

HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL DAN EMOSIONAL DENGAN KONTROL DIRI MAHASISWA ALUMNI PROGRAM ASRAMA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

Sry Indriani Fadilla Warsan¹, Abdul Kadim Masaong², Salahuddin Liputo³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

Corresponden E-mail: sriindrianifadillawarsan@gmail.com¹

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023. Kontrol diri dipahami sebagai kemampuan individu dalam mengatur perilaku, emosi, dan dorongan agar selaras dengan norma sosial serta nilai pribadi. Kecerdasan spiritual merujuk pada kemampuan memahami makna hidup dan menjadikan nilai spiritual sebagai pedoman, sedangkan kecerdasan emosional merupakan kemampuan mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel penelitian berjumlah 83 responden yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Instrumen penelitian meliputi skala kecerdasan spiritual, kecerdasan emosional, dan kontrol diri yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman dan korelasi berganda dengan bantuan program SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,649$, serta hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan kontrol diri dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,847$. Secara simultan, kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kontrol diri dengan koefisien determinasi sebesar 72,2%, yang menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut mampu menjelaskan 72,2% variasi kontrol diri mahasiswa. Temuan ini menegaskan bahwa kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional merupakan faktor penting dalam pembentukan kemampuan kontrol diri mahasiswa. Oleh karena itu, pengembangan kedua aspek tersebut perlu dioptimalkan melalui program pembinaan akademik maupun kegiatan asrama.

Kata Kunci: Kecerdasan Spiritual, Kecerdasan Emosional, Kontrol Diri

Abstract

This study aimed to examine the relationship between spiritual intelligence and emotional intelligence with self-control among alumni of the dormitory program at Universitas Muhammadiyah Gorontalo, cohort 2023. Self-control is defined as an individual's ability to regulate behavior, emotions, and impulses in accordance with social norms and personal values. Spiritual intelligence refers to the ability to understand the meaning of life and use spiritual values as guidance, whereas emotional intelligence refers to the ability to recognize, manage, and express emotions appropriately. This study employed a quantitative approach using a correlational research design. The sample consisted of 83 respondents selected through random sampling. The research instruments included spiritual intelligence, emotional intelligence, and self-control scales that had met validity and reliability requirements. Data were analyzed using Spearman correlation and multiple correlation analysis with the assistance of SPSS version 26. The results revealed a positive and significant relationship between spiritual intelligence and self-control, with a correlation coefficient of $r = 0.649$, as well as a positive and significant relationship between emotional intelligence and self-control, with a correlation coefficient of $r = 0.847$. Simultaneously, spiritual intelligence and emotional intelligence had a significant contribution to self-control, with a coefficient of determination (R^2) of 0.722, indicating that both variables jointly explained 72.2% of the variance in students' self-control. These findings highlight the importance of spiritual and emotional intelligence in fostering students' self-control abilities. Therefore, the development of both aspects should be optimized through academic guidance programs and dormitory activities.

Keywords: Spiritual Intelligence; Emotional Intelligence, Self-Control

1. Pendahuluan

Mahasiswa berada pada fase remaja akhir menuju dewasa awal yang ditandai dengan proses pencarian identitas, peningkatan tuntutan akademik, serta penyesuaian terhadap lingkungan sosial yang semakin kompleks. Pada fase ini, individu dituntut memiliki kemampuan mengendalikan perilaku, emosi, dan dorongan agar mampu mengambil keputusan secara rasional dan bertanggung jawab. Kemampuan tersebut dikenal sebagai kontrol diri (*self-control*), yaitu kemampuan individu dalam mengatur perilaku, emosi, dan proses berpikir agar selaras dengan tujuan pribadi maupun norma sosial yang berlaku. Rendahnya kontrol diri sering dikaitkan dengan munculnya perilaku berisiko, kesulitan mengatur waktu, serta pengambilan keputusan yang kurang tepat (Azhari, 2019; Rizal, 2018).

