

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman yang semakin kompleks dan dinamis memberikan dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam ranah pendidikan tinggi. Di lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa dituntut tidak hanya memiliki kemampuan akademik yang mumpuni, tetapi juga kecakapan non-akademik yang menunjang keberhasilan hidup mereka secara utuh. Salah satu aspek non-akademik yang sangat penting untuk dikembangkan adalah kecerdasan emosional.

Menurut Goleman (2017), kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri maupun orang lain melalui kesadaran diri, pengendalian diri, empati, motivasi, dan keterampilan sosial. Kemampuan ini berperan penting dalam keberhasilan individu dalam menghadapi tantangan kehidupan yang kompleks, termasuk dalam dunia akademik. Di tengah arus globalisasi, transformasi digital, serta tantangan kehidupan sosial yang kian beragam, kecerdasan emosional menjadi bekal yang tak kalah penting dari kemampuan intelektual. Dalam dunia kerja dan kehidupan bermasyarakat setelah lulus kuliah, individu dituntut untuk mampu bekerja dalam tim, berkomunikasi secara efektif, dan menyelesaikan konflik dengan pendekatan emosional yang sehat.

Dalam konteks kehidupan kampus, mahasiswa tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik, tetapi juga tekanan sosial, beban psikologis, dan dinamika relasi interpersonal yang kerap menimbulkan stres. Mahasiswa yang tidak mampu mengelola emosinya dengan baik berpotensi mengalami gangguan psikologis yang berdampak negatif pada pencapaian akademik maupun kehidupan sosialnya. Oleh karena itu, kecerdasan emosional menjadi kompetensi yang krusial untuk dimiliki oleh mahasiswa agar mampu menghadapi berbagai situasi dengan proporsional.

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa kecerdasan emosional berkontribusi lebih besar terhadap kesuksesan individu dibandingkan kecerdasan intelektual. Goleman menyebutkan bahwa kontribusi kecerdasan emosional terhadap kesuksesan mencapai 80%, sedangkan kecerdasan intelektual hanya sebesar 20%.

Salah satu faktor yang diyakini dapat membentuk dan mengembangkan kecerdasan emosional mahasiswa adalah keterlibatan mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler, khususnya melalui Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) yang difasilitasi oleh perguruan tinggi. Kegiatan UKM memberikan ruang bagi mahasiswa untuk belajar bekerja sama, menyelesaikan konflik, berempati, dan mengelola tekanan dalam situasi sosial yang dinamis. UKM menjadi sarana pembentukan karakter, tempat untuk mengasah keterampilan interpersonal, serta lingkungan informal yang mendorong mahasiswa untuk belajar secara holistik dan kontekstual di luar ruang kelas.

Di Universitas Siliwangi, UKM terbagi menjadi dua kelompok besar, yaitu UKM olahraga dan UKM non-olahraga. UKM olahraga mencakup berbagai cabang seperti karate, taekwondo, pencak silat, voli, sepak bola, dan panahan, sedangkan UKM non-olahraga meliputi kegiatan seperti seni musik, teater, pramuka, koperasi mahasiswa, dan lembaga pers. Kedua jenis UKM ini menawarkan pengalaman yang berbeda dalam hal pengelolaan emosi dan interaksi sosial. Mahasiswa yang mengikuti kegiatan fisik umumnya dihadapkan pada tantangan kompetitif, kerja sama tim yang erat, serta tekanan fisik dan mental yang tinggi. Sementara itu, mahasiswa dalam UKM non-olahraga seringkali diasah dalam kemampuan komunikasi, ekspresi kreatif, dan pengembangan nilai-nilai sosial serta empati.

Fenomena yang terjadi di Universitas Siliwangi menunjukkan bahwa meskipun fasilitas UKM tersedia secara merata, tidak semua mahasiswa memanfaatkannya secara optimal. Banyak mahasiswa yang tidak segera pulang setelah perkuliahan berakhir, namun tidak pula memanfaatkan waktu luangnya untuk kegiatan positif, yang kemudian berpotensi terjerumus dalam perilaku menyimpang seperti perundungan, konsumsi minuman keras, bahkan kekerasan.

Kurangnya keterlibatan dalam kegiatan positif menunjukkan pentingnya strategi pembinaan mahasiswa di luar kegiatan akademik. Situasi ini menuntut adanya intervensi kebijakan yang lebih strategis dalam mengarahkan mahasiswa untuk mengembangkan potensi dan karakter mereka secara menyeluruh. Berdasarkan data internal Universitas Siliwangi, jumlah mahasiswa yang aktif dalam UKM non-olahraga lebih tinggi dibandingkan dengan yang tergabung dalam UKM olahraga. Hal ini dipengaruhi oleh dominasi jumlah mahasiswa perempuan yang cenderung kurang berminat pada kegiatan fisik. Ketimpangan ini dapat menjadi indikasi adanya perbedaan karakteristik emosional antara kedua kelompok mahasiswa tersebut.

