siswa Akselerasi di MAN Banyuwangi  
Berdasarkan analisis statistik dan pembahasan, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional siswa akselerasi kelas X di MAN Banyuwangi berada pada kategori tinggi sebesar 45,16 %.
2. Penyesuaian Sosial Siswa Akselerasi di MAN Genteng



Berdasar kanan alisis statistik dan pembahasan, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian sosial siswa akselerasi kelas X di MAN Banyuwangi berada pada kategori tinggi dengan persentase 54,84 %.

3. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Sosial Siswa Akselerasi kelas X di MAN Banyuwangi

Berdasarkan hasil uji korelasi penelitian pada bab sebelumnya menunjukkan bahwasanya terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian social siswa akselerasi kelas X di MAN Banyuwangi. Hal ini berdasarkan pada nilai  $r_{hitung}$  0.810 dan nilai probabilitas adalah 0.000. Dikatakan signifikan atau mempunyai hubungan apabila  $r_{hitung}$  lebih besar dari pada  $r_{tabel}$ . Berdasarkan taraf signifikansi 5 %  $r_{hitung}$  dari hasil korelasi diatas memiliki nilai  $r_{hitung}$  0.810 >  $r_{tabel}$  dan  $p = 0.000 (> 0.05)$ . Artinya kecerdasan emosional memiliki hubungan (berkorelasi) dengan penyesuaian sosial siswa akselerasi kelas X di MAN Banyuwangi.

Dari hasil penelitian ini bisa disimpulkan bahwasanya semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki oleh seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian sosial orang tersebut.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Amin, Samsul Munir & Al -Fandi, Haryono, 2007, *Kenapa Harus Stress; Terapi Stress ala Islam*, Jakarta: AMZAH.
- Anshari, Hafi. 1996. *Kamus Psikologi*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Arikunto, Suharsimi, 2005, *Manajemen Penelitian* , Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan* (edisi revisikelima). Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syarifuddin, 2007, *Dasar-Dasar Psikometri*, Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Syarifuddin, 2007, *Penyusunan Skala Psikologi* , Jogjakarta: PustakaPelajar.
- Azwar, Syarifuddin, 2007, *Reliabilitas dan Validitas* , Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Balitbang Depdikbud, 1994, *Kurikulum Siswa Yang Memiliki Kemampuan dan Kecerdasan Luar Biasa, pada Pendidikan Dasar dan Menengah* , Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Calhoun, James.F & Acocella, J.Ross. 1990. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (edisi ketiga). Terjemahan oleh R.S. Satmoko. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Depdikbud, 1994, *Pengembangan Sekolah Plus* , Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Efendi, E.U.1989. *Pengantar Psikologi* .Bandung: Angkasa.
- Garis-Garis Besar Haluan Negara (GBHN), 1998
- Goleman, Daniel. 2003. *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi* .Jakarta: PT. gramedia Pustaka Utama.
- Gottman, J. & De Claire. 1998. *Kiat-Kiat Membesarkan Anak yang MemilikiKecerdasan Emosi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama .
- Hadi, Sutrisno. 2001. *Metode Research Jilid2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hasan, Ir. M. Iqbal. 2002. *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian danAplikasinya*. Bogor : Galia Indonesia.
- Hawadi, Reni. 2004. *Akselerasi A-Z Informasi Program Percepatan Belajar danAnak Berbakat Intelektual* . Jakarta: PT. Grasindo.
- Hurlock, B.Elizabeth. 1990. *Pikologi Perkembangan Suatu Pendakatan Sepanjang Rentang Kehidupan*

- (edisi kelima). Terjemahan oleh Istidawanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Ichrom, M. Sholeh. 1988. *Perspektif Pendidikan Anak Gifted Sebuah Pengantar*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Peguruan Tinggi.
- Isna, M. 2001. *Diskursus Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Global Pustaka Utama.
- Kamaludin, Laode, 1993, *Pengembangan Pendidikan Nilai Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Sumber Daya Manusia*, Makalah Seminar Nasional: Jakarta Hilton Convention Centre
- Kartono, Kartini & Gou, Dali. 2003. *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir Jaya.
- M. Ali & M. Asrori. 2005. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Mulyawati. 2004. *Kiat-Kiat Mengasah Kecerdasan Emosional Siswa Akseleran*.
- Dalam Reni Akbar dan Hawadi (Eds.) *Akselerasi*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Munandar, Utami, S. C. 1992, *Mengembangkan Bakat dan Kreativitas Anak Sekolah*, Jakarta: Gramedia.
- Munandar, Utami, S. C. 1993, *Identifikasi dan Pelayanan Pendidikan Anak Berbakat*, Makalah Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Munandar, Utami, S. C. 1985. *Anak-Anak Berbakat Pembinaan dan Pendidikannya*. Jakarta: Rajawali.
- Nawawi Hadari dan Kartini Mini, 1994. *Penelitian Terapan*. Yogyakarta: Gajah Mada University.
- Rahayu, Iin Tri & Ardani Tristiadi Ardi. 2004. *Observasi dan Wawancara*. Malang: Bayumedia
- Schneiders, Alexander.A. 1955. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Semiawan, Conny. 1997. *Perspektif Pendidikan Anak Berbakat*. Jakarta: Grasindo
- Sevilla, Consuelo G., dkk. 1993. *Pengantar Metode Penelitian*. Terjemahan Alimuddin Tuwu. Jakarta: UI Press.
- Shapiro, E. Lawrence. 2003. *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sultani, Labay, 1999, *Dzikir dan Do'a Menghadapi Marah*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Sunarto & B. Agung H. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Tirtonegoro, Sutratinah. 2001. *Anak Supernormal dan Program Pendidikannya* Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Utsman Najati, M. 2000. *Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi* . Jakarta: PenerbitMustaqim

Utsman Najati, M. 2006. *Belajar EQ dan SQ dari Sunah Nabi* . Jakarta: PenerbitHikmah.

Widyastono, Herry.2005. *Sistem Percepatan Kelas (Akselerasi) Bagi Siswa yang Memiliki Kemampuan dan Kecerdasan Luar Biasa*.(on line),

Yustinus Semioen. 2006. *Kesehatan Mental Jilid I* . Jogjakarta: Penerbit Kanisius.