Bagi mahasiswa, kontrol diri menjadi aspek yang penting karena kehidupan perguruan tinggi memberikan kebebasan sekaligus tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan jenjang pendidikan sebelumnya. Sebagai *agent of change*, mahasiswa diharapkan mampu menunjukkan perilaku yang disiplin, bertanggung jawab, dan sesuai dengan nilai sosial maupun akademik yang berlaku. Universitas Muhammadiyah Gorontalo mengembangkan pembinaan karakter mahasiswa melalui sistem asrama yang bertujuan menanamkan nilai religiusitas, kedisiplinan, tanggung jawab, dan perilaku positif sesuai dengan motto universitas, yaitu iman kuat, ilmu tinggi, akhlak baik, dan *soft skill* hebat. Namun, setelah menyelesaikan masa pembinaan dan kembali menjalani kehidupan yang lebih mandiri, mahasiswa dihadapkan pada lingkungan sosial yang lebih beragam dan minim pengawasan sehingga kemampuan kontrol diri menjadi semakin penting untuk dipertahankan secara mandiri.

Berdasarkan observasi pendahuluan dan wawancara informal yang dilakukan peneliti terhadap beberapa mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023, ditemukan adanya indikasi kesulitan dalam mempertahankan sebagian kebiasaan positif yang telah dibentuk selama masa pembinaan asrama. Beberapa bentuk perilaku yang teridentifikasi antara lain kesulitan mengatur waktu, kebiasaan menunda pekerjaan akademik, menurunnya kedisiplinan dalam menjalankan aktivitas ibadah, serta kesulitan mengendalikan emosi dalam interaksi sosial. Temuan awal tersebut menunjukkan adanya variasi kemampuan kontrol diri setelah mahasiswa tidak lagi berada dalam lingkungan yang terstruktur dan terawasi.

Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kontrol diri adalah kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual merupakan kemampuan individu dalam memahami makna hidup, nilai moral, serta menjadikan nilai-nilai spiritual sebagai pedoman dalam bertindak

(Radhiana, 2020). Individu dengan kecerdasan spiritual yang baik cenderung memiliki kesadaran diri yang lebih tinggi, mampu memaknai pengalaman hidup secara positif, serta lebih mudah mengarahkan perilaku sesuai dengan nilai yang diyakininya (Nugroho & Cahyaningtyas, 2022).

Selain kecerdasan spiritual, kecerdasan emosional juga diperkirakan berperan dalam pembentukan kontrol diri. Menurut (Goleman, 1995; Hurlock, 2004) kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengenali, memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat serta memahami emosi orang lain. Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu mengendalikan emosi negatif, memotivasi diri, membangun hubungan sosial yang sehat, dan mengambil keputusan secara lebih adaptif (Lukman, 2018).

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional memiliki hubungan positif dengan kontrol diri individu. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan ketiga variabel tersebut pada mahasiswa alumni asrama, khususnya di Universitas Muhammadiyah Gorontalo, masih terbatas. Padahal, kelompok mahasiswa ini memiliki karakteristik yang khas karena telah memperoleh pembinaan karakter dan keagamaan secara intensif selama mengikuti program asrama.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan serta menjadi bahan evaluasi bagi universitas dalam mengoptimalkan program pembinaan karakter dan spiritual mahasiswa.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecerdasan spiritual, kecerdasan emosional, dan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023. Desain korelasional dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengukuran tingkat hubungan antarvariabel tanpa memberikan perlakuan tertentu kepada subjek penelitian.

Penelitian dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Kabupaten Gorontalo. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada kesesuaian dengan fokus penelitian, yaitu mahasiswa alumni asrama angkatan 2023 yang telah mengikuti program pembinaan karakter dan keagamaan selama tinggal di asrama. Pelaksanaan penelitian dilakukan sejak

diterbitkannya izin penelitian hingga seluruh tahapan penelitian selesai, mulai dari observasi awal, pengumpulan data, pengolahan data, hingga penyusunan laporan penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023 yang berjumlah 506 mahasiswa. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik simple random sampling, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak tanpa memperhatikan strata yang terdapat dalam populasi. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Taro Yamane dengan tingkat kesalahan 10%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 83 responden yang dianggap mampu mewakili karakteristik populasi penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tertutup yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel penelitian. Instrumen penelitian menggunakan skala Likert lima tingkat dengan alternatif jawaban terdiri atas Selalu (5), Sering (4), Kadang-kadang (3), Jarang (2), dan Tidak Pernah (1). Penggunaan skala Likert bertujuan untuk mengukur sikap, persepsi, dan kecenderungan perilaku responden terhadap pernyataan yang diberikan.

