



## PENGARUH TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL (EMOTIONAL INTELLIGENCE) TERHADAP KEMAMPUAN REGULASI DIRI (SELF-REGULATION) MAHASISWA DALAM MENGHADAPI KONFLIK SOSIAL

Supri Hartanto <sup>1\*</sup>, Oktana Wahyu Perdana <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas PGRI Yogyakarta, Indonesia

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received 8 September 2026

Accepted 14 October 2026

Available online 30 October 2026

#### Kata Kunci:

Kecerdasan emosional;  
Regulasi diri; Konflik sosial

#### Keywords:

Emotional intelligence;  
Self-regulation; Social  
conflict

### ABSTRAK

Organisasi kemahasiswaan menuntut kematangan emosional, tetapi tidak sedikit mahasiswa berprestasi akademik tetap bertindak reaktif, impulsif, atau agresif saat menghadapi provokasi dan perbedaan pendapat. Penelitian ini bertujuan menguji daya prediksi kecerdasan emosional terhadap kemampuan regulasi diri mahasiswa dalam menghadapi konflik sosial. Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain survei korelasional-prediktif potong lintang dengan sampel 150 mahasiswa aktif Universitas PGRI Yogyakarta yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data dihimpun menggunakan kuesioner swalapor berskala Likert yang memenuhi kriteria validitas butir ( $r = 0,439-0,711$ ), reliabilitas ( $\alpha = 0,917$  dan  $0,860$ ), dan kecocokan model faktor konfirmatori, lalu dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Secara deskriptif, kecerdasan emosional dan regulasi diri mahasiswa berada pada kategori sedang. Analisis inferensial menunjukkan bahwa kecerdasan emosional secara positif dan signifikan memprediksi regulasi diri ( $B = 0,405$ ; IK 95%  $[0,334; 0,476]$ ;  $t = 11,250$ ;  $p < 0,001$ ) dan

menjelaskan 46,1% variansinya ( $R^2 = 0,461$ ). Kecerdasan emosional dengan demikian merupakan prediktor yang berkaitan erat dengan regulasi diri mahasiswa, meskipun desain potong lintang dengan satu prediktor belum memungkinkan simpulan kausal maupun perbandingan dengan prediktor lain. Temuan ini mengisyaratkan bahwa materi kesadaran dan regulasi emosi layak dipertimbangkan dalam pembinaan organisasi kemahasiswaan, dengan catatan efektivitasnya perlu diuji melalui penelitian intervensi.

### ABSTRACT

*Student organizations demand emotional maturity, yet many academically high-achieving students still act reactively, impulsively, or aggressively when facing provocation and differences of opinion. This study aimed to examine the predictive power of emotional intelligence on students' self-regulation in dealing with social conflict. This quantitative study employed a cross-sectional correlational-predictive survey design with a sample of 150 active students of Universitas PGRI Yogyakarta selected through purposive sampling. Data were collected using Likert-type self-report questionnaires that met item validity ( $r = 0.439-0.711$ ), reliability ( $\alpha = 0.917$  and  $0.860$ ), and confirmatory factor model fit criteria and were analyzed using simple linear regression. Descriptively, students' emotional intelligence and self-regulation fall into the moderate category. Inferential analysis shows that emotional intelligence positively and significantly predicts self-regulation ( $B = 0.405$ ; 95% CI  $[0.334, 0.476]$ ;  $t = 11.250$ ;  $p < 0.001$ ) and explains 46.1% of its variance ( $R^2 = 0.461$ ). Emotional intelligence is therefore a predictor closely associated with students' self-regulation, although the cross-sectional, single-predictor design does not permit causal conclusions or comparisons with other predictors. These findings suggest that emotional awareness and regulation content merits consideration in student organization development programs, although its effectiveness should be tested through intervention research.*

\* Corresponding author.

E-mail addresses: [suprihartanto@upy.ac.id](mailto:suprihartanto@upy.ac.id)

---

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.

Copyright © 2026 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.



## 1. Pendahuluan

Interaksi sosial di lingkungan pendidikan tinggi tidak hanya menuntut kecakapan kognitif, tetapi juga kematangan dalam mengelola emosi, terutama ketika mahasiswa terlibat dalam kerja kolektif yang rawan perbedaan pendapat (Winardi et al., 2022). Urgensi pengendalian emosi dalam interaksi sosial mahasiswa saat ini telah menjadi titik krusial yang tidak dapat dipandang sebelah mata (Endah Palupi & Barus, 2024). Sebagai entitas akademik, mahasiswa senantiasa berinteraksi dalam ekosistem yang sangat heterogen, penuh dengan keragaman perspektif, latar belakang budaya, dan rentan terhadap gesekan interpersonal maupun kelompok. Tanpa adanya sistem kendali emosional yang solid dan terkalibrasi dengan baik, interaksi yang seharusnya bersifat dialektis, akademis, dan konstruktif dapat dengan cepat tereskalasi menjadi konflik sosial yang destruktif, baik di dalam ruang kelas maupun di lingkungan masyarakat luas.

### Latar Belakang Masalah

Realita di lapangan menunjukkan bahwa mahasiswa secara inheren dipersiapkan oleh institusi pendidikan tinggi untuk menjadi agen perubahan sosial (*agent of social change*), pendidik masa depan, hingga pengkaji masalah kewarganegaraan. Hal ini secara khusus berlaku bagi mereka yang berada di program studi yang bersinggungan langsung dengan masyarakat, seperti Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn), psikologi, maupun sosiologi. Dalam kapasitas tersebut, mahasiswa sering kali harus berhadapan langsung dengan dinamika, polarisasi, dan gesekan yang terjadi di tengah masyarakat maupun di dalam hierarki organisasi kampus (Endah Palupi & Barus, 2024). Menghadapi konflik sosial, baik yang bersumber dari perbedaan pandangan politik kampus, perebutan sumber daya organisasi, pengelolaan program kerja, hingga resolusi konflik antarwarga saat mahasiswa terjun langsung ke masyarakat (misalnya melalui program Kuliah Kerja Nyata atau proyek pengabdian sosial), membutuhkan kedewasaan emosional yang sangat tinggi (Winardi et al., 2022).

Tuntutan akademik yang tinggi, dikombinasikan dengan tekanan organisasional dan ekspektasi sosial, sering kali memicu kondisi stres akademik dan kelelahan mental yang signifikan (Syaifullah, 2024). Dalam kondisi tekanan yang konstan dan sulit dikendalikan, fungsi korteks prefrontal yang menopang penalaran, perencanaan, serta pengendalian pikiran, tindakan, dan emosi secara *top-down* cenderung melemah (Arnsten & Shanafelt, 2021). Kondisi ini membuat respons yang reaktif lebih mudah mengambil alih ketika individu menghadapi ancaman, termasuk ancaman sosial atau serangan terhadap harga diri. Akibatnya, mahasiswa sering kali merespons konflik bukan dengan argumen yang terstruktur, melainkan dengan agresi verbal, sikap defensif, atau sebaliknya, menarik diri secara total. Oleh karena itu, mahasiswa dan aktivis kampus dituntut untuk tidak hanya memahami teori resolusi konflik secara tekstual di atas kertas, tetapi juga mampu menginternalisasi nilai-nilai tersebut melalui stabilitas emosional agar dapat menengahi dan menyelesaikan konflik secara bijaksana dan berkelanjutan (Endah Palupi & Barus, 2024).

### Kesenjangan Penelitian (Research Gap)

Berdasarkan tinjauan literatur empiris yang mendalam, ditemukan sebuah kesenjangan penelitian (*research gap*) yang fundamental dalam kajian psikologi pendidikan dan sosial. Banyak mahasiswa memiliki capaian akademik yang tinggi, sebagaimana tercermin pada Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), serta kemampuan analitis yang tajam dalam membedah teori, namun tetap rentan bertindak reaktif, agresif, atau impulsif saat menghadapi perbedaan pendapat, provokasi rekan sebaya, atau tekanan birokrasi (Sembiring, 2025). IPK merupakan indikator capaian akademik yang dipengaruhi oleh banyak faktor, terutama kemampuan intelektual dan kesungguhan (*conscientiousness*), sehingga tidak dapat disamakan dengan ukuran kecerdasan intelektual atau *Intellectual Quotient* (IQ) (MacCann et al., 2020). Fenomena tersebut mengisyaratkan bahwa capaian akademik belum memadai untuk menjelaskan kemampuan

seseorang dalam mengelola konflik sosial, sehingga kecakapan emosional perlu ditelaah sebagai faktor tersendiri (Winardi et al., 2022).

Banyak penelitian terdahulu telah mengaitkan lemahnya regulasi diri dengan persoalan akademik mahasiswa, misalnya keterkaitan negatif antara regulasi diri dalam belajar dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menjalani program magang (Hazla et al., 2023). Kajian yang menghubungkan kecerdasan emosional dengan regulasi diri mahasiswa memang terus berkembang, tetapi fokusnya tersebar pada ranah yang berbeda. Albani et al. (2023) menelaah kaitan kecerdasan emosional bersifat *trait* dengan pembelajaran teregulasi diri mahasiswa, Syaifullah (2024) mengaitkan regulasi diri dan kecerdasan emosi dengan stres akademik, sedangkan Aulizalsini dan Rizal (2024) mengkaji kecerdasan emosional dan regulasi emosi pada mahasiswa yang bekerja. Pada konteks organisasi kemahasiswaan, Endah Palupi dan Barus (2024) menelisik kecerdasan emosional mahasiswa aktivis kampus, Sembiring (2025) menghubungkan kecerdasan emosional dengan efektivitas kepemimpinan mahasiswa, dan Dewitasari dan Raharjo (2026) menempatkan regulasi diri serta kecerdasan emosional sebagai prediktor kemampuan pemecahan masalah. Tinjauan sistematis Winardi et al. (2022) menegaskan keterkaitan kecerdasan emosional dengan pengelolaan konflik dalam berbagai konteks organisasi. Pemetaan tersebut memperlihatkan bahwa hubungan prediktif antara kecerdasan emosional dan regulasi diri dalam situasi konflik interpersonal di organisasi kemahasiswaan belum diuji secara langsung.

Secara teoretis, hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui model proses regulasi emosi yang menempatkan identifikasi kebutuhan untuk meregulasi emosi sebagai tahap awal sebelum strategi regulasi dipilih dan dijalankan (McRae & Gross, 2020). Kemampuan mengenali dan memahami emosi, yang menjadi inti kecerdasan emosional, berpotensi menentukan ketepatan tahap identifikasi tersebut, sehingga regulasi emosi dipandang sebagai salah satu jalur yang menghubungkan kecerdasan emosional dengan perilaku adaptif (Mestre et al., 2016). Atas dasar itu, penelitian ini menguji sejauh mana kecerdasan emosional memprediksi kemampuan regulasi diri mahasiswa dalam situasi konflik sosial organisasi.

### **Definisi Konseptual (Integrasi Teori)**

Untuk membedah fenomena interaksi sosial dan manajemen konflik ini secara presisi, analisis ini mengintegrasikan dua konstruk psikologis utama yang saling beririsan secara neurobiologis dan perilaku.

**Kecerdasan Emosional / *Emotional Intelligence* (Variabel X)** Kecerdasan emosional didefinisikan secara konseptual sebagai kemampuan fundamental mahasiswa dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosinya sendiri secara sadar, serta kapasitas untuk berempati secara mendalam terhadap emosi dan motif pihak lain yang sedang berkonflik (Winardi et al., 2022). Konstruk ini berakar pada kemampuan individu untuk memproses informasi emosional dan menggunakannya sebagai kompas dalam menavigasi lingkungan sosial.

Merujuk pada kerangka teoretis campuran (*mixed model*) yang dipopulerkan oleh Daniel Goleman, kecerdasan emosional tidak bersifat homogen atau tunggal, melainkan merupakan integrasi dinamis dari lima dimensi utama: (1) kesadaran diri (*self-awareness*) untuk mengenali *mood* secara presisi; (2) pengaturan diri (*self-management*) dalam menunda gratifikasi dan mengontrol impuls; (3) motivasi internal untuk mencapai tujuan melampaui ekspektasi eksternal; (4) empati untuk membaca perasaan tak terucap dari orang lain; dan (5) keterampilan sosial (*social skills*) guna membangun jejaring dan memandu emosi orang lain (O'Connor et al., 2019).

Sebagai perbandingan, model kemampuan (*ability model*) dari Mayer dan Salovey juga menegaskan bahwa kecerdasan emosional beroperasi pada ranah persepsi, asimilasi kognitif, pemahaman, dan manajemen emosi (Mayer et al., 2016). Dalam konteks konflik sosial di kampus, mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi memiliki kepekaan tajam untuk memetakan intensitas emosi di suatu ruangan diskusi, mengidentifikasi niat atau frustrasi tersembunyi dari lawan bicaranya (*social-awareness*), dan memanipulasi informasi afektif tersebut secara rasional untuk memandu pemikiran, pengambilan keputusan, dan tindakan yang resolatif (Mayer et al., 2016).

