

Kecerdasan Emosional Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun 2023 Di Unwira Berdasarkan Jenis Kelamin

Yohana Imelda Harapan, Rosa Mustika Bulor, Gracianus Edwin Tue P. Lejap

Universitas Katolik Widya Mandira Kupang
noya.imelda23@gmail.com

Article History

accepted 1/10/2025

approved 1/11/2025

published 1/12/2025

Abstract

The difference in emotional intelligence between male and female students remains an issue that needs to be studied in greater depth, given that emotional intelligence plays an important role in academic success, stress management, and social relationships in the university environment. The purpose of this study was to determine the differences in emotional intelligence among students in the Guidance and Counseling Study Program, Class of 2023, at Widya Mandira Catholic University. This study used quantitative research. The population and sample in this study were 85 students in the Guidance and Counseling Study Program, Class of 2023. Data were collected using a questionnaire. The data analysis technique used a T-test. The results of the independent samples T-test showed a significant value of 0.015 ($p < 0.05$), which means that the null hypothesis (H_0) was rejected and the alternative hypothesis (H_a) was accepted. Therefore, it can be concluded that there is a difference in emotional intelligence among students in the Guidance and Counseling Study Program class of 2023 based on gender.

Keywords: *Emotional intelligence, Gender, Students*

Abstrak

Perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa laki-laki dan perempuan masih menjadi permasalahan yang perlu dikaji lebih mendalam, mengingat kecerdasan emosional berperan penting dalam keberhasilan akademik, pengelolaan stres, dan hubungan sosial di lingkungan perguruan tinggi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecerdasan emosional Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun 2023 di Universitas Katolik Widya Mandira. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2023 yang berjumlah 85 mahasiswa. Alat pengumpul data berupa angket. Teknik analisis data menggunakan uji T. Hasil *uji independent Samples T-Test* menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,015 ($p < 0,05$), yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosional pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2023 berdasarkan jenis kelamin.

Kata kunci: *Kecerdasan emosional, Jenis kelamin, Mahasiswa*



PENDAHULUAN

Perguruan tinggi saat ini dihadapkan pada tantangan yang semakin beragam dan kompleks, baik dalam ranah akademik maupun sosial. Mahasiswa sebagai pusat dari kegiatan pembelajaran tidak hanya dituntut memiliki kemampuan kognitif yang memadai, tetapi juga dituntut mampu mengelola tekanan, menghadapi stres, serta beradaptasi dan berkomunikasi secara efektif dengan lingkungannya. Berbagai bentuk tekanan tersebut muncul bukan hanya dari tugas dan tuntutan akademik, tetapi juga dari dinamika hubungan sosial di dalam maupun di luar lingkungan kampus. Hal ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam proses pendidikan tinggi (Sari & Putra, 2022 ; Wulandari & Kurniawan, 2023). Goleman (2016) Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional, yang mencakup aspek kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan kemampuan bersosialisasi, memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keberhasilan individu, termasuk dalam lingkungan pendidikan.

Tiyas (2012) menyatakan bahwa kecerdasan intelektual saja tidak cukup untuk menjamin keberhasilan mahasiswa. Oleh karena itu, kecerdasan emosional menjadi faktor yang sangat penting untuk dikembangkan guna menunjang kesuksesan mahasiswa dalam menjalani masa studinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Goleman (2016) yang menjelaskan bahwa keberhasilan akademik tidak hanya bergantung pada kecerdasan intelektual (IQ), melainkan juga sangat dipengaruhi oleh kecerdasan emosional (EQ). Ia menyebutkan bahwa IQ hanya menyumbang sekitar 20% dari kesuksesan seseorang, sementara 80% sisanya dipengaruhi oleh kemampuan mengelola emosi, membangun hubungan sosial, dan mengatasi tekanan yang merupakan inti dari kecerdasan emosional.

Kecerdasan emosional merupakan salah satu kemampuan penting yang perlu dimiliki setiap individu, khususnya mahasiswa, karena berkaitan dengan kemampuan mengenali, memahami, serta mengendalikan emosi diri sendiri maupun orang lain. Kompetensi ini berperan besar dalam membantu mahasiswa menavigasi berbagai tekanan akademik maupun sosial yang kerap muncul selama menjalani perkuliahan. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional menjadi aspek kunci dalam menjaga keseimbangan diri dan keberhasilan mahasiswa menjalani proses pendidikan (Hakim & Larasati, 2021 ; Pratama & Dewi, 2022). Selain itu, Mayer et al. (2016) menegaskan bahwa kecerdasan emosional turut berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk berkomunikasi dan bekerja sama di lingkungan akademik, baik melalui kegiatan diskusi kelompok, organisasi kemahasiswaan, maupun tugas kolaboratif. Dengan tingkat kecerdasan emosional yang baik, mahasiswa lebih mampu menangani konflik secara konstruktif, menunjukkan empati kepada rekan sekelas, serta membangun hubungan interpersonal yang positif dan produktif dengan teman maupun dosen (Rahmawati & Hidayat, 2021).