Instrumen penelitian terdiri atas tiga skala. Pertama, skala kontrol diri yang disusun berdasarkan aspek kontrol diri menurut Averill yang meliputi *behavior control* dan *cognitive control*. Instrumen awal berjumlah 25 item dan setelah dilakukan uji validitas diperoleh 22 item yang valid. Kedua, skala kecerdasan spiritual yang dikembangkan berdasarkan konsep yang dikemukakan oleh Masaong dan Tilome (2014), meliputi dimensi pemikiran fitrah (iman), bijaksana, menjalin silaturahmi, toleransi, syukur, dan sabar. Instrumen awal terdiri atas 25 item dan setelah uji validitas diperoleh 21 item yang valid. Ketiga, skala kecerdasan emosional yang disusun berdasarkan aspek kecerdasan emosional menurut Goleman, meliputi kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, dan mengenali emosi orang lain. Dari 25 item yang disusun, sebanyak 23 item dinyatakan valid dan digunakan dalam penelitian.

Sebelum digunakan dalam penelitian utama, seluruh instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Item dinyatakan valid apabila memiliki nilai koefisien korelasi (r hitung) lebih besar daripada r tabel sebesar 0,296 pada taraf signifikansi 10%. Hasil pengujian menunjukkan bahwa skala kecerdasan spiritual memiliki 21 item valid, skala kecerdasan emosional memiliki 23 item valid, dan skala kontrol diri memiliki 22 item valid.

Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh instrumen memiliki nilai Cronbach's Alpha di atas 0,60,

yaitu sebesar 0,848 untuk kecerdasan spiritual, 0,817 untuk kecerdasan emosional, dan 0,762 untuk kontrol diri. Dengan demikian, seluruh instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS versi 25. Tahap awal analisis dilakukan melalui uji normalitas untuk mengetahui distribusi data. Hasil uji menunjukkan bahwa data kecerdasan spiritual tidak berdistribusi normal (Sig. = 0,002), sedangkan data kecerdasan emosional dan kontrol diri berdistribusi normal (Sig. = 0,200). Oleh karena itu, hubungan antara masing-masing variabel independen dengan variabel dependen dianalisis menggunakan korelasi Spearman Rank Order Correlation karena sesuai untuk data yang tidak memenuhi asumsi normalitas. Selanjutnya, untuk mengetahui hubungan secara simultan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional terhadap kontrol diri digunakan analisis korelasi berganda. Interpretasi hasil dilakukan berdasarkan nilai koefisien korelasi (R), koefisien determinasi (R^2), serta tingkat signifikansi hubungan antarvariabel.

3. Hasil dan Pembahasan

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian ini bertujuan untuk menentukan teknik analisis statistik yang sesuai dalam pengujian hipotesis. Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test karena jumlah sampel penelitian lebih dari 50 responden ($n = 83$). Hasil uji normalitas masing-masing variabel penelitian disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Per Variabel

Variabel Penelitian	Sig.
Kecerdasan Spiritual (X_1)	0,002
Kecerdasan Emosional (X_2)	0,200
Kontrol Diri (Y)	0,200

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa variabel Kecerdasan Spiritual (X_1) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,002 yang lebih kecil dari 0,05 (Sig. < 0,05), sehingga data variabel tersebut dinyatakan tidak berdistribusi normal. Sementara itu, variabel Kecerdasan Emosional (X_2) dan Kontrol Diri (Y) masing-masing memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200 yang lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), sehingga kedua variabel tersebut dapat dinyatakan berdistribusi normal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak semua variabel penelitian memenuhi asumsi normalitas secara individual. Oleh karena itu, diperlukan pengujian lebih lanjut terhadap residual model untuk memastikan kelayakan penggunaan analisis korelasi berganda dalam penelitian ini.

Dalam analisis korelasi berganda, asumsi normalitas lebih menitikberatkan pada distribusi residual atau galat model daripada distribusi masing-masing variabel penelitian.