**Regulasi Diri / Self-regulation (Variabel Y)** Regulasi diri merupakan wujud nyata dan manifestasi perilaku operasional (*behavioral manifestation*) dari kecerdasan emosional. Variabel ini didefinisikan sebagai eksekusi kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan atau impuls negatif, secara aktif menenangkan diri, dan mempertahankan kejernihan berpikir di bawah tekanan konflik sosial yang eskalatif (McRae & Gross, 2020).

Untuk memahami mekanisme ini, penelitian mengintegrasikan dua grand theory. Pertama, Teori Kognitif Sosial (*Social Cognitive Theory*) dari Albert Bandura, yang mempostulatkan bahwa regulasi diri adalah proses proaktif dan berkesinambungan yang mencakup tiga fase siklikal: observasi diri (*self-observation*) terhadap perilaku dan determinan kognitif, proses penilaian (*judgmental process*) yang membandingkan performa dengan standar personal, dan reaksi diri (*self-reaction*) kognitif maupun afektif terhadap evaluasi tersebut (Schunk & DiBenedetto, 2020).

Kedua, perspektif model proses regulasi emosi (*Process Model of Emotion Regulation*) dari James Gross, yang melengkapi definisi regulasi diri melalui strategi intervensi emosi spesifik (McRae & Gross, 2020). Gross membedakannya menjadi strategi *antecedent-focused* seperti penilaian ulang kognitif (*cognitive reappraisal*), yakni kemampuan radikal untuk mengubah cara pandang dan pemaknaan terhadap situasi konflik (misalnya, melihat debat yang memanas bukan sebagai serangan pribadi, melainkan dialektika ide), dan strategi *response-focused* seperti penekanan ekspresi (*expressive suppression*), yang secara harfiah menahan respons emosional fisik agar tidak meledak (McRae & Gross, 2020). Secara keseluruhan, regulasi diri bertindak sebagai rem kognitif yang memungkinkan mahasiswa untuk menahan diri dari melontarkan agresi verbal saat diprovokasi dan secara proaktif mencari titik temu dalam penyelesaian konflik (Winardi et al., 2022).

### **Tujuan dan Hipotesis**

Berdasarkan rasionalisasi permasalahan dan landasan konseptual teoretis di atas, penelitian kuantitatif ini dibangun dengan tujuan dan hipotesis sebagai berikut:

**Tujuan:** Menguji secara empiris daya prediksi tingkat kecerdasan emosional terhadap kemampuan regulasi diri mahasiswa dalam situasi konflik sosial dan tekanan organisasional, sekaligus menakar besaran variansi regulasi diri yang dapat dijelaskan oleh kecerdasan emosional (*effect size*).

**Hipotesis:** Tingkat kecerdasan emosional (Variabel X) secara positif dan signifikan memprediksi kemampuan regulasi diri (Variabel Y) mahasiswa dalam menghadapi konflik sosial. Secara operasional, mahasiswa dengan skor kecerdasan emosional yang lebih tinggi diharapkan menunjukkan skor kemampuan regulasi diri yang lebih tinggi pula. Hipotesis ini bersifat asosiatif-prediktif dan tidak dimaksudkan untuk menegaskan hubungan sebab-akibat, mengingat desain penelitian yang digunakan bersifat non-eksperimental.

## **2. Metode**

Bagian ini berfokus pada dekonstruksi detail teknis metodologis, desain instrumen, hingga arsitektur rekayasa data (*data engineering*) yang digunakan untuk menerjemahkan kedua variabel psikologis laten tersebut menjadi metrik data yang bersifat empiris, terukur secara kuantitatif, dan siap diproses dalam permodelan statistik tingkat lanjut.

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deduktif dengan desain survei korelasional-prediktif potong lintang (*cross-sectional correlational survey*). Desain ini dipilih karena tujuan penelitian adalah menguji hubungan prediktif antarvariabel yang diturunkan dari teori melalui pengujian parameter statistik, bukan memanipulasi variabel (Creswell & Creswell, 2018). Seluruh data dihimpun pada satu titik waktu tanpa perlakuan maupun kontrol eksperimental, sehingga desain ini tidak dimaksudkan untuk menegaskan hubungan sebab-akibat (Rohrer, 2018). Istilah pengaruh dalam naskah ini karena itu dimaknai sebagai pengaruh prediktif secara statistik, yakni sejauh mana variasi skor kecerdasan emosional dapat menjelaskan variasi skor regulasi diri.

### **Populasi dan Sampel**

**Populasi:** Populasi target (*target population*) dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif yang terdaftar di Universitas PGRI Yogyakarta (UPY) pada semester ganjil tahun

akademik 2025/2026, yaitu sebanyak 10.598 mahasiswa berdasarkan data Pangkalan Data Pendidikan Tinggi atau PDDikti (Sugiyono, 2019). Pemilihan UPY didasarkan pada pertimbangan bahwa institusi ini secara historis berorientasi pada bidang pendidikan, keguruan, dan keilmuan sosial-humaniora serta memiliki kehidupan kelembagaan kemahasiswaan yang dinamis, sehingga relevan sebagai konteks untuk menelaah pengelolaan konflik dalam organisasi mahasiswa.

**Teknik Sampel:** Mengingat tidak semua mahasiswa memiliki pengalaman berorganisasi atau terekspos pada konflik sosial dengan intensitas yang setara, teknik pengambilan sampel acak sederhana (*simple random sampling*) akan berisiko menghasilkan *noise* data dari responden yang apatis. Oleh karena itu, teknik sampel yang diaplikasikan adalah *Purposive Sampling* (Sugiyono, 2019). Metode ini memastikan penentuan sampel (*sample frame*) dilakukan berdasarkan pertimbangan keahlian dan kriteria inklusi yang ditetapkan secara ketat, guna menjamin bahwa unit analisis memiliki kedalaman pengalaman yang selaras dengan tujuan pengujian.

Untuk menjaga integritas dan heterogenitas data, kriteria inklusi dirancang dengan justifikasi metodologis berikut:

| Kriteria Inklusi Sampel (Purposive)    | Justifikasi dan Rasionalisasi Metodologis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Status Akademik Aktif di Kampus        | Memastikan responden berstatus aktif secara <i>de facto</i> dan saat ini sedang berhadapan langsung dengan iklim akademik, tuntutan kurikulum, serta <i>peer pressure</i> di Universitas PGRI Yogyakarta secara <i>real-time</i> .                                                                                                                                                   |
| Keterlibatan Organisasional            | Diwajibkan pernah atau sedang menjabat dalam struktur kepanitiaan inti ( <i>steering/organizing committee</i> ), Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM), Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS), Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), atau unit kegiatan proyek sosial masyarakat. Organisasi adalah inkubator konflik yang melatih kepemimpinan dan manajemen ego (Dewitasari & Raharjo, 2026). |
| Riwayat Eksposur Konflik Interpersonal | Memiliki rekam jejak empiris berinteraksi dalam tim kerja lintas disiplin (lintas fakultas) atau program eksternal yang rawan terhadap dinamika perbedaan pendapat ( <i>task conflict</i> ) maupun gesekan interpersonal ( <i>relationship conflict</i> ) (Boroş, 2020).                                                                                                             |
| Masa Studi (Semester Kritis)           | Mahasiswa minimal harus berada pada semester 3 (tahun kedua). Pada fase ini, mahasiswa diasumsikan telah melampaui proses transisi <i>culture shock</i> awal, dan mulai dibebani oleh fungsi serta ekspektasi peran sosial yang lebih kompleks, baik secara akademis maupun keorganisasian (Nurmawati et al., 2023).                                                                 |

Melalui kriteria filtrasi di atas, kerangka instrumen dipastikan hanya akan direspons oleh subjek yang benar-benar memiliki basis realitas empiris terkait tekanan konflik. Hal ini mengeliminasi risiko respons imajiner (*hypothetical responding*) yang kerap mengancam validitas konstruk pada survei psikologis mahasiswa secara umum (Endah Palupi & Barus, 2024).

Perekrutan responden dilakukan secara daring pada September 2025, bertepatan dengan semester ganjil tahun akademik 2025/2026, menggunakan formulir Google Forms. Tautan formulir disebarkan melalui jaringan komunikasi Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) dan Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS), kemudian diteruskan oleh pengurus kedua organisasi tersebut ke grup Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), kepanitiaan inti kegiatan, dan proyek sosial, sehingga responden juga berasal dari ketiga wadah tersebut. Bagian awal formulir memuat penjelasan penelitian, pernyataan kesediaan berpartisipasi, dan pertanyaan penyaring yang mewakili keempat kriteria inklusi. Tidak terdapat respons yang gugur pada tahap

penyaringan, sehingga seluruh 150 responden yang terhimpun memenuhi keempat kriteria tersebut sekaligus. Pada kriteria masa studi, responden tersebar pada semester 3 ( $n = 37$ ), semester 5 ( $n = 48$ ), semester 7 ( $n = 32$ ), dan di atas semester 8 ( $n = 33$ ); pada kriteria keterlibatan organisasional, responden berasal dari BEM ( $n = 22$ ), HMPS ( $n = 31$ ), UKM ( $n = 25$ ), kepanitiaan inti kegiatan ( $n = 35$ ), serta proyek sosial atau pengabdian masyarakat ( $n = 37$ ); sedangkan pada kriteria eksposur konflik, 77 responden pernah tetapi jarang dan 73 responden cukup sering mengalami gesekan interpersonal (lihat Tabel 1).

Penentuan ukuran sampel tidak didasarkan pada rumus proporsi populasi seperti rumus Slovin, karena 150 responden tidak diambil secara acak dari seluruh 10.598 mahasiswa aktif, melainkan dipilih secara *purposive* dari mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi. Tujuan analisis penelitian ini juga bukan menaksir proporsi atau rerata populasi, melainkan menguji parameter regresi, sehingga kecukupan sampel ditentukan melalui analisis daya statistik menggunakan G\*Power untuk regresi linear dengan satu prediktor (Kang, 2021). Dengan asumsi ukuran efek sedang  $f^2 = 0,15$ , taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ , dan daya uji 0,95, jumlah sampel minimum yang dibutuhkan adalah 89 responden. Ukuran sampel sebesar 150 responden karena itu telah melampaui batas minimum tersebut dan memberikan daya uji lebih dari 0,99 untuk mendeteksi efek berukuran sedang. Mengingat *purposive sampling* merupakan teknik nonprobabilitas dan tautan kuesioner menyebar secara berantai melalui jaringan organisasi, temuan penelitian ini menggambarkan kelompok mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak dapat digeneralisasikan secara statistik kepada seluruh 10.598 mahasiswa aktif UPY maupun kepada komposisi keanggotaan organisasi tertentu.

#### **Instrumen Pengumpulan Data**

Data primer diekstraksi menggunakan kuesioner psikologis swalapor (*self-report psychological questionnaire*) berskala Likert tertutup yang didistribusikan secara daring. Pendekatan skala Likert digunakan secara luas dalam psikometri sosial karena kemampuannya memetakan sikap, persepsi kognitif, dan persetujuan afektif responden terhadap skenario atau pernyataan psikologis melalui rentang gradasi interval yang simetris (misalnya: 1 = Sangat Tidak Setuju, hingga 5 = Sangat Setuju). Transformasi dari opini kualitatif ke interval numerik ini memungkinkan kuantifikasi matematis atas abstraksi fenomena emosional (Jebb et al., 2021).

Penggunaan laporan diri dari sumber dan waktu yang sama untuk mengukur kedua variabel berpotensi menimbulkan bias metode umum (*common method bias*), yakni varians sistematis yang bersumber dari metode pengukuran alih-alih dari konstruk yang diukur (Kock et al., 2021). Potensi bias tersebut diantisipasi melalui pengendalian prosedural, yaitu penegasan kerahasiaan jawaban dan penyertaan butir yang dirumuskan tidak searah. Pengendalian prosedural tersebut dilengkapi dengan pengujian statistik melalui uji faktor tunggal Harman dan perbandingan model faktor konfirmatori. Kedua cara itu tidak menghapus kemungkinan bias metode umum sepenuhnya, sehingga besaran hubungan antarvariabel tetap ditafsirkan secara hati-hati dan keterbatasan ini dibahas kembali pada bagian keterbatasan penelitian.

**Instrumen Variabel X (Kecerdasan Emosional):** Skala kecerdasan emosional disusun oleh peneliti dan bukan merupakan terjemahan atau adaptasi langsung dari skala baku tertentu. Penyusunannya berangkat dari definisi konstruk yang diturunkan dari lima dimensi model campuran kecerdasan emosional yang dipopulerkan Goleman (O'Connor et al., 2019), kemudian dijabarkan menjadi kisi-kisi berisi lima sub-dimensi dengan masing-masing empat butir, sehingga skala terdiri atas 20 butir (Jebb et al., 2021). Sub-dimensi operasional tersebut adalah sebagai berikut:

1. **Kesadaran Diri (Self-awareness):** Mengukur ketajaman introspektif mahasiswa dalam mengenali fluktuasi *mood* mereka secara *real-time* dan kemampuan melokalisasi pemicu kognitif (*cognitive triggers*) yang melahirkan emosi negatif saat debat mulai memanas (O'Connor et al., 2019).
2. **Manajemen Diri (Self-management):** Menguji persistensi responden dalam memelihara standar objektivitas, fleksibilitas emosi, dan kejujuran intelektual meskipun berada di bawah agresi atau provokasi pihak lawan (Winardi et al., 2022).