Kecerdasan emosional membantu individu menempatkan emosi secara proporsional, mengendalikan dorongan sesaat, tetap tangguh ketika menghadapi kegagalan, serta mampu menyesuaikan diri dengan perasaan orang lain. Kemampuan ini memungkinkan seseorang untuk membangun interaksi sosial yang harmonis di berbagai situasi, termasuk dalam lingkungan pendidikan (Setyawan & Marlina, 2020).

Bracket & Rivers (2020) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional merupakan kapasitas seseorang untuk mengidentifikasi dan memahami emosi diri maupun orang lain, serta memanfaatkan pemahaman tersebut dalam mengatur perilaku dan membina hubungan secara efektif. Kecerdasan emosional tidak berfokus pada menekan atau menghindari emosi, melainkan pada kemampuan untuk merespons dan mengelola perasaan tersebut dengan cara yang positif dan membangun (Lestari & Nugroho, 2021).

Kecerdasan emosional pada diri mahasiswa tampak ketika mereka dapat mengidentifikasi serta memahami emosi pribadi maupun orang lain, kemudian

mengelolanya secara tepat sesuai situasi yang dihadapi. Individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional tinggi biasanya mampu tetap tenang dan berkonsentrasi saat mengalami tekanan akademik, dapat menahan dorongan impulsif meskipun berhadapan dengan kegagalan atau tantangan, serta menunjukkan empati dengan memahami sudut pandang teman sekelas (Putri & Santoso, 2022). Selain itu, mereka mampu berkomunikasi secara efektif sehingga tercipta hubungan sosial yang positif dan produktif di lingkungan kampus. Kecerdasan emosional sendiri terdiri dari beberapa komponen utama, yaitu kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (Goleman, 2016).

Kecerdasan emosional pada laki-laki dan perempuan dapat memperlihatkan perbedaan tertentu yang dipengaruhi oleh aspek biologis, sosial, serta budaya (Hapsari & Widodo, 2021). El Faisal & Netrawati (2023) menyatakan bahwa laki-laki cenderung menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, termasuk dalam menunjukkan empati. Kondisi ini berkaitan dengan kemampuan mereka untuk mengendalikan diri dan mengelola emosi secara lebih rasional, sehingga membuat laki-laki lebih mampu bertahan menghadapi stres dan mengambil keputusan dengan lebih tenang dibandingkan perempuan. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa aspek kecerdasan emosional pada laki-laki, terutama dalam hal pengendalian diri dan pengaturan emosi, menjadi komponen penting yang mendukung keberhasilan mereka dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun sosial.

Berdasarkan pengumpulan data awal melalui wawancara dan observasi, menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola emosi terutama dalam menghadapi stress atau konflik, dengan kecenderungan tetap tenang dan tidak mudah marah. Sebaliknya perempuan cenderung lebih emosional dan mudah terpengaruh oleh stres, namun mereka memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang baik dalam berempati.

Penelitian ini sangat penting karena dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam tentang perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa berdasarkan jenis kelamin. Pemahaman tersebut menjadi dasar dalam merancang strategi pembelajaran, bimbingan dan intervensi psikologis yang lebih tepat sasaran sesuai dengan kebutuhan masing-masing kelompok. Dengan mengetahui kecerdasan emosional berdasarkan jenis kelamin dapat membantu mahasiswa mengelola stres dan konflik secara optimal sehingga mendukung keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada perbedaan kecerdasan emosional mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun 2023 di Universitas Katolik Widya Mandira berdasarkan jenis kelamin? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecerdasan emosional mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun 2023 di Universitas Katolik Widya Mandira berdasarkan jenis kelamin.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2016) penelitian kuantitatif diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, penggunaan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Penelitian ini dilakukan di program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari hingga Juni 2025. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 85 mahasiswa. Sampel penelitian 85 mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu *sampel jenuh*.