Oleh sebab itu, dilakukan pengujian normalitas terhadap residual yang dihasilkan dari hubungan simultan antara variabel kecerdasan spiritual (X_1) dan kecerdasan emosional (X_2) dengan kontrol diri (Y). Hasil pengujian normalitas residual disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Residual

Residual	Sig.
Residual Korelasi Berganda (X_1 dan X_2 terhadap Y)	0,200

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa residual hasil hubungan simultan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dengan kontrol diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05), sehingga residual model dinyatakan berdistribusi normal. Temuan ini menunjukkan bahwa model penelitian telah memenuhi asumsi normalitas yang diperlukan dalam analisis korelasi berganda. Menurut (Ghozali, 2016) dalam analisis multivariat seperti regresi dan korelasi berganda, asumsi normalitas lebih ditujukan pada residual model dibandingkan distribusi data mentah setiap variabel. Selain itu, (Gujarati, 1978) menyatakan bahwa pelanggaran normalitas pada data individual tidak akan memberikan dampak yang serius apabila jumlah sampel memadai dan residual model tetap berdistribusi normal. Pendapat serupa juga dikemukakan oleh (Tabachnick & Fidell, 2007) yang menjelaskan bahwa analisis hubungan antarvariabel masih dapat dilakukan secara valid selama residual model memenuhi asumsi normalitas. Dengan demikian, meskipun variabel kecerdasan spiritual secara individual tidak berdistribusi normal, hasil uji normalitas residual menunjukkan bahwa model penelitian telah memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, analisis hubungan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023 dapat dilanjutkan menggunakan analisis korelasi sesuai dengan tujuan penelitian.

Uji Hipotesis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas terhadap data penelitian. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel kecerdasan spiritual (X_1) tidak berdistribusi normal (Sig. = 0,002), sedangkan variabel kecerdasan emosional (X_2) dan kontrol diri (Y) berdistribusi normal (Sig. = 0,200). Oleh karena itu, pengujian hubungan antara variabel dilakukan menggunakan korelasi Spearman Rank (ρ) yang merupakan teknik statistik nonparametrik dan tidak mensyaratkan data berdistribusi normal. Penggunaan korelasi Spearman pada seluruh pengujian dilakukan untuk menjaga konsistensi analisis dan memudahkan interpretasi hasil. Menurut Sugiyono (2019), korelasi Spearman digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel

yang datanya tidak memenuhi asumsi normalitas atau berskala ordinal. Nilai koefisien korelasi Spearman berada pada rentang -1 sampai +1, dimana nilai positif menunjukkan hubungan searah dan nilai negatif menunjukkan hubungan berlawanan arah. Sementara itu, Santoso (2017) menyatakan bahwa korelasi Spearman sangat sesuai digunakan untuk menguji hubungan yang bersifat monotonik tanpa mengharuskan hubungan linier maupun distribusi normal.

Hasil Uji Korelasi Spearman antara Kecerdasan Spiritual dan Kontrol Diri

Pengujian hipotesis pertama dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual (X_1) dengan kontrol diri (Y) pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023. Hasil analisis korelasi Spearman disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Spearman X_1 terhadap Y

Variabel	r Hitung	r Tabel	Sig. (2- tailed)	Keterangan
Kecerdasan Spiritual – Kontrol Diri	0,649	0,255	0,000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh nilai koefisien korelasi Spearman sebesar 0,649. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan positif antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri. Hubungan positif mengindikasikan bahwa semakin tinggi kecerdasan spiritual yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula kemampuan kontrol dirinya. Selain itu, nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,000 < 0,05$), sehingga hubungan antara kedua variabel dinyatakan signifikan secara statistik. Dengan demikian, hipotesis pertama yang menyatakan terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023 diterima.

Hasil Uji Korelasi Spearman antara Kecerdasan Emosional dan Kontrol Diri

Pengujian hipotesis kedua dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional (X_2) dengan kontrol diri (Y). Hasil analisis korelasi Spearman dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Spearman X_2 terhadap Y

Variabel	r Hitung	r Tabel	Sig. (2- tailed)	Keterangan
Kecerdasan Emosional – Kontrol Diri	0,847	0,255	0,000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh nilai koefisien korelasi Spearman sebesar 0,847. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat dan positif antara

kecerdasan emosional dan kontrol diri. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik. Nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik. Dengan demikian, hipotesis kedua yang menyatakan terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023 diterima.