3. **Motivasi Diri (*Self-motivation*):** Kemampuan meresiliensi diri sendiri dari kegagalan mediasi atau penolakan ide, dan menggunakan optimisme tersebut untuk terus memfasilitasi rekonsiliasi (O'Connor et al., 2019).
4. **Empati Sosial (*Social Awareness*):** Menilai seberapa presisi mahasiswa mampu memecahkan kode komunikasi non-verbal (bahasa tubuh, intonasi suara, mikro-ekspresi) dari rekan yang berkonflik, serta melakukan validasi empati terhadap beban emosi orang lain (Mayer et al., 2016).
5. **Manajemen Relasi (*Relationship Management*):** Keterampilan aktif dalam teknik de-eskalasi, mediasi, negosiasi yang menguntungkan kedua belah pihak (*integrating conflict handling style*), dan kemampuan menyampaikan kritik secara asertif tanpa menyentuh spektrum agresi verbal (Winardi et al., 2022).

**Instrumen Variabel Y (Regulasi Diri):** Skala regulasi diri (*self-regulation scale*) juga disusun oleh peneliti dengan merujuk pada dua kerangka yang saling melengkapi. Perspektif kognitif sosial Bandura memandang regulasi diri sebagai siklus observasi diri, penilaian diri, dan reaksi diri yang mengarahkan perilaku secara umum (Schunk & DiBenedetto, 2020), sedangkan model proses Gross merinci strategi spesifik yang digunakan individu untuk mengendalikan respons emosionalnya, terutama penilaian ulang kognitif dan penekanan ekspresi (McRae & Gross, 2020). Regulasi emosi dalam penelitian ini diperlakukan sebagai bagian dari regulasi diri yang lebih luas, sehingga kedua kerangka dipadukan untuk menangkap komponen afektif, yakni pengendalian dorongan dan respons emosional, sekaligus komponen kognitif-evaluatif, yakni penilaian ulang dan reaksi diri dalam situasi konflik. Butir-butir skala ini tidak diambil langsung dari *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ), tetapi dirumuskan dalam konteks konflik organisasi dengan mengacu pada dua strategi yang diukur ERQ (Preece et al., 2020). Kisi-kisi skala terdiri atas tiga sub-dimensi dengan masing-masing empat butir, sehingga skala terdiri atas 12 butir. Indikator spesifik meliputi:

1. **Kontrol Impuls (*Impulse Control / Expressive Suppression*):** Kemampuan volisional (kemauan) untuk meredam dorongan reaktif seketika di ruang publik (Lokita et al., 2021). Indikator ini memotret skenario saat mahasiswa secara sadar menahan luapan amarah fisik atau dorongan untuk membalas argumentasi personal secara destruktif di tengah rapat yang tidak kondusif (McRae & Gross, 2020).
2. **Penilaian Ulang Kognitif (*Cognitive Reappraisal*):** Merupakan pilar utama dari mekanisme adaptif Gross. Diukur melalui kecenderungan mahasiswa untuk merekonstruksi dan mendaur ulang makna psikologis dari suatu konflik; mengubah framing situasi (contohnya, melihat perdebatan tajam dari dosen atau rekan bukan sebagai serangan *ad hominem* terhadap ego, melainkan sebagai dialektika untuk mematangkan ide) (McRae & Gross, 2020).
3. **Adaptabilitas dan Reaksi Diri (*Self-reaction & Adaptability*):** Kemampuan keluwesan untuk mengkalibrasi ulang perilaku berdasarkan pengamatan dan evaluasi (*self-judgment*) terhadap dampak tindakan mereka sendiri (Schunk & DiBenedetto, 2020). Termasuk fleksibilitas untuk menerima konsensus kelompok secara lapang dada pasca-konflik, serta tidak memendam dendam yang mengganggu stabilitas akademik (McRae & Gross, 2020).

Seluruh butir (*item*) pernyataan dalam kuesioner diformulasikan menggunakan bahasa Indonesia baku namun kontekstual (*situational judgment format*), secara spesifik menggambarkan skenario konflik sosial organik yang sangat relevan dengan keseharian operasional organisasi mahasiswa.

Penelitian ini tidak melakukan uji validitas isi melalui penilaian ahli secara formal. Kesesuaian isi butir diupayakan melalui penyusunan kisi-kisi yang menurunkan setiap butir langsung dari definisi operasional sub-dimensinya, sedangkan bukti validitas dan reliabilitas empiris kedua skala, yang meliputi korelasi butir-total, koefisien Cronbach's Alpha, dan analisis faktor konfirmatori, dilaporkan pada bagian hasil. Ketiadaan penilaian ahli diakui sebagai keterbatasan penelitian.

#### **Manajemen dan Ekstraksi Data (Data Cleaning)**

Data mentah yang diekspor dari Google Forms ke format *Comma-Separated Values* (CSV) berpotensi memuat entri ganda, nilai kosong, dan inkonsistensi penulisan, terutama akibat pengisian melalui perangkat seluler (Ilyas & Chu, 2019). Data tersebut karena itu dibersihkan secara komputasional menggunakan bahasa pemrograman Python sebelum dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics (McKinney, 2022).

**Pembersihan Data Berbasis Python dan Pustaka Pandas:** Data dimuat ke dalam *DataFrame* pada pustaka *pandas* menggunakan metode `pd.read_csv()`, kemudian dibersihkan melalui langkah-langkah berikut:

1. **Deduplikasi dan Penanganan *Missing Values*:** Fungsi `.drop_duplicates()` digunakan untuk mendeteksi entri ganda, yaitu baris yang memiliki pola jawaban identik pada seluruh butir beserta data demografis yang sama, misalnya akibat responden menekan tombol *submit* lebih dari sekali; entri ganda dihapus dan hanya entri pertama yang dipertahankan. Pemeriksaan nilai kosong (*Null* atau *NaN*) kemudian dilakukan dengan dua kriteria, yaitu (1) responden dengan nilai kosong pada lebih dari 10% butir dalam salah satu skala dikeluarkan dari analisis (*listwise deletion*), dan (2) nilai kosong pada tidak lebih dari 10% butir diimputasi menggunakan rerata skor butir lain milik responden yang sama pada sub-dimensi yang sama (*person-mean imputation*) (Ilyas & Chu, 2019; Van Buuren, 2018). Setelah prosedur tersebut diterapkan, tidak terdapat responden yang dikeluarkan maupun nilai yang diimputasi karena tidak ditemukan nilai kosong, sehingga 150 respons dianalisis secara utuh.
2. **Pemrosesan String dengan Regular Expression (Regex):** Isian semi-terbuka, seperti program studi dan jabatan organisasi, dinormalisasi menggunakan modul *re* (*regular expression*) untuk menghapus spasi berlebih dan tautan yang tidak sengaja terketik serta menyeragamkan kapitalisasi, sehingga pengelompokan demografis tetap akurat (Ilyas & Chu, 2019; McKinney, 2022).
3. **Transformasi dan *Encoding* Skala Likert:** Label jawaban ("Sangat Tidak Setuju", "Tidak Setuju", "Netral", "Setuju", "Sangat Setuju") dikodekan menjadi skor 1 sampai 5 menggunakan metode `.map()` berbasis kamus (*dictionary mapping*) pada pustaka *pandas* (McKinney, 2022). Skor pada sepuluh butir yang dirumuskan tidak searah, yaitu X1.3, X1.6, X1.8, X1.10, X1.15, X1.20, Y.2, Y.4, Y.8, dan Y.12, kemudian dibalik (6 dikurangi skor awal) sehingga skor yang lebih tinggi pada seluruh butir menunjukkan tingkat konstruk yang lebih tinggi.

**Validasi Struktur Instrumen: Pencegahan Integritas Array (*Multiple-choice vs Checkbox*):** Seluruh butir dikonfigurasi sebagai pilihan ganda tunggal (*radio button*) sehingga responden hanya dapat memilih satu jawaban pada setiap butir (Jebb et al., 2021). Konfigurasi ini mencegah munculnya sel berisi lebih dari satu jawaban, yang dapat terjadi apabila butir dikonfigurasi sebagai kotak centang (*checkbox*) dan menggeser susunan kolom pada berkas CSV (Ilyas & Chu, 2019).

Skrip Python juga menandai sel yang memuat lebih dari satu jawaban melalui kondisi (`len(array) > 1`), sehingga setiap sel dipastikan hanya memuat satu nilai dan struktur data tetap berbentuk matriks dua dimensi yang utuh (McKinney, 2022).

| Fase Komputasi (Python Pipeline) | Pustaka/Modul (Library) | Fungsi Makro dalam Rekayasa Survei Kuantitatif                                                                       |
|----------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Data Ingestion                   | <i>pandas</i>           | Migrasi raw CSV dari ekosistem cloud (Google Sheets/Forms) menuju <i>DataFrame</i> memori RAM untuk inspeksi massal. |
| Text Sanitization                | <i>re</i> (Regex)       | Mendeteksi pola <i>string</i> anomali, eliminasi <i>noise</i> tipografis, normalisasi kapitalisasi data demografi.   |

|                               |                             |                                                                                                                                  |
|-------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Structural Validation</b>  | pandas, numpy               | Pencegahan kerusakan <i>delimiter</i> CSV akibat anomali <i>checkbox</i> (melacak <i>list/array</i> pada indeks Likert).         |
| <b>Lexical Transformation</b> | pandas (.map(), .replace()) | <i>Encoding</i> representasi linguistik ordinal (teks) menjadi representasi aljabar skalar numerik.                              |
| <b>Matrix Export</b>          | pandas (.to_csv())          | Menghasilkan korpus <i>dataset</i> bersih, terstandarisasi, dan siap baca untuk utilitas uji regresi <i>software</i> parametrik. |

### Teknik Analisis Data

Setelah tahapan pemurnian basis data selesai dieksekusi secara algoritmik, *dataset* mahasiswa yang bersih menjalani serangkaian uji kuantitatif komprehensif. Arsitektur proses analisis data dirancang secara berjenjang (*hierarchical analysis*) mulai dari validasi instrumen, konfirmasi asumsi probabilistik, hingga pengujian hipotesis (Hair et al., 2019).

**1. Uji Kualitas Data (Kelayakan Instrumen Psikologis):** Sebelum hipotesis model regresi dapat dipercaya, validitas dan reliabilitas instrumen pengukuran psikologis menjadi gerbang pengujian pertama (Hair et al., 2019).

- **Uji Validitas Butir:** Dilakukan untuk memverifikasi secara empiris bahwa setiap butir pernyataan (*item*) pada kuesioner *Emotional Intelligence* maupun *Self-regulation* selaras dengan skor total skalanya (Ghozali, 2018). Teknik korelasi *Pearson Product-Moment* (korelasi bivariat) diaplikasikan dengan menghitung rasio kovarians tiap skor *item* dengan skor total konstruk. Suatu *item* dinyatakan valid secara operasional apabila angka korelasinya positif dan memiliki probabilitas signifikansi yang berada di bawah ambang batas penolakan ( $p < 0,05$ ) (Ghozali, 2018). Jika *item* dinyatakan gugur (tidak berkorelasi bermakna), *item* tersebut direduksi dari analisis lanjutan. Pengujian ini memberikan bukti validitas pada tingkat butir dan belum menguji struktur konstruk secara menyeluruh.
- **Uji Reliabilitas (Konsistensi Internal):** Reliabilitas mengukur tingkat kekebalan instrumen terhadap fluktuasi acak, atau sejauh mana alat ukur ini stabil dan konsisten apabila diujikan berulang kali dalam kondisi yang serupa. Pengujian ini difasilitasi oleh algoritma *Cronbach's Alpha* ( $\alpha$ ). Skala instrumen psikologis, khususnya mengenai emosi yang rentan bias subjektivitas, dianggap memiliki derajat konsistensi internal yang tangguh (*excellent/good internal consistency*) apabila kalkulasi nilai parameter  $\alpha \geq 0,70$  (Taber, 2018).
- **Analisis Faktor Konfirmatori:** Struktur pengukuran kedua skala diuji dengan estimasi *maximum likelihood*, dan butir Likert diperlakukan sebagai variabel kontinu (Robitzsch, 2020). Kecocokan model mengacu pada CFI dan TLI  $\geq 0,95$ , RMSEA  $\leq 0,07$ , serta SRMR  $\leq 0,08$ , sedangkan validitas konvergen mengacu pada reliabilitas komposit (CR  $\geq 0,70$ ) dan *average variance extracted* (AVE  $\geq 0,50$ ) (Hair et al., 2019). Model sub-dimensi dibandingkan dengan model satu faktor melalui uji beda  $\chi^2$ .
- **Uji Validitas Diskriminan:** Keterpisahan kedua konstruk dinilai melalui perbandingan model dua konstruk dengan model satu faktor, rasio *heterotrait-monotrait* (HTMT), dan interval kepercayaan 95% *bootstrap* korelasi laten. Batas atas interval di bawah 0,80 ditafsirkan tidak bermasalah, sedangkan rentang 0,80 sampai 0,90 ditafsirkan sebagai masalah marginal (Rönkkö & Cho, 2022).
- **Uji Bias Metode Umum:** Uji faktor tunggal Harman dilakukan melalui analisis komponen utama tanpa rotasi terhadap 32 butir, dan bias dinyatakan tidak dominan apabila faktor pertama menjelaskan kurang dari 50% variansi total (Kock et al., 2021).

