

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Mahasiswa sebagai pelajar perguruan tinggi termasuk dalam fase remaja akhir. Pada umumnya, terdapat 3 tahap dalam penggolongan remaja yakni remaja awal usia 12 hingga 15 tahun, remaja tengah usia 15 hingga 18 tahun, serta remaja akhir usia 18 hingga 21 tahun.¹ Individu yang masuk dalam fase remaja akhir cenderung sudah bisa mengatur emosinya dengan baik, mempunyai keberanian dalam menghadapi tantangan hidup, mengetahui kemana arah tujuan hidupnya, serta mempunyai kesadaran diri terhadap tujuan yang ingin diraih. Selain itu, muncul sikap kritis serta mampu mendidik dirinya sendiri. Fase ini merupakan fase yang menentukan ke arah mana bentuk kedewasaannya.

Dalam pandangan masyarakat, mahasiswa dianggap sebagai individu yang sudah dewasa. Mahasiswa dipandang sebagai individu yang diharapkan di masa depan dapat berperan dalam memajukan bangsa Indonesia. Melalui citra berpendidikan yang dilekatkan padanya, mahasiswa memiliki tanggung jawab atau kewajiban besar yang perlu diembannya. Oleh karena itu, mahasiswa perlu berhati-hati dengan pikiran, ucapan, tindakan, serta keputusan yang akan diambil. Mahasiswa juga

¹ Surawan dan Mazrur. *Psikologi Perkembangan Agama: Sebuah Tahapan Perkembangan Agama Manusia*. (Yogyakarta: K-Media, 2020), hlm. 49.

diharapkan memiliki pengendalian diri, baik saat seorang diri maupun ketika berinteraksi dengan orang lain.²

Namun, dalam keseharian, tidak jarang kita jumpai kasus-kasus yang melibatkan mahasiswa sebagai akibat tidak mampu mengontrol diri dengan baik. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari media online “Radar Jogja”, penyalahgunaan narkoba pada mahasiswa di Sleman terhitung cukup tinggi. Badan Narkotika Nasional (BNN) Sleman dalam kurun tahun 2023 mencatat sebanyak 60 orang direhabilitasi di klinik Pratama Sembada Bersinar, dan sekitar 40% dari jumlah tersebut adalah mahasiswa.³

Selain penyalahgunaan narkoba, seringpula terdengar kabar kasus bunuh diri oleh mahasiswa di Jogja, konsumsi alkohol yang berlebihan, pergaulan bebas, LGBT, perkelahian, dan sebagainya. Keadaan seperti itu dapat disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya pengaruh dari teman sepergaulan, pelampiasan dari masalah yang dihadapi baik masalah yang berasal dari dalam maupun luar kampus, kemudahan dalam mengakses informasi, pengalaman traumatis, tuntutan yang tinggi.

² Wahyu Aprilia. “Pengaruh Kecerdasan Spiritual dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kontrol Diri (Self Control) Mahasiswa PAI IAIN Ponorogo”. (Tesis. UIN Sunan Kalijaga, 2023), hlm. 5.

³ Iwan Nurwanto. 2023. "40 Persen Pengguna Narkoba adalah Mahasiswa". Radar Jogja., diakses pada 1 juli 2024.

Selain pelanggaran terhadap norma sosial, kurangnya pengendalian diri siswa nampak pada masalah kedisiplinan menjalani perkuliahan. Mahasiswa cenderung sering menunda pekerjaan, kurang memiliki disiplin dalam menghadapi berbagai tugas akademik, terlambat menghadiri kelas, membolos, merokok di lingkungan kampus, melakukan plagiarisme, dan sebagainya. Oleh karena itu, kontrol diri sangat penting untuk dimiliki mahasiswa sebagai bentuk antisipasi dalam melakukan perbuatan-perbuatan menyimpang.

Kontrol diri erat kaitannya dengan kemampuan individu dalam mengambil keputusan lewat berbagai pertimbangan kognitif guna menyatukan perilaku yang sudah dibentuk untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.⁴ Thalib mendefenisikan kontrol diri sebagai kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengendalikan berbagai dorongan atau stimulus yang hadir.