Hasil Uji Korelasi Berganda (Simultan)

Pengujian hipotesis ketiga dilakukan untuk mengetahui hubungan secara simultan antara kecerdasan spiritual (X_1) dan kecerdasan emosional (X_2) dengan kontrol diri (Y). Analisis dilakukan menggunakan korelasi berganda dengan bantuan program SPSS versi 26. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Berganda (Simultan)

R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
0,722	103,649	2	80	0,000

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa nilai R Square Change sebesar 0,722. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional secara bersama-sama mampu menjelaskan variasi kontrol diri sebesar 72,2%. Dengan kata lain, perubahan kontrol diri pada mahasiswa dapat dijelaskan oleh kedua variabel tersebut sebesar 72,2%, sedangkan sisanya sebesar 27,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selanjutnya, nilai F Change sebesar 103,649 dengan nilai signifikansi 0,000 menunjukkan bahwa hubungan simultan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dengan kontrol diri adalah signifikan secara statistik. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional secara bersama-sama terhadap kontrol diri mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023. Hasil ini menunjukkan bahwa kontrol diri mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh aspek spiritual maupun emosional secara terpisah, tetapi juga oleh kombinasi keduanya. Semakin tinggi kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional yang dimiliki mahasiswa, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam mengendalikan perilaku, emosi, serta mengambil keputusan secara bijaksana. Dengan demikian, hipotesis ketiga yang menyatakan terdapat hubungan secara simultan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dengan kontrol diri diterima.

Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi

variabel kecerdasan spiritual (X_1) dan kecerdasan emosional (X_2) secara simultan dalam menjelaskan variasi pada variabel kontrol diri (Y). Analisis ini mengacu pada nilai R dan R Square yang diperoleh dari hasil pengolahan data menggunakan program SPSS. Hasil uji koefisien determinasi disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,849	0,722	0,715	6,54938

Berdasarkan Tabel 6 diperoleh nilai R sebesar 0,849. Nilai tersebut menunjukkan tingkat hubungan antara variabel kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional secara simultan dengan kontrol diri. Dalam interpretasi koefisien korelasi, nilai R yang berada pada rentang 0,75–0,99 termasuk dalam kategori hubungan sangat kuat. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional secara bersama-sama dengan kontrol diri mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023. Selanjutnya, nilai R Square sebesar 0,722 menunjukkan besarnya proporsi variasi kontrol diri yang dapat dijelaskan oleh variabel kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional secara simultan. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa 72,2% variasi atau perubahan pada kontrol diri mahasiswa dapat dijelaskan oleh kedua variabel independen yang diteliti. Sementara itu, 27,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti lingkungan sosial, pola asuh keluarga, kepribadian, religiusitas, pengalaman hidup, maupun faktor psikologis lainnya. Selain itu, nilai Adjusted R Square sebesar 0,715 menunjukkan bahwa setelah dilakukan penyesuaian terhadap jumlah variabel bebas dan ukuran sampel penelitian, kemampuan model dalam menjelaskan variasi kontrol diri tetap berada pada angka 71,5%. Hal ini menunjukkan bahwa model penelitian memiliki tingkat ketepatan yang baik dalam menjelaskan hubungan antara kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dengan kontrol diri.

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional merupakan faktor yang memiliki kontribusi besar terhadap pembentukan kontrol diri mahasiswa. Semakin tinggi kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional yang dimiliki mahasiswa, maka semakin baik pula kemampuan mereka dalam mengendalikan perilaku, emosi, serta mengambil keputusan yang sesuai dengan norma dan nilai yang berlaku. Dengan demikian, kedua variabel tersebut memiliki peran penting dalam meningkatkan kontrol diri mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah

Gorontalo angkatan 2023.

Pembahasan

Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol Diri

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Koefisien korelasi sebesar $r = 0,649$ menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecerdasan spiritual yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa nilai-nilai spiritual yang dimiliki individu dapat menjadi pedoman internal dalam mengarahkan perilaku, mengelola emosi, serta mempertimbangkan konsekuensi sebelum mengambil keputusan. Mahasiswa yang mampu memaknai pengalaman hidup secara positif dan menjadikan nilai-nilai agama sebagai dasar dalam bertindak cenderung lebih mampu menahan dorongan impulsif serta menyesuaikan perilaku dengan norma yang berlaku.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Mariska, 2017) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada mahasiswa. Temuan tersebut menguatkan bahwa aspek spiritual tidak hanya berkaitan dengan praktik keagamaan, tetapi juga dengan kemampuan regulasi diri dalam kehidupan sehari-hari. Secara teoritis, hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui konsep kontrol diri dari (Averill, 1973) yang menempatkan kemampuan mengendalikan perilaku, proses berpikir, dan pengambilan keputusan sebagai komponen utama kontrol diri. Dalam konteks ini, kecerdasan spiritual dapat berfungsi sebagai sumber nilai dan makna yang membantu individu mengarahkan respons dan perilakunya secara lebih adaptif.

