

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP
PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VII UPTD SMP NEGERI 10
KUPANG TAHUN PELAJARAN 2024/2025**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu
Pendidikan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan**

Oleh

Paula Rosalina Nanga

NIM: 11121042

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA
KUPANG
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Paula Rosalina Nanga
NIM : 11121042
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul: Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025, adalah benar-benar karya saya sendiri. Apabila kemudian hari ditemukan penyimpangan, maka saya bersedia dituntut secara hukum.

Kupang, 03 Juli 2025

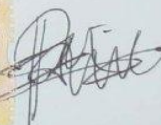
Disahkan

Pembimbing I



Dra. Maria Erlinda M.Pd
NIDN: 0815056602

Mahasiswa



Paula Rosalina Nanga
NIM:11121042

LEMBAR PENGESAHAN

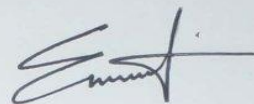
Skripsi ini telah disetujui dan disahkan pada tanggal 30 Juni 2025

Oleh

Pembimbing I

Pembimbing II


Dra. Maria Erlinda M.Pd
NIDN: 0815056602


Gracianus Edwin Tue P. Lejap S.Pd, M.Pd
NIDN: 1515049401

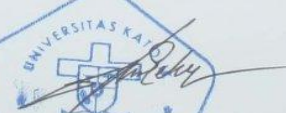
Mengetahui

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling


P. Dr. Stefanus Lio, SVD., S.Fil., MA
NIDN: 0826127301

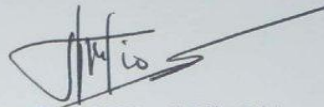
Mengesahkan

Dekan FKIP Unwira


Dr. Madar Aleksius, M.Pd
NIDN: 0829076201

Skripsi ini telah dipertanggung jawabkan dihadapan panitia ujian skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling serta diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata 1, pada tanggal 7 Juli 2025.

Panitia Ujian

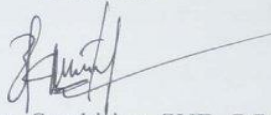


P. Dr. Stefanus Lio, SVD., S.Fil., MA
NIDN: 0826127301
Ketua



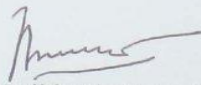
Gracianus Edwin Tue P. Lejap S.Pd, M.Pd
NIDN: 1515049401

Sekretaris



Br. Dr. Kristinus Sembiring, SVD, S.Pd, M.Pd
NIDN: 0810118202

Penguji I



Dra. Matilda Pia Bone, M.Pd
NIDN: 0822066201

Penguji II



Dra. Maria Erlinda M.Pd
NIDN: 0818066201
Penguji III

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Iman tanpa perbuatan adalah mati, maka aku akan bekerja dalam iman”

Yakobus 2:26

Persembahan:

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

1. Orang Tua tercinta Bapak Robertus
Nanga dan Ibu Maria Kartona Ledeng.
2. Almamaterku tercinta Universitas Katolik
Widya Mandira.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, oleh karena berkat, bimbingan dan penyertaan, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri siswa kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025 ini dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri siswa kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Madar Aleksius, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira, yang telah membantu peneliti dalam segala urusan administrasi penelitian.
2. P. Dr. Stefanus Lio, SVD., S.Fil., MA, sebagai ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Katolik Widya Mandira yang telah memberikan arahan, serta dukungan kepada peneliti selama menyelesaikan penelitian ini.
3. Dra. Maria Erlinda, M.Pd sebagai pembimbing I dan Bapak Gracianus Edwin Tue P. Lejap S.Pd, M.Pd sebagai pembimbing II yang dengan sabar membimbing, meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan arahan

kepada peneliti mulai dari penyusunan proposal sampai pada penyelesaian skripsi ini.