Individu yang mempunyai kontrol diri akan mempertimbangkan kemungkinan akibat yang terjadi sebelum memutuskan untuk melakukan sesuatu. Seperti yang telah disampaikan sebelumnya, individu yang memiliki kontrol diri yang rendah mudah terjebak dalam perilaku menyimpang, sebaliknya individu dengan kontrol diri yang baik akan berperilaku positif dan bersikap tanggung jawab terhadap kewajiban yang diembannya.

⁴ Heri Soesanto. *Personal Integrity Development Guide*. (Yogyakarta: PT Kanisius, 2022), hlm.110.

Islam sebagai agama yang *rahmatan lil 'alamin*, mengajarkan umatnya agar senantiasa memiliki sikap kontrol diri. Terdapat banyak dalil yang menerangkan tentang pentingnya kontrol diri, salah satunya terdapat dalam al-Qur'an surah an-Nazi'at ayat 40-41.

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۗ
 ٤٠
 فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ۗ ٤١

"Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari (keinginan) hawa nafsunya. maka sungguh, surgalah tempat tinggal-(nya)". (Q.S. an-Nazi'at :40-41).⁵

Berdasarkan ayat di atas, dapat kita simpulkan bahwa seorang individu harus mampu mengontrol dirinya dari dorongan hawa nafsu sehingga tidak terjerumus ke dalam perilaku maksiat yang dapat membawa kemudharatan bagi dirinya. Barangsiapa yang mampu mengendalikan hawa nafsu dan selalu ingat akan kebesaran Allah SWT. maka akan diberi balasan berupa Surga.

Salah satu faktor yang membuat individu mampu mengontrol diri dengan baik adalah dengan memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi. Individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi akan mampu mengendalikan diri dengan baik.⁶ Maka dari itu, selain kontrol diri individu juga memerlukan kecerdasan spiritual, sehingga tindakan yang

⁵ RI, Kementerian Agama. Kementrian Agama. 'Al-Quran Kemenag' Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Quran, 2022. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/79?from=1&to=46>, diakses pada 2 Juni 2024.

⁶ Andi Amri, Zulmi Ramdani, dan Jaka Warsihna. Validasi Konstruk Indonesian Spiritual Intelligence Questionnaire (ISIQ) Pada Mahasiswa Pascasarjana Muslim, *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 04 No. 01, 2021, hlm. 2.

diperbuat dalam kesehariannya dapat berjalan secara seimbang sesuai dengan takarannya masing-masing.

Kecerdasan spiritual merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mewujudkan nilai spiritualitas untuk menambah kesejahteraan serta fungsi hidupnya. Nilai-nilai tersebut terdiri dari sikap sadar diri, bersyukur, memaknai hidup, penerimaan terhadap diri, hati yang tenang, dan sebagainya.⁷

Sebagaimana yang kita ketahui, kecerdasan secara umum dibagi menjadi tiga kecerdasan yaitu kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ), dan kecerdasan spiritual (SQ). Sebagian orang menganggap bahwa yang terpenting adalah bagaimana meningkatkan kecerdasan intelektual (IQ) dan meraih nilai yang tinggi saat menempuh proses pendidikan merupakan hal yang harus dicapai. Namun, perlu diingat bahwa memiliki nilai yang tinggi tetapi tidak disertai dengan akhlak yang baik adalah hal yang semu, karena berarti ilmu yang didapat tidak membawa kebaikan dan kebermanfaatannya sejati untuk dirinya.