**2. Uji Asumsi Klasik:** Pemodelan statistika parametrik (seperti Regresi Linear OLS) menetapkan prasyarat yang ketat mengenai karakteristik distribusi *dataset* agar estimasi yang dihasilkan tidak bias (*Best Linear Unbiased Estimator* / BLUE).

- **Uji Normalitas:** Berfungsi krusial untuk mengevaluasi dan membuktikan bahwa distribusi nilai residual populasi sampel mahasiswa berpusat membentuk kurva simetris Gaussian (*bell curve normal distribution*). Pemeriksaan parameter dispersi ini dieksekusi menggunakan uji non-parametrik *Kolmogorov-Smirnov* (K-S). Konfirmasi sebaran data dinyatakan mengikuti asumsi normalitas murni apabila keluaran nilai asimtotik signifikansi dua arah lebih besar dari batas deviasi 0,05 ( $p > 0,05$ ) (Ghozali, 2018). Keberadaan normalitas sangat esensial karena variabel kecerdasan emosional pada usia kedewasaan awal umumnya berkumpul pada rata-rata terpusat, bukan pada ekstrem.
- **Uji Linearitas:** Diagnosis linearitas ditujukan untuk mendeteksi apakah fungsi spesifikasi model pertautan antara EQ (X) dan regulasi diri (Y) sejajar dan bergerak searah dalam satu garis linear konseptual. Verifikasi data dinyatakan memenuhi asumsi linear apabila prosedur *Analysis of Variance* (ANOVA) untuk kriteria *Deviation from Linearity* (penyimpangan linear) menghasilkan nilai probabilitas signifikansi di atas ambang ( $p > 0,05$ ). Hasil ini akan melegitimasi bahwa penggunaan persamaan garis lurus adalah rumusan matematis yang tepat untuk menafsirkan perilaku model regresi (Ghozali, 2018).
- **Uji Heteroskedastisitas:** Homogenitas varians residual diperiksa menggunakan uji Glejser, yaitu dengan meregresikan nilai mutlak residual terhadap variabel bebas. Asumsi homoskedastisitas dinyatakan terpenuhi apabila koefisien regresi pada model tersebut tidak signifikan ( $p > 0,05$ ), yang berarti besar kecilnya galat prediksi tidak bergantung pada tinggi rendahnya skor variabel bebas (Ghozali, 2018).

**3. Uji Hipotesis (Model Analisis Regresi Linear Sederhana):** Analisis penelitian ini memuncak pada pemodelan regresi linear sederhana untuk menguji arah, signifikansi, dan besaran pengaruh prediktif *Emotional Intelligence* terhadap *Self-regulation*. Persamaan dasar regresi linear sederhana dirumuskan sebagai:

$$Y = \alpha + \beta X + \epsilon$$

Di mana representasi varians  $Y$  adalah variabel dependen Regulasi Diri, komponen  $\alpha$  merupakan titik perpotongan (*intercept*) atau nilai konstanta, elemen  $\beta$  (*beta weight*) melambangkan koefisien derajat kemiringan regresi dari Kecerdasan Emosional ( $X$ ), serta parameter  $\epsilon$  bertindak selaku *error term* yang merangkum intervensi variabel eksternal di luar model pengujian (Sugiyono, 2019).

- **Uji t (Signifikansi Parameter Parsial):** Bobot signifikansi dan vitalitas koefisien regresi ( $\beta$ ) dikonfirmasi validitas statistiknya menggunakan instrumen Uji t. Hipotesis nol ( $H_0$ ), yang berasumsi tidak adanya pengaruh apa pun, secara resmi akan ditolak apabila kalkulasi nilai  $t_{hitung}$  secara empiris mengungguli nilai tabel komparatif ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ), atau ekuivalen dengan  $p$ -value yang lebih kecil dari margin toleransi galat dasar ( $p < 0,05$ ) (Ghozali, 2018). Penolakan  $H_0$  menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional secara signifikan memprediksi kemampuan regulasi diri mahasiswa Universitas PGRI Yogyakarta dalam situasi konflik sosial. Koefisien yang bertanda positif menunjukkan hubungan yang searah, yaitu skor  $X$  yang lebih tinggi diasosiasikan dengan skor  $Y$  yang lebih tinggi (Dewitasari & Raharjo, 2026).
- **Koefisien Determinasi ( $R^2$ ):** Keseluruhan evaluasi efek struktural akan diverifikasi kekuatannya (*effect size assessment*) oleh ukuran ketepatan model regresi, yaitu nilai  $R$ -Square ( $R^2$ ) dan *Adjusted R-Square*. Parameter absolut ini mengkalkulasi proporsi fraksional varians pada metrik kemampuan regulasi diri ( $Y$ ) yang dapat dijelaskan secara statistik oleh variasi kecerdasan emosional ( $X$ ) (Ghozali, 2018). Sebagai ilustrasi operasional, apabila prosedur komputasi regresi membuahkan temuan parameter tertentu, rasio tersebut mengindikasikan besaran sumbangan kecerdasan emosional terhadap keberhasilan eksekusi regulasi diri mahasiswa (Dewitasari & Raharjo, 2026). Persentase komplementernya merupakan variansi yang tidak ter jelaskan oleh model, yang dapat mencakup pengaruh variabel lain yang tidak diukur, kesalahan pengukuran, maupun variasi acak, sehingga tidak dapat diatribusikan secara pasti kepada faktor

tertentu. Besaran efek ditafsirkan menggunakan pedoman empiris bagi penelitian perbedaan individual yang menempatkan koefisien korelasi sebesar 0,10, 0,20, dan 0,30 berturut-turut sebagai efek yang relatif kecil, tipikal, dan relatif besar (Gignac & Szodorai, 2016), dengan catatan bahwa efek yang sangat besar dalam penelitian psikologi perlu ditafsirkan secara hati-hati (Funder & Ozer, 2019).

### 3. Hasil dan pembahasan

Data penelitian dihimpun dari 150 mahasiswa Universitas PGRI Yogyakarta yang memenuhi seluruh kriteria inklusi purposive. Tidak ditemukan satu pun kasus hilang, sehingga keseluruhan 150 respons (100%) diikutsertakan dalam analisis. Penyajian hasil disusun menurut empat tahapan sebagaimana dirancang pada bagian metode, yakni pengujian kualitas instrumen, deskripsi variabel, pengujian asumsi klasik, dan pengujian hipotesis melalui regresi linear sederhana.

#### A. Deskripsi Responden

Seluruh 150 responden yang terjaring memenuhi kriteria inklusi purposive yang ditetapkan pada bagian metode. Setiap responden menyatakan kesediaan berpartisipasi, berstatus mahasiswa aktif, sedang menempuh minimal semester ketiga, terlibat dalam sekurang-kurangnya satu wadah organisasi kemahasiswaan, serta pernah menghadapi perbedaan pendapat atau gesekan interpersonal di dalam tim kerja organisasi. Tidak ditemukan satu pun kasus hilang maupun respons yang gugur pada tahap penyaringan.

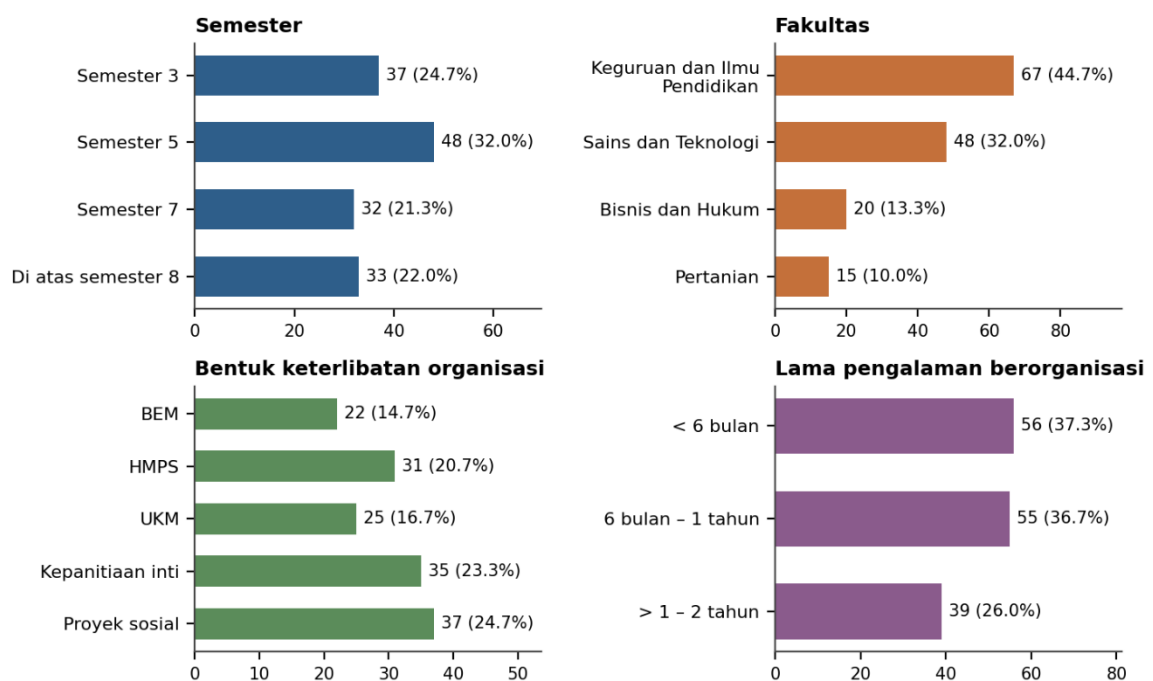
**Tabel 1**

*Karakteristik Demografis Responden (N = 150)*

| Karakteristik                  | Kategori                                | f   | %    |
|--------------------------------|-----------------------------------------|-----|------|
| Jenis kelamin                  | Laki-laki                               | 80  | 53,3 |
|                                | Perempuan                               | 70  | 46,7 |
| Semester                       | Semester 3                              | 37  | 24,7 |
|                                | Semester 5                              | 48  | 32,0 |
|                                | Semester 7                              | 32  | 21,3 |
|                                | Di atas semester 8                      | 33  | 22,0 |
| Fakultas                       | Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)     | 67  | 44,7 |
|                                | Sains dan Teknologi                     | 48  | 32,0 |
|                                | Bisnis dan Hukum                        | 20  | 13,3 |
|                                | Pertanian                               | 15  | 10,0 |
| Jenjang studi                  | Sarjana (S1)                            | 123 | 82,0 |
|                                | Sarjana Terapan (D4)                    | 8   | 5,3  |
|                                | Magister (S2)                           | 19  | 12,7 |
| Bentuk keterlibatan organisasi | Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM)         | 22  | 14,7 |
|                                | Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) | 31  | 20,7 |

|                               |                                          |     |       |
|-------------------------------|------------------------------------------|-----|-------|
|                               | Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM)            | 25  | 16,7  |
|                               | Kepanitiaan inti kegiatan                | 35  | 23,3  |
|                               | Proyek sosial atau pengabdian masyarakat | 37  | 24,7  |
| Lama berorganisasi            | Kurang dari 6 bulan                      | 56  | 37,3  |
|                               | 6 bulan sampai 1 tahun                   | 55  | 36,7  |
|                               | Lebih dari 1 tahun sampai 2 tahun        | 39  | 26,0  |
| Intensitas pengalaman konflik | Pernah, tetapi jarang                    | 77  | 51,3  |
|                               | Pernah, dan cukup sering                 | 73  | 48,7  |
| Total                         |                                          | 150 | 100,0 |

*Catatan.* Persentase dihitung terhadap total 150 responden. Klasifikasi fakultas disarikan dari isian program studi yang dituliskan responden secara bebas.



**Gambar 1**

*Sebaran Responden Menurut Semester, Fakultas, Bentuk Keterlibatan Organisasi, dan Lama Pengalaman*

Komposisi responden pada Tabel 1 dan Gambar 1 tergolong berimbang pada hampir seluruh karakteristik. Proporsi laki-laki (53,3%) dan perempuan (46,7%) nyaris setara, demikian pula sebaran semester yang terdistribusi cukup merata dari semester ketiga hingga di atas semester delapan dengan puncak pada semester kelima (32,0%). Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan menyumbang responden terbanyak (44,7%), yang sejalan dengan karakter historis Universitas PGRI Yogyakarta sebagai institusi berorientasi kependidikan sebagaimana diuraikan pada bagian metode.

