

ABSTRAK

Husna Mardhiyah: Hubungan *Emotional Quotient* (EQ) dengan Kemampuan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Program Studi Bimbingan Konseling Islam (Penelitian di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung)

Masa transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi menuntut mahasiswa baru untuk beradaptasi secara akademik, sosial, dan personal secara bersamaan. Kegagalan dalam proses ini dapat memicu stres, kecemasan, hingga depresi. Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) menghadapi tantangan tambahan sebagai calon konselor yang dituntut memiliki kematangan emosional lebih tinggi. Kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) diyakini berperan penting dalam keberhasilan penyesuaian diri, namun kajian yang secara khusus meneliti hubungan keduanya pada konteks mahasiswa BKI masih sangat terbatas.

Penelitian ini bertujuan mengetahui ada tidaknya hubungan signifikan antara EQ dengan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru Program Studi BKI UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2025/2026.

Pendekatan kuantitatif korelasional digunakan dengan sampel 64 responden dari 176 mahasiswa aktif, dipilih melalui *simple random sampling* menggunakan rumus Slovin (margin of error 10%). Instrumen berupa kuesioner Likert: 28 butir skala EQ (diadaptasi dari Goleman, 2020; $\alpha = 0,861$) dan 24 butir skala penyesuaian diri (Baker & Siryk, 1984; $\alpha = 0,850$), seluruhnya valid (r hitung $> 0,2461$). Analisis data menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, uji linearitas ANOVA, dan uji korelasi *Product Moment Pearson* melalui SPSS versi 25.

EQ mengacu pada model Goleman (2020) yang mencakup kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Penyesuaian diri mengacu pada Baker dan Siryk (1984) yang membagi *college adjustment* ke dalam empat dimensi: akademik, sosial, personal-emosional, dan keterikatan institusional.

Data berdistribusi normal (Sig. = $0,200 > 0,05$) dan hubungan antarvariabel bersifat linear (*Deviation from Linearity* = $0,786 > 0,05$). Hasil uji korelasi menunjukkan $r = 0,717$ ($p = 0,000 < 0,05$), termasuk kategori hubungan kuat dan berpola positif. Secara deskriptif, 73% responden memiliki EQ sedang (rata-rata 82,42) dan 67% memiliki penyesuaian diri sedang (rata-rata 75,16). H1 diterima terdapat hubungan positif signifikan antara EQ dengan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa baru BKI, dan H0 ditolak.

Kata Kunci: *Emotional Quotient*, Penyesuaian Diri, Mahasiswa Baru, Bimbingan Konseling Islam.