Menurut Zohar dan Marshall, kecerdasan spiritual menjadi bentuk kecerdasan paling tinggi karena tahap kecerdasan ini mampu membuat seseorang membangun dirinya secara utuh. Dengan memiliki kecerdasan

⁷ Farid Jamaluddin. "Pengaruh Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual, dan Tanggung Jawab Sosial terhadap Altruisme Pada Relawan Aksi Sosial Kasus Pandemi Covid-19." (Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021), hlm. 38.

spiritual, seseorang dapat memfungsikan dengan baik kecerdasan intelektual dan emosional yang dimilikinya.⁸

Orang yang mempunyai kecerdasan spiritual akan sanggup membedakan dan memisahkan dengan jelas antara perkara yang benar dan perkara yang buruk secara naluriah. Dengan kecerdasan spiritual yang tinggi, seseorang tidak akan mudah terbawa perkembangan zaman yang semakin kehilangan nilai moral kehidupan, yang mana berkurangnya rasa simpati dan empati terhadap orang lain, serta berkurangnya kesadaran diri dalam menjaga alam demi terjaminnya kelangsungan kehidupan manusia.⁹

Kecerdasan spiritual memotivasi mahasiswa agar dapat melakukan hal yang lebih baik dalam penyelesaian masalah sekaligus mengendalikan diri dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Lewat kecerdasan spiritual pula, individu akan dapat memaknai hidupnya. Hal tersebut sebagaimana penelitian yang telah dilakukan oleh Khisbiyah, di mana ia menemukan bahwa jika tingkat religiusitas seseorang itu tinggi, maka semakin tinggi juga kebermaknaan hidupnya.¹⁰

Danah Zohar dan Ian Marshall mengemukakan bahwa dengan kecerdasan spiritual individu mampu mengontrol dirinya untuk tidak terlibat dalam perilaku negatif. Cara yang dapat dilakukan yakni dengan

⁸ Dewi Anggraeni dan Yoga Adhy Nugraha, "Kecerdasan Spiritual Auditor Menggunakan Analisis Model Rasch." *Jurnal Ilmiah Akuntansi Peradaban*, Vol.5 No.2, 2019, hlm. 267.

⁹ Rahmat Ariadillah, Yuni Yanti Soliha, dan Dewi Indrawati, "Peningkatan Kecerdasan Spiritual Siswa Melalui Program Kebergaman di MI Jam'iyatul Khair Ciputat Timur", *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 6 No.1, 2021, hlm. 45-46.

¹⁰ Siti Annisa Salsabila. "Hubungan Antara Religiusitas dengan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja (Studi Perbandingan pada SMA Negeri 2 Bandar Lampung dan MA Al-Hikmah Bandar Lampung)". (Skripsi, Universitas Lampung, 2017), hlm. 9.

mengetahui dan mengenal potensi serta bakat yang terdapat dalam diri dan aktif mengikuti kegiatan-kegiatan positif maupun organisasi yang bernuansa religi, sehingga menjadi pengalaman yang baru bagi individu sekaligus mendapat relasi yang lebih luas.¹¹

Kecerdasan spiritual sebagai aspek yang dapat memaksimalkan potensi dan membantu seseorang menemukan arah hidupnya, sangat penting untuk dimiliki setiap individu. Berdasarkan survei yang dilakukan kepada mahasiswa pendidikan agama Islam Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2022 diperoleh bahwa terdapat mahasiswa yang sulit memaafkan kesalahan orang lain, tidak percaya diri ketika harus mengeluarkan pendapat di muka umum, serta masih ragu akan masa depannya. Diperoleh dari 13 responden, 8 diantaranya masih memiliki keraguan akan masa depan.¹²

Selain kecerdasan spiritual, kecerdasan emosional juga memiliki peran dalam meningkatkan kualitas hidup seseorang. Kecerdasan emosional berperan penting bagi individu dalam menghadapi kehidupan sosial yang mengharuskannya berinteraksi dengan orang lain. Tanpa adanya kecerdasan emosional, individu akan kesulitan menjalin hubungan dan komunikasi yang baik dengan sesama.

¹¹ Afan Aqil Nafi'. "Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap Kontrol Diri Siswa di SMAN 1 Badegan Ponorogo" (Skripsi. IAIN Ponorogo, 2021), hlm. 5.