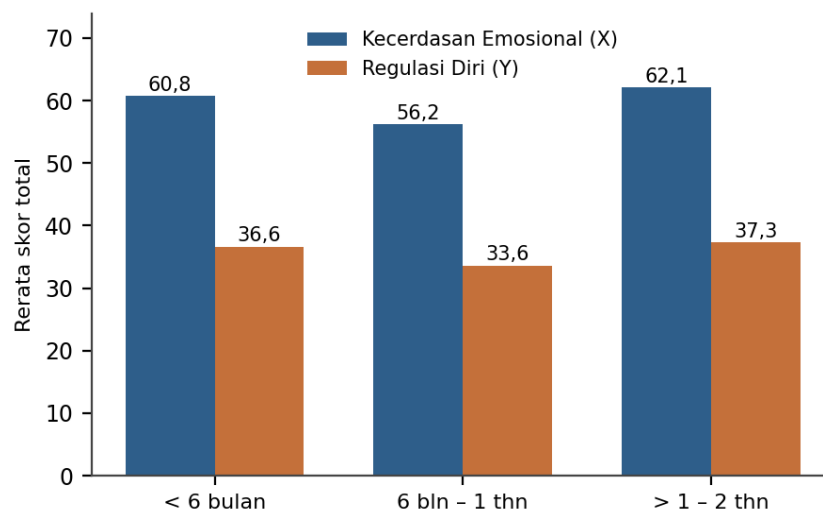
Dari sisi wadah keterlibatan, kelima bentuk organisasi terwakili tanpa dominasi satu jenis tertentu, dengan rentang proporsi yang rapat antara 14,7% hingga 24,7%. Keragaman ini penting karena tekanan konflik pada badan eksekutif, himpunan program studi, unit kegiatan mahasiswa, kepanitiaan inti, dan proyek pengabdian memiliki karakter yang berbeda-beda, sehingga sampel tidak terkunci pada satu tipe dinamika organisasi saja. Mayoritas responden merupakan pegiat organisasi dengan pengalaman kurang dari satu tahun (74,0%), sementara 26,0% telah menjalani lebih dari satu tahun. Seluruh responden pernah menghadapi gesekan interpersonal, dengan 48,7% di antaranya mengalaminya cukup sering.

**Tabel 2**

*Rerata Skor Variabel Penelitian Menurut Karakteristik Responden*

| Karakteristik      | Kategori                          | n  | M skor X | M skor Y | Uji beda                       |
|--------------------|-----------------------------------|----|----------|----------|--------------------------------|
| Jenis kelamin      | Laki-laki                         | 80 | 59,59    | 36,20    | $t = 0,140$ ; $p = 0,889$ (X)  |
|                    | Perempuan                         | 70 | 59,29    | 35,11    | $t = 0,847$ ; $p = 0,399$ (Y)  |
| Lama berorganisasi | Kurang dari 6 bulan               | 56 | 60,79    | 36,62    | $F = 2,838$ ; $p = 0,062$ (X)  |
|                    | 6 bulan sampai 1 tahun            | 55 | 56,20    | 33,62    | $F = 3,225$ ; $p = 0,043$ (Y)  |
|                    | Lebih dari 1 tahun sampai 2 tahun | 39 | 62,10    | 37,28    |                                |
| Intensitas konflik | Pernah, tetapi jarang             | 77 | 59,74    | 34,97    | $t = -0,280$ ; $p = 0,780$ (X) |
|                    | Pernah, dan cukup sering          | 73 | 59,14    | 36,45    | $t = 1,157$ ; $p = 0,249$ (Y)  |

*Catatan.* Uji beda menggunakan independent samples t-test untuk dua kelompok dan analisis varians satu jalur untuk tiga kelompok.

**Gambar 2**

*Rerata Skor Kecerdasan Emosional dan Regulasi Diri Menurut Lama Pengalaman Berorganisasi*

Pemeriksaan pelengkap terhadap karakteristik responden pada Tabel 2 memperlihatkan bahwa jenis kelamin maupun intensitas pengalaman konflik tidak membedakan skor kedua variabel secara signifikan. Satu-satunya perbedaan yang mencapai taraf signifikansi terdapat pada variabel regulasi diri menurut lama pengalaman berorganisasi ( $F = 3,225$ ;  $p = 0,043$ ). Menariknya, pola perbedaan itu tidak bersifat linear: kelompok dengan pengalaman 6 bulan sampai 1 tahun justru memperoleh rerata terendah ( $M = 33,62$ ), lebih rendah daripada kelompok pemula yang berpengalaman kurang dari 6 bulan ( $M = 36,62$ ) maupun kelompok senior yang

berpengalaman lebih dari 1 tahun ( $M = 37,28$ ), sebagaimana divisualisasikan pada Gambar 2. Temuan ini bersifat eksploratif dan tidak termasuk dalam hipotesis penelitian, namun layak dicatat sebagai bahan penelusuran lanjutan.

### B. Uji Kualitas Instrumen

Validitas butir diperiksa menggunakan korelasi Pearson product moment antara skor setiap butir dengan skor total variabelnya. Pada taraf signifikansi 5% dengan derajat bebas 148, nilai  $r$  tabel yang berlaku adalah 0,1603. Sebuah butir dinyatakan valid apabila  $r$  hitung melampaui nilai tersebut dan probabilitasnya berada di bawah 0,05. Hasil pengujian validitas kedua skala disajikan pada Tabel 3 dan Tabel 4.

**Tabel 3**

*Hasil Uji Validitas Butir Skala Kecerdasan Emosional ( $N = 150$ )*

| Butir | Sub-dimensi      | $r$ hitung | $r$ tabel | Sig.    | Keterangan |
|-------|------------------|------------|-----------|---------|------------|
| X1.1  | Kesadaran Diri   | 0,589      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.2  | Kesadaran Diri   | 0,671      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.3  | Kesadaran Diri   | 0,439      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.4  | Kesadaran Diri   | 0,531      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.5  | Manajemen Diri   | 0,626      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.6  | Manajemen Diri   | 0,673      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.7  | Manajemen Diri   | 0,618      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.8  | Manajemen Diri   | 0,629      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.9  | Motivasi Diri    | 0,593      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.10 | Motivasi Diri    | 0,617      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.11 | Motivasi Diri    | 0,639      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.12 | Motivasi Diri    | 0,711      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.13 | Empati Sosial    | 0,610      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.14 | Empati Sosial    | 0,670      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.15 | Empati Sosial    | 0,612      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.16 | Empati Sosial    | 0,610      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.17 | Manajemen Relasi | 0,676      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.18 | Manajemen Relasi | 0,669      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.19 | Manajemen Relasi | 0,555      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |
| X1.20 | Manajemen Relasi | 0,684      | 0,1603    | < 0,001 | Valid      |

*Catatan.* Seluruh koefisien signifikan pada taraf 0,01 (dua arah). Rentang  $r$  hitung berada antara 0,439 dan 0,711

**Tabel 4**

*Hasil Uji Validitas Butir Skala Regulasi Diri ( $N = 150$ )*

| Butir | Sub-dimensi                   | r hitung | r tabel | Sig.    | Keterangan |
|-------|-------------------------------|----------|---------|---------|------------|
| Y.1   | Kontrol Impuls                | 0,564    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.2   | Kontrol Impuls                | 0,602    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.3   | Kontrol Impuls                | 0,673    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.4   | Kontrol Impuls                | 0,558    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.5   | Penilaian Ulang Kognitif      | 0,642    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.6   | Penilaian Ulang Kognitif      | 0,579    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.7   | Penilaian Ulang Kognitif      | 0,661    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.8   | Penilaian Ulang Kognitif      | 0,656    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.9   | Adaptabilitas dan Reaksi Diri | 0,683    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.10  | Adaptabilitas dan Reaksi Diri | 0,606    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.11  | Adaptabilitas dan Reaksi Diri | 0,637    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |
| Y.12  | Adaptabilitas dan Reaksi Diri | 0,657    | 0,1603  | < 0,001 | Valid      |

*Catatan.* Seluruh koefisien signifikan pada taraf 0,01 (dua arah). Rentang r hitung berada antara 0,558 dan 0,683.

Seluruh 32 butir yang diujikan lolos kriteria validitas tanpa terkecuali. Butir terlemah pada skala kecerdasan emosional, yaitu X1.3, tetap memperoleh r hitung sebesar 0,439 atau hampir tiga kali lipat nilai r tabel, sementara butir terkuat, yaitu X1.12, mencapai 0,711. Pada skala regulasi diri sebaran koefisiennya bahkan lebih rapat, yakni antara 0,558 hingga 0,683. Tidak satu pun butir perlu digugurkan, sehingga konfigurasi instrumen 20 butir untuk variabel X dan 12 butir untuk variabel Y dipertahankan secara utuh pada tahap analisis selanjutnya.

**Tabel 5**

*Hasil Uji Reliabilitas Instrumen*

| Skala                    | Jumlah butir | Cronbach's Alpha | Rentang CITC  | Kriteria           | Keterangan      |
|--------------------------|--------------|------------------|---------------|--------------------|-----------------|
| Kecerdasan Emosional (X) | 20           | 0,917            | 0,377 – 0,667 | $\alpha \geq 0,70$ | Sangat reliabel |
| Regulasi Diri (Y)        | 12           | 0,860            | 0,458 – 0,602 | $\alpha \geq 0,70$ | Sangat reliabel |

*Catatan.* CITC = Corrected Item-Total Correlation. Tidak terdapat butir yang nilai Cronbach's Alpha if Item Deleted-nya melampaui alpha keseluruhan skala, sehingga penghapusan butir tidak akan meningkatkan reliabilitas.

Koefisien alpha sebesar 0,917 untuk skala kecerdasan emosional dan 0,860 untuk skala regulasi diri (Tabel 5) menempatkan kedua instrumen pada kategori konsistensi internal yang sangat baik. Angka ini melampaui ambang minimum 0,70 dengan margin yang lebar, sehingga skor komposit kedua variabel dapat diperlakukan sebagai pengukuran yang stabil.

Indeks kecocokan model hasil analisis faktor konfirmatori disajikan pada Tabel 6. Model satu faktor pada kedua skala dan model dua konstruk sama-sama menunjukkan kecocokan yang sangat baik, dengan CFI 0,980 sampai 1,000, RMSEA 0,000 sampai 0,033, dan SRMR 0,045 sampai 0,049.

**Tabel 6**

*Indeks Kecocokan Model Analisis Faktor Konfirmatori*

| Model                   | $\chi^2$ (df) | p     | CFI   | TLI   | RMSEA [IK 90%]       | SRMR  |
|-------------------------|---------------|-------|-------|-------|----------------------|-------|
| KE, lima sub-dimensi    | 157,75 (160)  | 0,535 | 1,000 | 1,000 | 0,000 [0,000; 0,036] | 0,044 |
| KE, satu faktor         | 171,36 (170)  | 0,456 | 0,999 | 0,998 | 0,007 [0,000; 0,038] | 0,045 |
| RD, tiga sub-dimensi    | 60,32 (51)    | 0,174 | 0,979 | 0,973 | 0,035 [0,000; 0,066] | 0,046 |
| RD, satu faktor         | 63,01 (54)    | 0,188 | 0,980 | 0,976 | 0,033 [0,000; 0,064] | 0,047 |
| KE dan RD, dua konstruk | 435,67 (463)  | 0,814 | 1,000 | 1,000 | 0,000 [0,000; 0,019] | 0,049 |
| Satu faktor, 32 butir   | 542,71 (464)  | 0,007 | 0,946 | 0,942 | 0,034 [0,019; 0,045] | 0,060 |

*Catatan.* N = 150. KE = kecerdasan emosional; RD = regulasi diri. Nilai CFI dan TLI di atas 1 dituliskan 1,000. Model lima sub-dimensi menghasilkan korelasi laten di atas 1 sehingga solusinya tidak layak ditafsirkan.

Model sub-dimensi tidak lebih baik daripada model satu faktor, baik pada skala kecerdasan emosional,  $\Delta\chi^2(10) = 13,60$ ,  $p = 0,192$ , maupun pada skala regulasi diri,  $\Delta\chi^2(3) = 2,69$ ,  $p = 0,442$ , dan korelasi laten antarsub-dimensinya berkisar 0,91 sampai 1,09. Sub-dimensi dengan demikian tidak dapat dibedakan secara empiris, sehingga masing-masing skala diperlakukan sebagai ukuran satu konstruk, sejalan dengan penggunaan skor total dalam analisis regresi, dan perbandingan antarsub-dimensi pada bagian berikutnya bersifat deskriptif.