Pada konteks mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya keberlanjutan pembinaan spiritual setelah mahasiswa menyelesaikan program asrama. Lingkungan yang lebih mandiri dan beragam setelah keluar dari asrama menuntut mahasiswa untuk mempertahankan nilai-nilai yang telah diperoleh selama proses pembinaan agar tetap mampu mengendalikan perilaku dan mengambil keputusan secara bertanggung jawab. Temuan ini mengimplikasikan bahwa penguatan kegiatan pembinaan spiritual, seperti mentoring keagamaan, kajian rutin, dan pendampingan karakter, dapat menjadi salah satu strategi untuk mendukung perkembangan kontrol diri mahasiswa selama menjalani kehidupan akademik maupun sosial di perguruan tinggi.

Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kontrol Diri

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Koefisien korelasi sebesar $r = 0,847$ menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku dan respons terhadap berbagai situasi. Mahasiswa yang mampu mengelola emosi secara efektif cenderung lebih mampu mengendalikan dorongan impulsif, mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak, serta menyesuaikan perilaku dengan tuntutan sosial dan akademik yang dihadapi.

Secara teoritis, hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui konsep kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh (Goleman, 1995) khususnya pada aspek *self-awareness* dan *self-regulation*. Kemampuan mengenali kondisi emosional diri serta mengatur respons yang muncul memungkinkan individu untuk bertindak secara lebih terarah dan tidak reaktif ketika menghadapi tekanan maupun konflik. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Wulandari dkk., 2023) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dan kontrol diri pada mahasiswa. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Mujibah & Winarsih, 2024) pada pelajar SMA/SMK, yang menunjukkan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik. Konsistensi arah hubungan pada berbagai kelompok responden menunjukkan bahwa kemampuan pengelolaan emosi merupakan aspek yang berkaitan erat dengan regulasi perilaku individu.

Dalam konteks mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo, kemampuan mengelola emosi menjadi semakin penting karena mahasiswa berada pada masa transisi dari lingkungan yang terstruktur menuju kehidupan yang lebih mandiri. Situasi tersebut menuntut kemampuan untuk mengelola tekanan akademik, membangun hubungan sosial yang sehat, serta mempertahankan perilaku positif tanpa pengawasan yang intensif sebagaimana ketika berada di lingkungan asrama. Temuan ini mengindikasikan pentingnya penguatan program pengembangan kecerdasan emosional melalui kegiatan pembinaan mahasiswa, seperti pelatihan manajemen emosi, pengembangan keterampilan komunikasi, penyelesaian konflik, dan peningkatan kesadaran diri. Upaya tersebut diharapkan dapat mendukung mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik

maupun sosial secara lebih adaptif.

Hubungan Kecerdasan Spiritual dan Kecerdasan Emosional dengan Kontrol Diri

Hasil analisis korelasi berganda menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional secara bersama-sama memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Nilai koefisien korelasi berganda sebesar $R = 0,849$ menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat antara ketiga variabel tersebut. Sementara itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,722 mengindikasikan bahwa kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional secara bersama-sama berkaitan dengan 72,2% variasi kontrol diri mahasiswa, sedangkan 27,8% sisanya berkaitan dengan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan kontrol diri mahasiswa berkaitan tidak hanya dengan aspek spiritual maupun emosional secara terpisah, tetapi juga dengan keterkaitan keduanya secara simultan. Kecerdasan spiritual menyediakan kerangka nilai dan makna yang menjadi pedoman dalam bertindak, sedangkan kecerdasan emosional berkaitan dengan kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi dalam berbagai situasi kehidupan. Keterpaduan kedua aspek tersebut memungkinkan individu untuk lebih mampu mengarahkan perilaku, mengelola respons emosional, dan mempertimbangkan konsekuensi sebelum mengambil keputusan.