¹² Survei yang dilakukan kepada 13 responden mahasiswa PAI UAD angkatan 2022 pada tanggal 30-1 Juli 2024.

Kecerdasan Emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenal, mengelola, serta mengendalikan emosi sehingga mampu merespon dengan positif segala kondisi yang dapat menstimulus timbulnya emosi. Orang yang mempunyai kecerdasan emosional rendah akan mudah terpengaruh, mudah putus asa, mudah marah, serta kesulitan dalam membuat keputusan. Begitu pula sebaliknya, orang dengan kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengenal, memotivasi, serta mengendalikan dirinya sendiri.¹³

Dalam kaitannya dengan kontrol diri, kecerdasan emosional memiliki peranan penting. Daniel Goleman menjelaskan bahwa jika individu mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi, individu tersebut akan bersikap tenang dalam menghadapi sesuatu, tidak mudah khawatir, dan takut, serta tidak terburu-buru dalam bertindak. Hal ini, sesuai dengan pendapat Hidayanti yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan efektifitas kontrol diri seseorang. Lewat kecerdasan emosional, seseorang mampu mengendalikan emosinya, sabar dan tabah ketika menghadapi kesulitan, serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.¹⁴

Terkadang, dalam kehidupan mahasiswa terjadi berbagai permasalahan baik yang berasal dari dalam maupun dari luar diri individu.

¹³ Ni Wayan Ari Sudiartini, dkk. *Kecerdasan Emosional*. (Purbalingga: Eureka Media Aksara, 2024), hlm. 1.

¹⁴ Zulfatul Khoirussani. "Hubungan Kontrol Diri dengan Kecerdasan Emosional pada Santriwati yang Berpuasa Senin-Kamis di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang periode 2014". (Skripsi. Universitas Negeri Walisongo Semarang, 2017), hlm. 4.

Jika mahasiswa dapat dengan baik menyelesaikan permasalahannya, maka dapat membuat kehidupannya menjadi harmonis. Sebaliknya, jika dalam menghadapi masalah, mahasiswa tidak dapat menyelesaikannya secara tepat, maka dapat menyebabkan ia melampiaskan emosi dengan cara yang tidak dibenarkan. Pelampiasan emosi secara tidak tepat ini merupakan salah satu tanda mahasiswa tidak mampu dalam mengendalikan dirinya.

Mahasiswa selain memiliki kecerdasan intelektual yang baik, juga diharuskan mempunyai kemampuan dalam mengelola dan mengatur emosinya secara tepat. Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan, baik dari wawancara maupun observasi sementara, ditemukan bahwa beberapa mahasiswa PAI masih kesulitan dalam mengelola rasa takut dan khawatir, merasa bimbang dalam mengambil keputusan, bingung akan tujuan hidupnya, serta tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki. Perubahan suasana pendidikan di sekolah menengah atas dan perguruan tinggi juga sering kali membawa pengaruh pada aspek emosional, sosial, dan akademik mahasiswa PAI, terutama bagi yang baru pertama kali memiliki pengalaman tinggal jauh dari rumah. Hal ini membuat mahasiswa kerap kali kesulitan dalam membangun interaksi dengan orang lain.¹⁵

Kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional dibutuhkan mahasiswa untuk mencari makna dan meningkatkan kualitas hidup. Kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional yang rendah dapat

¹⁵ Wawancara yang dilakukan pada tanggal 23 Juli 2024.

menyebabkan mahasiswa memiliki kontrol diri yang buruk. Berdasarkan survei yang dilakukan, ditemukan mahasiswa PAI yang masih kesulitan dalam mengontrol dirinya sehingga kerap berperilaku tidak taat terhadap aturan kampus. Perilaku tersebut diantaranya menyontek pekerjaan teman, menitip absen, menunda mengerjakan tugas, serta berkata kasar. Bahkan dari 13 responden, 8 diantaranya mengaku pernah membolos perkuliahan.¹⁶