Lebih lanjut, pengalaman empirik menunjukkan bahwa mahasiswa yang aktif dalam UKM olahraga cenderung lebih mampu mengendalikan emosi mereka dalam menghadapi tekanan, terutama karena mereka terbiasa berada dalam situasi kompetitif, penuh disiplin, dan target pencapaian yang jelas. Sementara itu, mahasiswa yang tergabung dalam UKM non-olahraga menunjukkan kecenderungan untuk lebih fokus pada aspek komunikasi dan hubungan sosial, namun belum tentu memiliki ketahanan emosional yang tinggi ketika dihadapkan pada tekanan yang bersifat internal atau intrapersonal. Hal ini menunjukkan kemungkinan adanya perbedaan kecerdasan emosional berdasarkan jenis kegiatan yang diikuti mahasiswa, yang selama ini belum banyak diteliti secara khusus, khususnya pada konteks perguruan tinggi di daerah seperti Universitas Siliwangi.

Berbagai penelitian mendukung pentingnya mengkaji hubungan antara kegiatan ekstrakurikuler dan kecerdasan emosional. Mavroveli et al. (2020) mengemukakan bahwa pengalaman sosial dalam organisasi kampus berkontribusi signifikan terhadap pengembangan empati, kontrol diri, dan manajemen stres mahasiswa. Temuan serupa juga diungkapkan oleh Hasanah et al. (2023) dan Yunus & Fauzi (2022), yang menyatakan bahwa jenis aktivitas organisasi memberikan dampak yang berbeda terhadap dimensi kecerdasan emosional mahasiswa. Oleh karena itu, penting untuk menelusuri secara lebih mendalam apakah terdapat perbedaan yang signifikan dalam kecerdasan emosional antara

mahasiswa yang aktif dalam UKM olahraga dan mahasiswa yang aktif dalam UKM non-olahraga.

Berdasarkan uraian fenomena tersebut, maka penelitian dengan judul “Perbedaan Kecerdasan Emosional antara Mahasiswa Aktif yang Mengikuti UKM Olahraga dan UKM Non-Olahraga di Universitas Siliwangi” menjadi sangat relevan untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam memahami dinamika pengembangan kecerdasan emosional mahasiswa melalui kegiatan non-akademik, serta menjadi masukan praktis bagi pihak universitas dalam merancang program pengembangan diri mahasiswa secara lebih terarah dan berbasis kebutuhan psikososial mahasiswa.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas, maka rumusan masalahnya adalah adakah perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa aktif yang mengikuti UKM olahraga dan UKM non olahraga di Universitas Siliwangi.

1.3. Definisi Operasional

Menurut Nurdin (2019), definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati yang memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena. Berikut definisi operasional dari penelitian yang akan dilakukan :

a. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerja sama) dengan orang lain (Salovey, 2021). Aspek-aspek dalam kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi emosi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan (Roberts, 2021). Dalam penelitian ini tinggi rendahnya kecerdasan emosional diukur dengan menggunakan skala Likert

dengan 5 pilihan jawaban. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam skala ini, maka semakin tinggi pula kecerdasan emosional seseorang, dan sebaliknya.

b. UKM Olahraga

UKM Olahraga adalah Unit Kegiatan Mahasiswa yang bergerak dalam bidang pengembangan minat dan bakat mahasiswa di cabang-cabang olahraga tertentu. Kegiatan dalam UKM ini umumnya mencakup latihan fisik yang dilakukan secara rutin, partisipasi dalam kompetisi atau turnamen, serta kegiatan yang mendukung peningkatan kemampuan fisik, keterampilan teknis, dan sportivitas (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi [Kemdikbudristek], 2022). Tujuan utama UKM olahraga adalah membina mahasiswa agar aktif secara fisik dan mampu berprestasi di bidang olahraga, baik di tingkat internal kampus maupun eksternal (Kemdikbudristek, 2023).

c. UKM Non Olahraga

UKM Non Olahraga adalah Unit Kegiatan Mahasiswa yang fokus kegiatannya tidak berkaitan dengan olahraga, melainkan mencakup bidang seni, budaya, kerohanian, kewirausahaan, keilmuan, sosial, atau minat khusus lainnya. Aktivitas UKM non-olahraga meliputi pelatihan, pertunjukan, diskusi, penelitian, bakti sosial, atau kegiatan lain yang bertujuan mengembangkan kreativitas, intelektual, spiritual, dan kemampuan sosial mahasiswa (Kemdikbudristek, 2023). UKM jenis ini berperan penting dalam membentuk karakter, wawasan, dan keterampilan non-fisik mahasiswa di luar kegiatan akademik (Kemdikbudristek, 2022).

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa aktif yang mengikuti UKM olahraga dan UKM non olahraga di Universitas Siliwangi.

1.5 Kegunaan Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

1) Bagi Penulis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dalam berpikir dan memperluas pengetahuan baik dalam teori maupun praktik.

2) Bagi Universitas

Diharapkan penelitian ini dapat memberi wawasan dan menjadi referensi di perpustakaan, yang mungkin akan membantu sebagai salah satu inspirasi ataupun contoh untuk bahan ajar dosen.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan sebagai bahan referensi, gambaran serta dijadikan pendahuluan oleh peneliti selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi mahasiswa tentang kecerdasan emosional.