4. Pater, Bruder, Bapak, Ibu dosen pada Program Studi Bimbingan dan Konseling yang dengan caranya masing-masing telah membantu peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Ibu Marselina Yunita Aso, S.Pd, selaku pegawai tata usaha Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu peneliti dalam mengurus administrasi yang berkaitan dengan penulisan skripsi ini.
6. Bapak Johanis Rihy Wattimena S.Pd selaku kepala UPTD SMP Negeri 10 Kupang yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang dipimpinnya.
7. Ibu Diana M. Ndjurumana, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di UPTD SMP Negeri 10 Kupang, yang telah membantu peneliti dalam memperlancar proses penelitian di UPTD SMP Negeri 10 Kupang.
8. Siswa-siswi kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025 sebagai responden penelitian yang telah berpartisipasi aktif dalam penelitian ini.
9. Bapak Robertus Nanga dan Mama Maria Kartona Ledeng, Adik Veronika Raymunda Nanga, Adik Dionisius Emanuel Nanga, Kakak Marno Dari, Bapak Alexius Dari, Mama Ludwina Ruwi, Kakak Weni Rabilis, Kakak Yovita Sedha, Sahabat Regina Neto, Robyn Koban serta semua keluarga yang telah memberikan cinta, doa dan dukungan baik moril maupun material selama proses studi dari semester 1 sampai sekarang.

10. Teman-teman seperjuangan Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2021 yang selalu memberikan semangat dan dukungan untuk peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah mendukung peneliti hingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, segala kritikan dan saran yang bersifat membangun sangat penting untuk peneliti dapat memperbaiki skripsi ini.

Kupang, 08 Juli 2025

Peneliti

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kecerdasan emosional mempengaruhi penyesuaian diri siswa kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X) kecerdasan emosional dan variabel terikat (Y) penyesuaian diri. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025 berjumlah 332 orang. Sampel penelitian ini 25% dari populasi siswa kelas VII UPTD SMP Negeri 10 Kupang Tahun Pelajaran 2024/2025 sebanyak 85 orang. Alat pengumpul data yang digunakan berupa angket kecerdasan emosional dan angket penyesuaian diri. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana dan diolah menggunakan bantuan aplikasi *SSPS for windows* versi 26. Hasil analisis data penelitian menunjukkan t_{hitung} sebesar 8,088 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 1,989, serta nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05, selain itu, nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,441 menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memberikan sumbangan sebesar 44,1% terhadap penyesuaian diri, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri siswa. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberi saran kepada a) Kepala sekolah diharapkan memberikan perhatian lebih terhadap pengembangan kecerdasan emosional siswa dengan cara mendukung pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, seperti menyediakan waktu khusus dalam jadwal sekolah untuk kegiatan pembinaan emosi dan keterampilan sosial, agar siswa lebih mudah menyesuaikan diri dalam lingkungan sekolah. b) Guru BK disarankan untuk secara berkala melaksanakan layanan konseling baik individual maupun kelompok, yang difokuskan pada penguatan kemampuan siswa dalam beradaptasi dengan lingkungan dan dinamika yang terjadi di lingkungan sekolah. c) Siswa disarankan aktif mengikuti kegiatan di sekolah, seperti ekstrakurikuler, selain itu siswa perlu membiasakan diri berkomunikasi secara terbuka dan jujur dengan cara menyampaikan kesulitan belajar dan perasaan tidak nyaman kepada guru BK agar diberikan penanganan dengan cara mengadakan konseling individual maupun kelompok. d) Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang juga berpengaruh terhadap penyesuaian diri, seperti dukungan keluarga, kepercayaan diri, atau lingkungan sosial, guna memperluas cakupan penelitian mengenai dinamika penyesuaian diri siswa di sekolah secara lebih menyeluruh dan mendalam.