Secara teoritis, temuan ini dapat dijelaskan melalui konsep kontrol diri dari (Averill, 1973) yang mencakup kemampuan mengendalikan perilaku (*behavioral control*), mengelola proses berpikir (*cognitive control*), dan mengambil keputusan (*decisional control*). Individu dengan kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional yang baik cenderung memiliki sumber nilai internal sekaligus kemampuan regulasi emosi yang mendukung pengelolaan ketiga aspek tersebut secara lebih adaptif. Jika dibandingkan dengan hasil korelasi parsial, hubungan kecerdasan emosional dengan kontrol diri ($r = 0,847$) terlihat lebih kuat dibandingkan hubungan kecerdasan spiritual dengan kontrol diri ($r = 0,649$). Namun demikian, hasil analisis simultan menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki keterkaitan yang lebih besar ketika dipertimbangkan secara bersama-sama dibandingkan secara terpisah. Temuan ini mengindikasikan bahwa aspek spiritual dan emosional merupakan dua dimensi psikologis yang saling melengkapi dalam kaitannya dengan kemampuan kontrol diri mahasiswa.

Dalam konteks mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo,

hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya keberlanjutan pembinaan karakter setelah mahasiswa menyelesaikan program asrama. Peralihan dari lingkungan yang terstruktur menuju kehidupan yang lebih mandiri memerlukan kemampuan untuk mempertahankan nilai-nilai spiritual sekaligus mengelola berbagai tuntutan emosional, akademik, dan sosial yang dihadapi. Temuan ini memberikan implikasi bahwa program pengembangan mahasiswa tidak hanya perlu berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada penguatan aspek spiritual dan emosional melalui kegiatan pembinaan karakter, mentoring, konseling, maupun pelatihan pengembangan diri. Upaya tersebut diharapkan dapat mendukung mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan akademik dan sosial secara lebih adaptif.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2023 dengan kekuatan hubungan pada kategori kuat. Selain itu, terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan kontrol diri dengan kekuatan hubungan pada kategori sangat kuat. Secara simultan, kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional juga menunjukkan hubungan positif dan signifikan dengan kontrol diri mahasiswa. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,722 menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama memiliki keterkaitan statistik dengan 72,2% variasi kontrol diri yang ditemukan dalam penelitian ini, sedangkan sisanya berkaitan dengan variabel lain yang tidak dianalisis dalam penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa aspek spiritual dan emosional memiliki keterkaitan dengan kontrol diri pada mahasiswa alumni asrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Oleh karena itu, penguatan aspek spiritual, emosional, dan karakter mahasiswa dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari program pembinaan yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

Daftar Pustaka

- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286–303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>
- Azhari, D. T. (2019). Kontrol diri mahasiswa yang memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik. *Universitas Negeri Padang*.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Gujarati, D. N. (1978). *Basic Econometrics*. McGraw-Hill.
- Hurlock, E. B. (2004). *Developmental Psychology: A Life-span Approach*. McGraw-Hill.

- Lukman, L. (2018). Kecerdasan Emosi dan Strategi Penyelesaian Masalah Pada Orang Tua Tunggal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(3).
<https://ocs.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4660>
- Mariska, I. C. (2017). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri pada mahasiswa di universitas gunadarma. *Jurnal Psikologi*, 10(2).
- Mujibah, S. N., & Winarsih, T. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Kontrol Diri Pada Pelajar Sma/Smk. *Prosiding Seminar Nasional Sinergi Psikologi UNISA Yogyakarta dan IONs Yogyakarta*, 1, 49–60.
<https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/SEMNASPSIION/article/download/1061/560>
- Nugroho, P. I., & Cahyaningtyas, M. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Spiritual, Kecerdasan Sosial dan Perilaku Belajar Terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi. *Ekuitas: Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 10(1), 81–90.
- Radhiana, R. (2020). Pengaruh kecerdasan emosional (emotional quotients) dan kecerdasan spiritual (spiritual quotients) terhadap kinerja pegawai pada Kantor Dinas Perhubungan Provinsi Aceh. *JEMSI (Jurnal Ekonomi, Manajemen, dan Akuntansi)*, 6(1), 32–44.
- Rizal, M. (2018). Pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kontrol diri remaja. *Jurnal Cendekia Ihya*, 1(1), 2623–0453.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics*. Pearson.
- Wulandari, W., Setiawan, R. A., & Rahmawan, W. (2023). *Kontribusi Kecerdasan Emosional Terhadap Produktivitas Pada Pegawai Marketing Associate Agen Properti Di Wilayah Jakarta Selatan*. 2(4).