Seluruh muatan faktor terstandar signifikan ( $p < 0,001$ ), dengan rentang 0,397 sampai 0,693 pada kecerdasan emosional dan 0,502 sampai 0,666 pada regulasi diri. Reliabilitas komposit sebesar 0,917 dan 0,860 melampaui ambang 0,70, tetapi AVE sebesar 0,358 dan 0,340 belum mencapai 0,50 (Hair et al., 2019), dan dua butir, yaitu X1.3 dan X1.4, bermuatan di bawah 0,50. Seluruh butir tetap dipertahankan agar selaras dengan instrumen yang digunakan, dan kelemahan validitas konvergen ini dicatat sebagai keterbatasan.

Validitas diskriminan didukung oleh model dua konstruk yang jauh lebih baik daripada model satu faktor untuk 32 butir,  $\Delta\chi^2(1) = 107,04$ ,  $p < 0,001$ , serta HTMT sebesar 0,764. Korelasi laten sebesar 0,768 memiliki interval kepercayaan 95% 0,670 sampai 0,853, sehingga batas atasnya tergolong marginal (Rönkkö & Cho, 2022) dan kedekatan kedua konstruk perlu diperhitungkan dalam menafsirkan besaran hubungannya.

Uji faktor tunggal Harman menunjukkan bahwa faktor pertama hanya menjelaskan 33,4% variansi total, jauh di bawah 50%, dengan enam faktor bernilai eigen di atas 1. Bersama kecocokan model satu faktor yang lebih buruk pada Tabel 6, temuan ini menunjukkan bahwa bias metode umum tidak dominan, meskipun uji Harman tidak dapat menyingkirkan kemungkinan bias secara tuntas (Kock et al., 2021).

### C. Deskripsi Variabel Penelitian

Skala kecerdasan emosional terdiri atas 20 butir sehingga rentang skor teoretisnya membentang dari 20 hingga 100, sedangkan skala regulasi diri terdiri atas 12 butir dengan rentang teoretis 12 hingga 60. Dari rentang tersebut diturunkan mean hipotetik dan deviasi standar hipotetik yang menjadi dasar kategorisasi tiga jenjang (Tabel 7).

**Tabel 7**

*Statistik Deskriptif dan Norma Hipotetik Variabel Penelitian*

| Statistik    | Kecerdasan Emosional (X) | Regulasi Diri (Y) |
|--------------|--------------------------|-------------------|
| Jumlah butir | 20                       | 12                |

|                        |       |       |
|------------------------|-------|-------|
| Skor teoretis minimum  | 20    | 12    |
| Skor teoretis maksimum | 100   | 60    |
| Mean hipotetik         | 60,00 | 36,00 |
| SD hipotetik           | 13,33 | 8,00  |
| Skor empirik minimum   | 32    | 18    |
| Skor empirik maksimum  | 93    | 57    |
| Mean empirik           | 59,45 | 35,69 |
| SD empirik             | 13,13 | 7,83  |

*Catatan.* N = 150. Norma hipotetik dihitung dari rentang skor teoretis instrumen, dengan mean hipotetik = (skor maksimum + skor minimum) ÷ 2 dan SD hipotetik = (skor maksimum – skor minimum) ÷ 6.

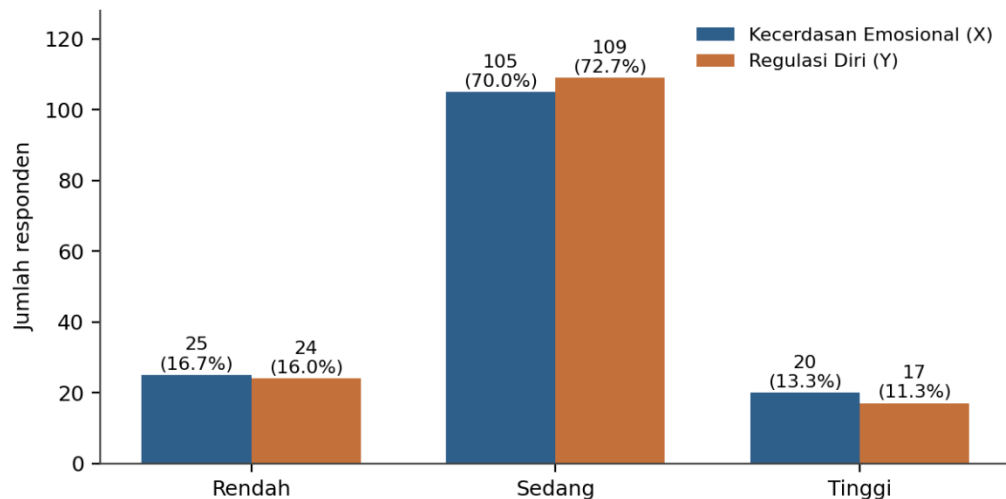
Perbandingan antara statistik empirik dan hipotetik memperlihatkan kesesuaian yang nyaris sempurna. Mean empirik kecerdasan emosional sebesar 59,45 hanya terpaut 0,55 poin dari mean hipotetik 60,00, dan mean empirik regulasi diri sebesar 35,69 terpaut 0,31 poin dari mean hipotetik 36,00. Deviasi standar empirik kedua variabel pun praktis berimpit dengan deviasi standar hipotetiknya. Kondisi ini menandakan bahwa sebaran skor sampel berpusat pada titik tengah rentang teoretis instrumen. Kedekatan tersebut bersifat deskriptif dan belum dapat dijadikan bukti ketiadaan bias respons, termasuk kecenderungan memberikan jawaban yang diinginkan secara sosial (*social desirability*).

Kategorisasi tiga jenjang disusun dengan ketentuan skor tergolong rendah apabila berada di bawah selisih mean hipotetik dan satu deviasi standar hipotetik, tergolong tinggi apabila melampaui jumlah keduanya, dan tergolong sedang apabila berada di antara kedua batas tersebut. Hasil kategorisasi disajikan pada Tabel 8 dan Gambar 3.

**Tabel 8**

*Kategorisasi Tingkat Kecerdasan Emosional dan Regulasi Diri Responden*

| Kategori | Rentang skor X            | f   | %     | Rentang skor Y            | f   | %     |
|----------|---------------------------|-----|-------|---------------------------|-----|-------|
| Rendah   | $X < 46,67$               | 25  | 16,7  | $Y < 28,00$               | 24  | 16,0  |
| Sedang   | $46,67 \leq X \leq 73,33$ | 105 | 70,0  | $28,00 \leq Y \leq 44,00$ | 109 | 72,7  |
| Tinggi   | $X > 73,33$               | 20  | 13,3  | $Y > 44,00$               | 17  | 11,3  |
| Total    |                           | 150 | 100,0 |                           | 150 | 100,0 |

**Gambar 3**

*Distribusi Kategori Kecerdasan Emosional dan Regulasi Diri Responden*

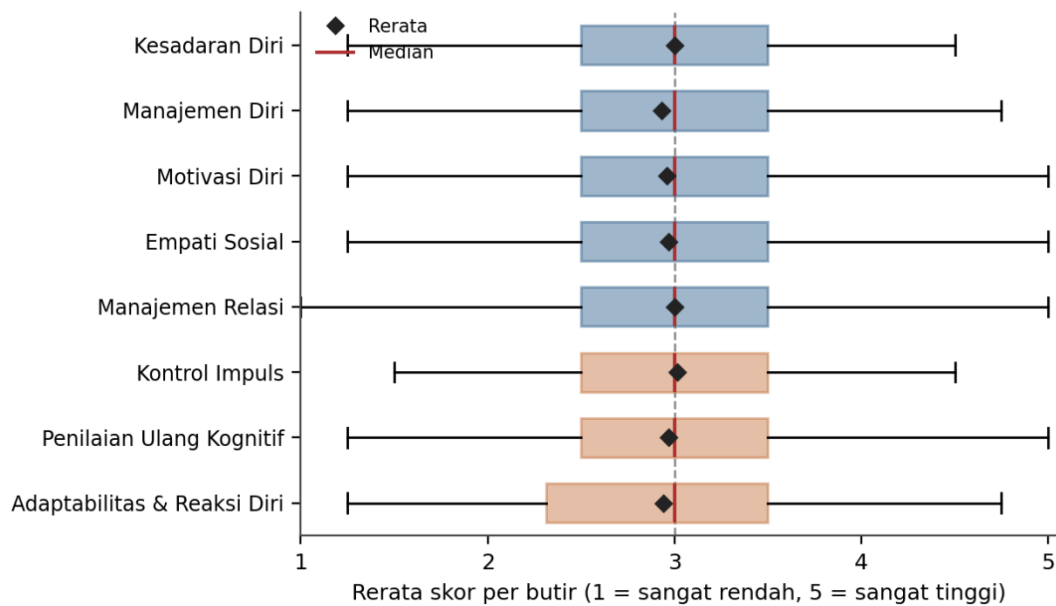
Mayoritas responden menempati kategori sedang, yakni 105 mahasiswa (70,0%) pada variabel kecerdasan emosional dan 109 mahasiswa (72,7%) pada variabel regulasi diri. Pola sebaran kedua variabel nyaris identik dan membentuk distribusi yang simetris, dengan proporsi kategori rendah (16,7% dan 16,0%) sedikit melebihi proporsi kategori tinggi (13,3% dan 11,3%). Dalam sampel ini, hanya sekitar satu dari delapan responden yang berada pada kategori tinggi, sementara proporsi yang sedikit lebih besar berada pada kategori rendah. Kategori tersebut bersifat relatif terhadap norma hipotetik instrumen sehingga tidak dimaksudkan sebagai diagnosis individual.

**Tabel 9**

*Deskripsi Skor Rerata Butir pada Setiap Sub-dimensi*

| Variabel                 | Sub-dimensi                   | Butir       | M    | SD   | Peringkat |
|--------------------------|-------------------------------|-------------|------|------|-----------|
| Kecerdasan Emosional (X) | Kesadaran Diri                | X1.1–X1.4   | 3,00 | 0,67 | 2         |
|                          | Manajemen Diri                | X1.5–X1.8   | 2,93 | 0,79 | 8         |
|                          | Motivasi Diri                 | X1.9–X1.12  | 2,96 | 0,78 | 6         |
|                          | Empati Sosial                 | X1.13–X1.16 | 2,97 | 0,78 | 4         |
|                          | Manajemen Relasi              | X1.17–X1.20 | 3,00 | 0,79 | 3         |
| Regulasi Diri (Y)        | Kontrol Impuls                | Y.1–Y.4     | 3,02 | 0,68 | 1         |
|                          | Penilaian Ulang Kognitif      | Y.5–Y.8     | 2,97 | 0,77 | 5         |
|                          | Adaptabilitas dan Reaksi Diri | Y.9–Y.12    | 2,94 | 0,77 | 7         |

*Catatan.* M dan SD dihitung pada satuan rerata skor per butir (rentang 1–5) agar sub-dimensi dapat dibandingkan secara setara. Peringkat 1 menunjukkan rerata tertinggi.

**Gambar 4**

*Sebaran Rerata Skor Butir pada Delapan Sub-dimensi Penelitian*

Kedelapan sub-dimensi pada Tabel 9 dan Gambar 4 memperlihatkan rerata yang sangat berdekatan, yakni pada rentang 2,93 hingga 3,02, sehingga tidak ada satu pun aspek yang menonjol atau tertinggal secara mencolok. Kontrol impuls menempati rerata tertinggi ( $M = 3,02$ ), sedangkan manajemen diri menempati rerata terendah ( $M = 2,93$ ), namun selisih 0,09 poin di antara keduanya jauh lebih kecil daripada deviasi standar masing-masing sub-dimensi yang berkisar 0,67 hingga 0,79. Dengan kata lain, keragaman antarindividu jauh melampaui keragaman antaraspek. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecerdasan emosional dan regulasi diri pada sampel bekerja sebagai konstruk yang relatif homogen, bukan sebagai kumpulan kemampuan yang berkembang timpang. Analisis faktor konfirmatori menguatkan pola ini, karena sub-dimensi tidak dapat dibedakan secara empiris, sehingga perbandingan rerata antarsub-dimensi pada Tabel 9 dan Gambar 4 bersifat deskriptif.

#### D. Pengujian Asumsi Klasik

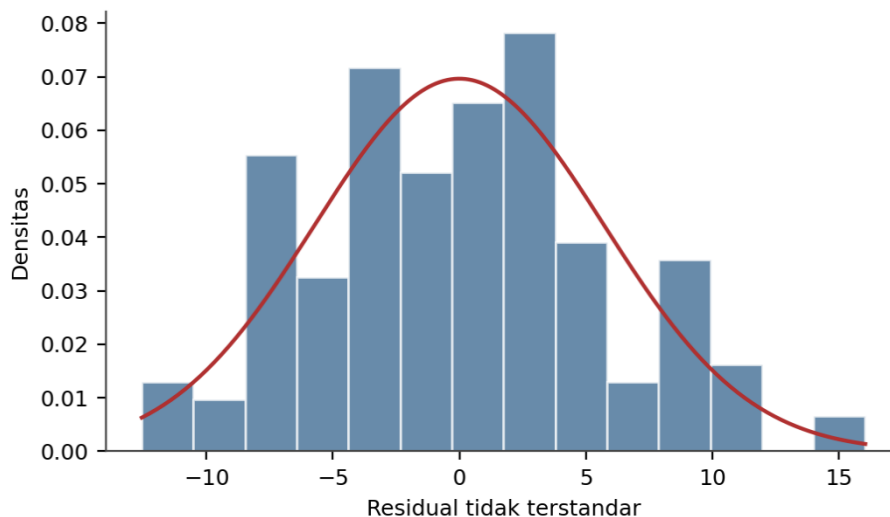
Sebelum koefisien regresi ditafsirkan, model diuji terhadap tiga asumsi yang relevan bagi regresi linear sederhana, yakni normalitas residual, linearitas hubungan, dan homogenitas varians residual. Asumsi multikolinearitas tidak diuji karena model hanya memuat satu variabel bebas.