Sugiyono (2016) menjelaskan Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner atau angket. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa nilai $r_{hitung} > 0,312$ artinya angket kecerdasan emosional dinyatakan valid dan nilai *Chronbach's Alpha* lebih besar dari atau $0,935 > 0,70$, maka sesuai dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas, dapat disimpulkan bahwa ke 66 item atau semua item pernyataan untuk variabel kecerdasan emosional memenuhi syarat reliabilitas. angket Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji T.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas Data

Tabel 1 Hasil uji normalitas data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KECERDASAN EMOSIONAL
Test Statistic	Positive	0,061
	Negative	-0,081
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,081
a. Test distribution is Normal.		.200 ^{c,d}
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa nilai signifikansi (Asymp. Sig.(2-tailed) sebesar 0,200. Karena nilai signifikansi ini lebih besar dari 0,05 ($0,200 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Tabel 2. Test of Homogeneity of Variances

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
KECERDASAN EMOSIONAL	Based on Mean	14.254	1	83	.000
	Based on Median	13.974	1	83	.000
	Based on Median and with adjusted df	13.974	1	75.7	.000
	Based on trimmed mean	14.111	1	83	.000

Berdasarkan output *Test of Homogeneity of Variances* pada Tabel 4.2, diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) berdasarkan mean adalah 0,000. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji homogenitas, dapat disimpulkan bahwa varians kecerdasan emosional mahasiswa berdasarkan jenis kelamin tidak homogen.

Uji Independent Sampel T Test**Tabel 3 Hasil output pertama "Group statistic"**

Group Statistics					
	JENIS KELAMIN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
KECERDASAN EMOSIONAL	Laki-laki	29	197.97	35.340	6.562
	Perempuan	56	179.71	21.062	2.814

Berdasarkan output hasil uji *independent sample T-Test* maka diketahui nilai rata-rata kecerdasan emosional mahasiswa laki-laki ($M=197.97, SD:35.340$) lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan ($M=179.71, SD:21.062$). Dengan demikian, jenis kelamin memengaruhi tingkat kecerdasan emosional mahasiswa BK dalam pemetaan ini. Selanjutnya untuk membuktikan apakah perbedaan tersebut berarti signifikan (nyata) atau dapat dilihat pada tabel 4 berikut:

Tabel 4 Hasil Output Kedua "Independent Samples Test"

Independent Samples Test									
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper
KECERDASAN EMOSIONAL	Equal variances assumed	14.254	.000	2.983	83	.004	18.251	6.119	6.082 30.421
	Equal variances not assumed			2.556	38.583	.015	18.251	7.140	3.803 32.699

Berdasarkan hasil uji Independent Samples T-Test, diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) pada baris Equal variances not assumed digunakan karena hasil Levene's Test menunjukkan bahwa varians kedua kelompok tidak homogen (Sig. $< 0,05$). Artinya, perbedaan penyebaran data antara kelompok laki-laki dan perempuan cukup besar, sehingga model yang tepat adalah uji t dengan koreksi ketidaksetaraan varians (Welch's t-test). Equal variances not assumed adalah 0,015. Karena nilai ini lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,015 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kecerdasan emosional mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2023 Universitas Katolik Widya Mandira Berdasarkan Jenis Kelamin.

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosional pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling berdasarkan jenis kelamin. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,015, yang lebih kecil dari 0,05 ($0,015 < 0,05$) pada hasil uji Independent Samples T-Test. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti terdapat perbedaan signifikan kecerdasan emosional Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun 2023 di Universitas Katolik Widya Mandira Berdasarkan Jenis Kelamin.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Suryani & Darmawan (2021) yang menunjukkan bahwa perbedaan gender berpengaruh terhadap variasi kemampuan mahasiswa dalam mengelola dan mengekspresikan emosi. Penelitian tersebut menegaskan bahwa laki-laki dan perempuan cenderung memiliki pola pengelolaan emosi yang berbeda dalam konteks pendidikan tinggi.

Selain itu, Prasetyo & Lestari (2022) juga menemukan bahwa kecerdasan emosional mahasiswa dapat dipengaruhi oleh perbedaan gender, terutama dalam aspek regulasi diri dan empati. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa setiap kelompok gender memiliki kecenderungan yang berbeda dalam memahami dan merespons situasi emosional.

Selanjutnya, penelitian Yunita & Handayani (2023) mengonfirmasi bahwa kemampuan regulasi emosi pada mahasiswa laki-laki dan perempuan tidak selalu berada pada tingkat yang sama. Perbedaan ini berdampak pada bagaimana mereka merespons tekanan akademik dan sosial, sehingga menghasilkan variasi tingkat kecerdasan emosional antarjenis kelamin.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ramadhan (2021) yang menemukan ada perbedaan yang signifikan kecerdasan emosional laki-laki dan perempuan pada mahasiswa Gayo Lues di Banda Aceh. Selain itu hasil penelitian Ahmad et al. (2009) juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan, hal ini disebabkan karena laki-laki mampu menunjukkan ketegasan dan lebih mengenal dirinya.