ABSTRACT

This study is entitled "The Effect of Emotional Intelligence on Self-Adjustment of Grade VII Students of UPTD SMP Negeri 10 Kupang in the 2024/2025 Academic Year. The purpose of this study is to determine whether emotional intelligence influences the self-adjustment of grade VII students of UPTD SMP Negeri 10 Kupang in the 2024/2025 Academic Year. The type of research used is descriptive quantitative. The variables in this study are the independent variable (X) emotional intelligence and the dependent variable (Y) self-adjustment. The study population includes all grade VII students of UPTD SMP Negeri 10 Kupang in the 2024/2025 Academic Year totaling 332 people. The sample of this study is 25% of the population of grade VIII students of UPTD SMP Negeri 10 Kupang in the 2024/2025 Academic Year. The data collection tools used are emotional intelligence questionnaires and self-adjustment questionnaires. The data analysis technique uses simple linear regression analysis and is processed using the help of the SSPS application for windows version 26. The results of the research data analysis show $t_{\text{(count)}}$ of 8.088 is greater than t_{table} of 1.989, and the significance value of 0.000 is smaller than 0.05, in addition, the coefficient of determination (R Square) value of 0.441 indicates that self-adjustment is influenced by emotional intelligence. Based on the results of the study, it can be concluded that there is a significant influence of emotional intelligence on student self-adjustment. Based on the research results, the researcher suggests that a) School principals are expected to pay more attention to the development of students' emotional intelligence by supporting the implementation of guidance and counseling services in schools, such as providing special time in the school schedule for emotional development and social skills activities, so that students can more easily adjust to the school environment. b) Guidance and counseling teachers are advised to periodically provide counseling services, both individual and group, which are focused on strengthening students' abilities to adapt to the environment and dynamics that occur in the school environment. c) Students are advised to actively participate in school activities, such as extracurricular activities, in addition, students need to get used to communicating openly and honestly by conveying learning difficulties and uncomfortable feelings to guidance and counseling teachers so that they can be handled by holding individual or group counseling. d) Further researchers are advised to examine other factors that also influence self-adjustment, such as family support, self-confidence, or the social environment, in order to broaden the scope of research on the dynamics of student self-adjustment in schools more comprehensively and in-depth.

DAFTAR ISI

Halaman

KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Definisi Konseptual.....	5
E. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Teori-teori terkait Variabel-Variabel Penelitian.....	9
B. Hasil Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	23
C. Kerangka Konseptual.....	26
D. Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	35
E. Instrumen Penelitian.....	36
F. Pengumpulan Data.....	45
G. Teknik Analisis Data.....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
B. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP.....	56
A. Simpulan.....	56

B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	33
Tabel 3.2 Sampel Penelitian.....	34
Tabel 3.3 Pedoman Skoring Alternatif Jawaban Angket.....	38
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Angket Kecerdasan Emosional.....	40
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Angket Penyesuaian Diri.....	42
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Angket Kecerdasan Emosional.....	44
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Angket Penyesuaian Diri	44
Tabel 3.8 Hasil Uji Normalitas	49
Tabel 3.9 Hasil Uji Linearitas	51
Tabel 4.1 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana.....	53
Tabel 4.2 Hasil Uji Hipotesis.....	54
Tabel 4.3 Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	54

DAFTAR BAGAN

	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Kisi-Kisi Angket Kecerdasan Emosional
- Lampiran 2 : Angket Kecerdasan Emosional
- Lampiran 3 : Kisi-Kisi Angket Penyesuaian Diri
- Lampiran 4 : Angket Penyesuaian Diri
- Lampiran 5 : Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Peneliti Kepada Ketua v
Program Studi Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 6 : Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 7 : Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Dekan FKIP Kepada Kepala
Sekolah UPTD SMPN 10 Kupang
- Lampiran 8 : Surat Keterangan Selesai Penelitian Dari Kepala Sekolah UPTD
SMPN 10 Kupang
- Lampiran 9 : Daftar Nama Uji Coba Kelas VII
- Lampiran 10 : Daftar Nama Responden Kelas VII
- Lampiran 11 : Tabulasi Skor Angket Uji Coba Kecerdasaan Emosional
- Lampiran 12 : Tabulasi Skor Angket Uji Coba Penyesuaian Diri
- Lampiran 13 : Tabulasi Skor Angket Penelitian Kecerdasan Emosional
- Lampiran 14 : Tabulasi Skor Angket Penelitian Penyesuaian Diri
- Lampiran 15 : R Tabel
- Lampiran 16 : T Tabel