**Tabel 10**

*Hasil Uji Normalitas Residual*

| Uji                         | Statistik | df  | Sig.  | Kriteria   | Keputusan                     |
|-----------------------------|-----------|-----|-------|------------|-------------------------------|
| Kolmogorov-Smirnov          | 0,054     | 150 | 0,200 | $p > 0,05$ | Residual berdistribusi normal |
| Shapiro-Wilk                | 0,987     | 150 | 0,190 | $p > 0,05$ | Residual berdistribusi normal |
| Monte Carlo (10.000 sampel) | –         | 150 | 0,354 | $p > 0,05$ | Residual berdistribusi normal |

*Catatan.* Uji Kolmogorov-Smirnov menggunakan koreksi signifikansi Lilliefors. Nilai 0,200 merupakan batas bawah signifikansi sebenarnya. Rerata residual = 0,000 dengan deviasi standar 5,748.

**Gambar 5**

*Histogram Residual Regresi Disertai Kurva Distribusi Normal*

Ketiga pendekatan pengujian pada Tabel 10 menghasilkan kesimpulan yang seragam. Nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,200 dan Shapiro-Wilk sebesar 0,190 sama-sama berada jauh di atas 0,05, dan simulasi Monte Carlo atas 10.000 sampel mempertegasnya dengan nilai 0,354 beserta interval kepercayaan 99% pada rentang 0,342 hingga 0,366. Histogram pada Gambar 5 memperlihatkan sebaran residual yang mengikuti pola lonceng simetris tanpa kemencengan yang berarti. Asumsi normalitas karena itu terpenuhi.

**Tabel 11**

*Hasil Uji Linearitas Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Regulasi Diri*

| Sumber variasi           | Jumlah kuadrat | df  | Rerata kuadrat | F       | Sig.    |
|--------------------------|----------------|-----|----------------|---------|---------|
| Linearity                | 4209,482       | 1   | 4209,482       | 124,123 | < 0,001 |
| Deviation from Linearity | 1632,777       | 51  | 32,015         | 0,944   | 0,583   |
| Within Groups            | 3289,634       | 97  | 33,914         | –       | –       |
| Total                    | 9131,893       | 149 | –              | –       | –       |

*Catatan.* Hubungan dinyatakan linear apabila signifikansi Deviation from Linearity melampaui 0,05 dan signifikansi Linearity berada di bawah 0,05.

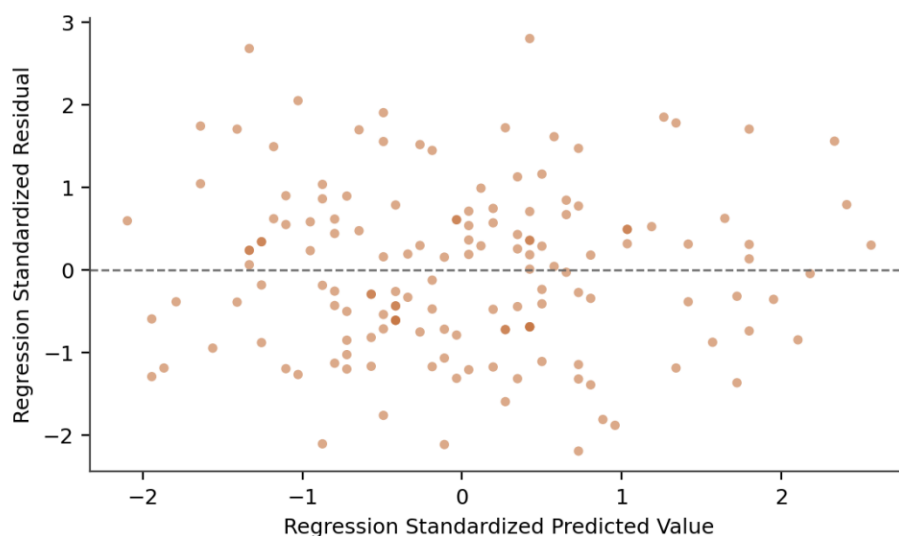
Komponen Linearity pada Tabel 11 menghasilkan F sebesar 124,123 dengan signifikansi di bawah 0,001, yang menegaskan keberadaan komponen hubungan garis lurus yang kuat. Sebaliknya, komponen Deviation from Linearity hanya menghasilkan F sebesar 0,944 dengan signifikansi 0,583, jauh melampaui 0,05, sehingga penyimpangan dari pola linear tidak signifikan. Kedua indikator ini membenarkan penggunaan model regresi linear, bukan model kurvilinear.

**Tabel 12**

*Hasil Uji Heteroskedastisitas dengan Metode Glejser*

| Variabel                 | B      | Std. Error | Beta   | t      | Sig.    | Keputusan                 |
|--------------------------|--------|------------|--------|--------|---------|---------------------------|
| (Konstanta)              | 5,242  | 1,260      | –      | 4,162  | < 0,001 | –                         |
| Kecerdasan Emosional (X) | –0,009 | 0,021      | –0,037 | –0,454 | 0,651   | Bebas heteroskedastisitas |

*Catatan.* Variabel terikat adalah nilai mutlak residual (abresid). Model Glejser secara keseluruhan tidak signifikan, dengan  $F = 0,206$ ,  $p = 0,651$ , dan  $R^2 = 0,001$ .



**Gambar 6**

*Sebaran Residual Terstandar terhadap Nilai Prediksi Terstandar*

Regresi nilai mutlak residual terhadap skor kecerdasan emosional menghasilkan koefisien sebesar  $-0,009$  dengan signifikansi  $0,651$  (Tabel 12), sehingga hipotesis nol yang menyatakan homogenitas varians tidak dapat ditolak. Model Glejser hanya mampu menjelaskan  $0,1\%$  variansi nilai mutlak residual, yang secara praktis berarti besar kecilnya galat prediksi tidak bergantung pada tinggi rendahnya skor kecerdasan emosional. Diagram pencar pada Gambar 6 mengonfirmasi hal tersebut melalui pola titik yang menyebar acak di sekitar sumbu nol tanpa membentuk corong maupun pola sistematis lainnya.

### E. Pengujian Hipotesis

Setelah seluruh asumsi terpenuhi, hipotesis diuji menggunakan regresi linear sederhana dengan kecerdasan emosional sebagai prediktor dan regulasi diri sebagai kriteria. Ringkasan model, hasil uji simultan, dan koefisien regresi disajikan berturut-turut pada Tabel 13, Tabel 14, dan Tabel 15, sedangkan pola hubungan kedua variabel divisualisasikan pada Gambar 7.

**Tabel 13**

*Ringkasan Model Regresi Linear Sederhana*

| Model | R     | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | 0,679 | 0,461    | 0,457             | 5,767                      |

*Catatan.* Prediktor: (Konstanta), Kecerdasan Emosional. Variabel terikat: Regulasi Diri.

**Tabel 14**

*Hasil Uji Signifikansi Simultan (ANOVA)*

| Sumber variasi | Jumlah kuadrat | df  | Rerata kuadrat | F       | Sig.    |
|----------------|----------------|-----|----------------|---------|---------|
| Regression     | 4209,482       | 1   | 4209,482       | 126,565 | < 0,001 |
| Residual       | 4922,411       | 148 | 33,260         | –       | –       |
| Total          | 9131,893       | 149 | –              | –       | –       |

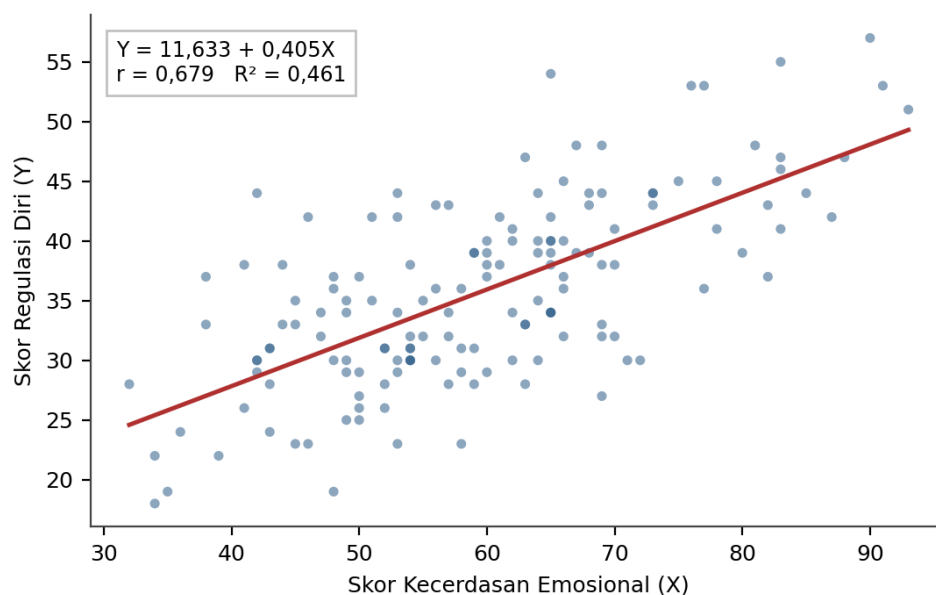
Catatan. F tabel pada df (1, 148) dengan  $\alpha = 0,05$  adalah 3,905.

**Tabel 15**

*Koefisien Regresi Kecerdasan Emosional terhadap Regulasi Diri*

| Model                | B      | Std. Error | Beta  | t      | Sig.    | IK 95% Batas Bawah | IK 95% Batas Atas |
|----------------------|--------|------------|-------|--------|---------|--------------------|-------------------|
| (Konstanta)          | 11,633 | 2,190      | –     | 5,312  | < 0,001 | 7,306              | 15,961            |
| Kecerdasan Emosional | 0,405  | 0,036      | 0,679 | 11,250 | < 0,001 | 0,334              | 0,476             |

Catatan. Variabel terikat adalah Regulasi Diri. IK = interval kepercayaan. t tabel pada df 148 dengan  $\alpha = 0,05$  dua arah adalah 1,976.



**Gambar 7**

*Diagram Pencar Hubungan Kecerdasan Emosional dan Regulasi Diri Beserta Garis Regresi*

Persamaan regresi yang terbentuk dari koefisien pada Tabel 15 adalah sebagai berikut.

$$Y = 11,633 + 0,405X$$

Konstanta sebesar 11,633 menunjukkan bahwa ketika skor kecerdasan emosional bernilai nol, skor regulasi diri diprediksi berada pada angka 11,633. Nilai ini bersifat matematis semata karena skor nol berada di luar rentang teoretis instrumen yang bermula dari 20. Koefisien arah sebesar 0,405 memikul makna substantif yang jauh lebih penting: setiap perbedaan satu poin pada skor kecerdasan emosional diasosiasikan dengan perbedaan sebesar 0,405 poin pada skor regulasi diri. Interval kepercayaan 95% bagi koefisien tersebut membentang dari 0,334 hingga 0,476 dan tidak memuat angka nol, sehingga arah hubungan yang positif konsisten dengan data.

Uji t menghasilkan nilai 11,250 yang melampaui t tabel 1,976 secara sangat lebar, dengan signifikansi di bawah 0,001. Konsistensinya diperkuat oleh uji F yang menghasilkan 126,565 terhadap F tabel 3,905 pada signifikansi yang sama. Hipotesis nol yang menyatakan tidak adanya pengaruh karena itu ditolak, dan hipotesis alternatif diterima. Kecerdasan emosional terbukti secara positif dan signifikan memprediksi kemampuan regulasi diri mahasiswa Universitas PGRI Yogyakarta dalam menghadapi konflik sosial.

Koefisien korelasi sebesar 0,679 menunjukkan hubungan positif antara kedua variabel. Koefisien determinasi sebesar 0,461 menunjukkan bahwa kecerdasan emosional menjelaskan 46,1% variansi kemampuan regulasi diri, sementara 53,9% variansi lainnya tidak dijelaskan oleh

model. Porsi yang tidak menjelaskan ini tidak dapat diatribusikan secara pasti kepada faktor tertentu, karena dapat bersumber dari variabel lain yang tidak diukur, kesalahan pengukuran, maupun variasi acak. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,457 yang hanya terpaut 0,004 dari R Square menandakan bahwa model tidak mengalami inflasi akibat jumlah prediktor, sehingga daya jelasnya tergolong kokoh untuk model dengan satu variabel bebas.