Salah satu faktor individual yang turut mempengaruhi kecerdasan emosional adalah jenis kelamin. Penelitian Bracket & Rivers (2020) menunjukkan bahwa laki-laki memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan perempuan pada aspek-aspek tertentu, seperti kesadaran diri, pengaturan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa jenis kelamin dapat menjadi pembeda penting dalam perkembangan dan manifestasi kecerdasan emosional seseorang, sejalan dengan pendapat Goleman yang membagi faktor-faktor kecerdasan emosional ke dalam dua kategori, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan kondisi otak emosional seseorang, seperti peran amygdala, sistem limbik, dan lobus prefrontal, sedangkan faktor eksternal mencakup pengaruh lingkungan sosial, kelompok, media massa, serta informasi yang diterima luar diri seseorang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi hasil analisis data penelitian, maka dapat ditarik simpulan bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosional pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2023 berdasarkan jenis kelamin.

. Implikasi dari temuan ini adalah pentingnya pengembangan program pelatihan atau kegiatan yang berfokus pada peningkatan kecerdasan emosional mahasiswa, tanpa memandang jenis kelamin, agar kemampuan pengelolaan emosi, empati, dan hubungan interpersonal dapat berkembang secara seimbang.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas variabel, seperti faktor lingkungan, pengalaman belajar, atau gaya komunikasi, serta melibatkan sampel yang lebih beragam agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor yang memengaruhi kecerdasan emosional mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S., H. B., & Khan, S. A. (2009). *Emotional Intelligence and Gender Differences*. 25(1).
- Bracket, M. A., & Rivers, S. E. (2020). Permission to feel: unlocking the power of emotion to help our kids, ourself, and our society thrive. In *Celadon books* (pp. 10–12).
- El Faisal, A. I., & Netrawati, N. (2023). Emotional Intelligence Differences Between Male And Female Adolescents. *Educational Guidance And Counseling Development Journal*, 6(1), 51–58.
- Goleman, D. (2016). *Kecerdasan Emosional, Mengapa EQ Lebih Penting Daripada IQ*.
- Hakim, R., & Larasati, S. (2021). Peran kecerdasan emosional terhadap penyesuaian diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 9(1), 34–45.
- Hapsari, R., & Widodo, A. (2021). Perbedaan kecerdasan emosional berdasarkan jenis kelamin dalam konteks pendidikan tinggi. *Jurnal Psikologi Dan Perkembangan*, 9(2), 134–143.
- Lestari, F., & Nugroho, A. (2021). Peran kecerdasan emosional dalam pengelolaan emosi dan hubungan interpersonal mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 12(1), 47–56.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). Model kemampuan kecerdasan emosional: Prinsip dan pembaruan. *Tinjauan Emosi*, 8(4), 290–300.
- Prasetyo, R., & Lestari, D. (2022). Gender dan kecerdasan emosional: Studi pada mahasiswa perguruan tinggi. *Jurnal Konseling Dan Pengembangan*, 10(1), 55–64.
- Pratama, A., & Dewi, N. (2022). Kecerdasan emosional dan tantangan akademik pada mahasiswa perguruan tinggi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 7(2), 112–120.
- Putri, A., & Santoso, R. (2022). Kecerdasan emosional dan penyesuaian diri mahasiswa dalam lingkungan akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(1), 72–81.
- Rahmawati, L., & Hidayat, A. (2021). Peran kecerdasan emosional dalam interaksi sosial dan penyesuaian diri mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 13(2), 89–98.
- Ramadhan, S. (2021). *Perbedaan Kecerdasan Emosional Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Gayo Lues Di Banda Aceh (Doctoral dissertation, UIN AR-RANIRY)*.
- Sari, M., & Putra, R. A. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(2), 101–112.
- Setyawan, R., & Marlina, D. (2020). Kecerdasan emosional dan kualitas hubungan sosial pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Dan Pendidikan*, 8(1), 55–64.
- Sugiyono, P. D. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*.
- Suryani, F., & Darmawan, H. (2021). Perbedaan kecerdasan emosional ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2), 88–97.
- Tiyas, A. H. (2012). *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa DIII Kebidanan Semester III Stikes Cikarang*.
- Wulandari, D., & Kurniawan, B. (2023). Tekanan akademik dan adaptasi sosial pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 5(1), 45–56.
- Yunita, A., & Handayani, M. (2023). Pengaruh jenis kelamin terhadap kemampuan regulasi emosi mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 8(1), 41–50.