Perbedaan suasana belajar mahasiswa PAI UAD angkatan 2022 ketika belajar di sekolah menengah dan belajar di perkuliahan turut memengaruhi kontrol dirinya. Proses pembelajaran saat di sekolah menengah cenderung masih diarahkan oleh guru, ketatnya tata tertib sekolah, serta sedikitnya fleksibilitas dalam memilih mata pelajaran dan kecepatan belajar. Adapun proses pembelajaran di perkuliahan cenderung lebih fleksibel, sehingga mahasiswa dituntut agar dapat bertanggung jawab atas pembelajarannya sendiri serta bisa mengelola waktu dengan lebih efektif. Berdasarkan wawancara dengan salah satu mahasiswa PAI UAD angkatan 2022, dirinya mengaku bahwa setelah berkuliah lebih sering menunda dalam mengerjakan tugas dan lebih santai saat tidak masuk kelas dikarenakan peraturan di perkuliahan tidak seketat saat di sekolah menengahnya dahulu.

Oleh karena itu, berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai apakah terdapat pengaruh

¹⁶ Survei yang dilakukan kepada 13 responden mahasiswa PAI UAD angkatan 2022 pada tanggal 30-1 Juli 2024.

kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022. Adapun urgensi penelitian ini yakni mengetahui apakah kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional memberi pengaruh terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022 tingkat kecerdasan spiritual, tingkat kecerdasan emosional, dan tingkat kontrol diri mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Berapa besar pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022?
2. Berapa besar pengaruh kecerdasan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022?
3. Berapa besar pengaruh kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022?

C. Tujuan Penelitian

Sebagaimana rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, tujuan peneliti melakukan penelitian ini diantaranya:

1. Mengetahui besar pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022.
2. Mengetahui besar pengaruh kecerdasan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022.

3. Mengetahui besar pengaruh kecerdasan spiritual dan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022.

D. Manfaat Penelitian

Berdasar pada latar belakang dan rumusan masalah yang telah dikemukakan, penelitian ini diharapkan dapat membawa manfaat baik secara teori dan praktik sebagaimana berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber rujukan baru bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang terkait dengan pengaruh kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa, sehingga bisa menjadi materi pelengkap bagi penelitian-penelitian lain yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa dan Dosen

Lewat penelitian ini, diharapkan bisa menanggapi pertanyaan dari berbagai masalah dalam dunia pendidikan terkait kecerdasan spiritual, kecerdasan emosional, dan kontrol diri.

- b. Penyelenggara, Pengembang, dan Lembaga-lembaga Pendidikan

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan guna mengembangkan mutu, mahasiswa dengan meningkatkan kecerdasan spiritual, kecerdasan emosional, dan sikap kontrol diri.

c. Bagi Peneliti

Memberi pengetahuan dan wawasan untuk peneliti saat ini dan peneliti di masa yang akan datang berkaitan dengan pengaruh kecerdasan spiritual dan kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa.

E. Sistematika Pembahasan

Pada penelitian yang berjudul “Pengaruh Kecerdasan Spiritual dan Kecerdasan Emosional terhadap Kontrol Diri”, maka peneliti membuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

Bab I merupakan pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II merupakan kajian pustaka yang membahas tentang kerangka teori, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran, dan hipotesis.

Bab III merupakan metode penelitian yang membahas mengenai jenis dan pendekatan penelitian, lokasi dan waktu penelitian, populasi penelitian, sampel penelitian, variabel penelitian, teknik dan instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas, uji asumsi dasar, dan teknik analisis data.

Bab IV merupakan hasil pembahasan yang membahas tentang proses penelitian yang telah dilakukan guna mendapatkan jawaban atas rumusan masalah yang tercantum dalam pendahuluan yaitu mengenai hasil variabel bebas terhadap variabel terikat untuk mengetahui ada atau

tidaknya pengaruh kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional terhadap kontrol diri mahasiswa PAI UAD angkatan 2022.

Bab V adalah penutup yang berisi kesimpulan secara singkat dari hasil penelitian yang dilakukan dan saran dari peneliti