Angka 46,1% ini pantas dibaca secara berimbang. Koefisien korelasi sebesar 0,679 jauh melampaui batas efek relatif besar ( $r = 0,30$ ) dalam pedoman Gignac dan Szodorai (2016) dan setara dengan ukuran efek  $f^2$  sebesar 0,86. Meskipun demikian, karena model hanya memuat satu prediktor, besaran tersebut tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan prediktor yang paling dominan dibandingkan faktor lain. Porsi 53,9% yang tidak menjelaskan juga menegaskan bahwa kemampuan meregulasi diri bukanlah produk tunggal kecakapan emosional, sehingga kontribusi relatif berbagai prediktor perlu diuji lebih lanjut melalui model multivariat.

## F. Ringkasan Temuan

**Tabel 16**

*Rekapitulasi Hasil Pengujian Statistik*

| Tahap pengujian       | Indikator                     | Hasil                              | Kriteria                                               | Keputusan        |
|-----------------------|-------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------|
| Validitas butir       | r hitung                      | 0,439 – 0,711                      | $r > 0,1603$                                           | 32 butir valid   |
| Reliabilitas          | Cronbach's Alpha              | 0,917 dan 0,860                    | $\alpha \geq 0,70$                                     | Reliabel         |
| Struktur faktor       | CFA dua konstruk              | CFI 1,000; RMSEA 0,000; SRMR 0,049 | CFI $\geq 0,95$ ; RMSEA $\leq 0,07$ ; SRMR $\leq 0,08$ | Terpenuhi        |
| Validitas konvergen   | AVE                           | 0,358 dan 0,340                    | AVE $\geq 0,50$                                        | Belum terpenuhi  |
| Validitas diskriminan | Korelasi laten (IK 95%)       | 0,768 (0,670 sampai 0,853)         | Batas atas $< 0,80$                                    | Marginal         |
| Bias metode umum      | Faktor tunggal Harman         | 33,4%                              | $< 50\%$                                               | Tidak dominan    |
| Normalitas            | Sig. Kolmogorov-Smirnov       | 0,200                              | $p > 0,05$                                             | Terpenuhi        |
| Linearitas            | Sig. Deviation from Linearity | 0,583                              | $p > 0,05$                                             | Terpenuhi        |
| Heteroskedastisitas   | Sig. Glejser                  | 0,651                              | $p > 0,05$                                             | Terpenuhi        |
| Hipotesis (parsial)   | t hitung                      | 11,250                             | $t > 1,976$                                            | $H_0$ ditolak    |
| Hipotesis (model)     | F hitung                      | 126,565                            | $F > 3,905$                                            | $H_0$ ditolak    |
| Daya jelas model      | R Square                      | 0,461                              | –                                                      | Kontribusi 46,1% |

Secara keseluruhan, rekapitulasi pada Tabel 16 menunjukkan bahwa seluruh prasyarat analisis regresi terpenuhi dan hipotesis penelitian terkonfirmasi. Instrumen yang dikembangkan memenuhi kriteria validitas butir, reliabilitas, dan kecocokan model faktor konfirmatori meskipun nilai AVE belum mencapai 0,50, model regresi lolos seluruh uji asumsi klasik, serta kecerdasan emosional terbukti secara positif dan signifikan memprediksi kemampuan regulasi diri mahasiswa dalam menghadapi konflik sosial dengan sumbangan efektif sebesar 46,1%.

## Pembahasan

Bagian ini menafsirkan temuan empiris yang telah dipaparkan dengan mendialogkannya bersama kerangka teoretis dan hasil penelitian terdahulu. Pembahasan disusun mengikuti alur penalaran dari deskripsi kondisi lapangan, penafsiran teoretis atas mekanisme yang mungkin mendasari hubungan, penelaahan porsi variansi yang belum menjelaskan, hingga implikasi dan keterbatasan penelitian.

#### **A. Profil Kecerdasan Emosional dan Regulasi Diri Mahasiswa Aktivistis**

Temuan deskriptif menempatkan mayoritas mahasiswa aktivis organisasi Universitas PGRI Yogyakarta pada kategori sedang, yakni 70,0% pada kecerdasan emosional dan 72,7% pada regulasi diri. Rerata empirik kedua variabel berimpit dengan mean hipotetiknya, dengan selisih masing-masing hanya 0,55 dan 0,31 poin. Kesesuaian tersebut menggambarkan bahwa skor sampel berpusat pada titik tengah rentang instrumen, tetapi belum dapat dijadikan dasar untuk menyimpulkan bahwa respons terbebas dari bias, termasuk kecenderungan memberikan jawaban yang diinginkan secara sosial yang lazim mengancam instrumen swalapor (Endah Palupi & Barus, 2024; Kock et al., 2021). Pengujian bias respons semacam itu menuntut pengukuran khusus, misalnya skala keinginan sosial, yang tidak digunakan dalam penelitian ini. Gambaran deskriptif tersebut karena itu dibaca sebagai profil persepsi diri responden, bukan sebagai cerminan langsung perilaku mereka.

Kondisi ini menyimpan pesan yang perlu dibaca dengan saksama. Kategori sedang yang mendominasi berarti sebagian besar mahasiswa aktivis memiliki kecakapan emosional yang memadai untuk situasi normal, tetapi belum tentu memadai ketika tekanan konflik meningkat tajam. Yang lebih perlu diperhatikan adalah komposisi pada kedua ujung sebaran: proporsi kategori rendah (16,7% pada X dan 16,0% pada Y) sedikit melampaui proporsi kategori tinggi (13,3% dan 11,3%). Proporsi ini menggambarkan komposisi sampel *purposive* dan tidak dapat diekstrapolasi menjadi perkiraan jumlah anggota berkategori rendah dalam setiap kepengurusan organisasi, karena sampel tidak dirancang untuk mewakili komposisi keanggotaan organisasi tertentu. Temuan tersebut tetap relevan secara teoretis, sebab kajian longitudinal pada tim proyek menunjukkan bahwa kesadaran dan regulasi emosi kelompok yang rendah memperbesar peluang konflik tugas bereskalasi menjadi konflik relasional (Boroş, 2020).

Analisis pada tataran sub-dimensi memperlihatkan pola yang tidak kalah penting. Kedelapan sub-dimensi bergerak pada rentang rerata yang sangat sempit, yaitu 2,93 hingga 3,02, sementara deviasi standar masing-masing berkisar 0,67 hingga 0,79. Keragaman antarindividu dengan demikian jauh melampaui keragaman antaraspek. Temuan ini menolak dugaan awal bahwa mahasiswa aktivis mengembangkan kecakapan emosional secara timpang, misalnya kuat dalam berempati tetapi lemah dalam mengelola diri. Yang terjadi justru sebaliknya: kecerdasan emosional tampil sebagai konstruk yang berkembang secara relatif serempak, sejalan dengan postulat Goleman bahwa kelima pilar kecerdasan emosional merupakan integrasi dinamis, bukan kumpulan kemampuan yang berdiri sendiri-sendiri (O'Connor et al., 2019). Analisis faktor konfirmatori pada penelitian ini menguatkan pola tersebut, karena model yang memisahkan sub-dimensi tidak lebih baik daripada model satu faktor. Konsekuensi praktisnya, program pembinaan tidak perlu menyorot satu aspek tertentu secara terpisah, melainkan lebih tepat diarahkan pada individu yang secara keseluruhan berada pada level rendah.

#### **B. Daya Prediksi Kecerdasan Emosional terhadap Regulasi Diri**

Hipotesis penelitian terkonfirmasi dengan dukungan statistik yang kuat. Koefisien regresi sebesar 0,405 dengan nilai *t* sebesar 11,250 dan signifikansi di bawah 0,001 menegaskan bahwa kecerdasan emosional secara positif memprediksi kemampuan regulasi diri mahasiswa dalam menghadapi konflik sosial. Interval kepercayaan 95% yang membentang dari 0,334 hingga 0,476 tidak memuat angka nol, sehingga arah hubungan yang positif konsisten dengan data dan besarannya terestimasi dengan presisi yang memadai.

Koefisien korelasi sebesar 0,679 tergolong efek besar menurut pedoman Gignac dan Szodorai (2016). Angka ini sejalan dengan temuan Aulizalsini dan Rizal (2024) yang melaporkan keterkaitan erat antara kecerdasan emosional dan regulasi emosi pada mahasiswa yang bekerja, serta mengonfirmasi kesimpulan tinjauan sistematis Winardi et al. (2022) bahwa kecerdasan emosional merupakan prediktor konsisten bagi kualitas pengelolaan konflik lintas konteks organisasi. Pada tataran yang lebih luas, hasil ini menguatkan temuan Albani et al. (2023)

mengenai peran kecerdasan emosional bersifat trait dalam menopang pembelajaran teregulasi diri mahasiswa, sekaligus memperluas jangkauannya dari ranah akademik ke ranah konflik interpersonal organisasi.

Makna substantif koefisien tersebut dapat dibaca melalui koefisien terstandarnya. Nilai Beta sebesar 0,679 berarti bahwa perbedaan satu deviasi standar pada skor kecerdasan emosional diasosiasikan dengan perbedaan sekitar 0,68 deviasi standar pada skor regulasi diri. Penafsiran ini bersifat asosiatif pada tingkat kelompok dan tidak dimaksudkan untuk meramalkan perilaku individu tertentu dalam situasi rapat, karena penelitian ini tidak mengamati perilaku konflik secara langsung.

### **C. Mekanisme Teoretis Pengaruh**

Pertanyaan berikutnya adalah mengapa hubungan tersebut muncul. Integrasi tiga kerangka teoretis yang digunakan penelitian ini menawarkan penjelasan yang koheren mengenai mekanisme yang mungkin mendasarinya, meskipun mekanisme tersebut tidak diuji secara langsung dalam penelitian ini.

Titik berangkatnya terletak pada dimensi kesadaran diri. Dalam model proses regulasi emosi, upaya regulasi diawali oleh tahap identifikasi, yakni ketika individu menyadari bahwa emosi yang sedang dialaminya perlu diregulasi (McRae & Gross, 2020). Kerangka Gross menempatkan strategi regulasi emosi pada dua titik waktu yang berbeda, yakni strategi yang bekerja sebelum respons emosional matang dan strategi yang bekerja setelah respons itu muncul (McRae & Gross, 2020). Strategi penilaian ulang kognitif, yang tergolong tipe pertama, hanya dapat diaktifkan apabila individu menyadari gejalanya sejak dini, yakni ketika emosi masih berada pada fase pembentukan dan belum mengunci perilaku. Di titik inilah kecerdasan emosional secara teoretis dapat berfungsi sebagai sistem deteksi awal. Mahasiswa yang peka terhadap tanda fisik seperti dada berdebar atau suara yang meninggi memperoleh jeda waktu untuk memilih respons, sedangkan mahasiswa yang baru menyadari kemarahannya setelah ditegur orang lain kehilangan jeda tersebut dan hanya menyisakan pilihan menekan ekspresi yang sudah telanjur muncul.

Kerangka Bandura melengkapi penjelasan tersebut pada sisi keberlanjutannya. Regulasi diri dalam pandangan ini merupakan proses siklikal yang mencakup observasi diri, penilaian terhadap performa, dan reaksi diri (Schunk & DiBenedetto, 2020). Ketiga fase itu menuntut bahan baku berupa informasi afektif yang akurat. Observasi diri yang tumpul menghasilkan penilaian yang keliru, dan penilaian yang keliru melahirkan reaksi diri yang tidak proporsional, entah berupa penyesalan berlebihan atau justru pembenaran diri. Kecerdasan emosional memasok ketepatan informasi tersebut, sehingga siklus regulasi diri dapat berjalan dengan umpan balik yang benar. Dengan demikian, secara teoretis kecerdasan emosional dapat dipahami sebagai salah satu prasyarat fungsional bagi bekerjanya mekanisme regulasi, sejalan dengan gagasan bahwa regulasi emosi merupakan jalur yang menghubungkan kecerdasan emosional dengan berbagai luaran adaptif (Mestre et al., 2016).

Data penelitian ini belum dapat menguji penjelasan mekanistik tersebut secara langsung, karena aksesibilitas maupun urutan penggunaan strategi regulasi tidak diukur. Sub-dimensi kontrol impuls memang memperoleh rerata tertinggi dan manajemen diri memperoleh rerata terendah, tetapi selisih keduanya hanya 0,09 poin, jauh lebih kecil daripada deviasi standar masing-masing sub-dimensi. Pola tersebut karena itu tidak dapat dijadikan bukti bahwa mahasiswa lebih mengandalkan penekanan ekspresi daripada penilaian ulang kognitif. Kemungkinan tersebut perlu diuji melalui pengukuran strategi regulasi yang lebih spesifik, misalnya ERQ, atau melalui pengamatan perilaku (Preece et al., 2020).

Temuan penelitian ini juga perlu dibaca secara kritis terhadap hasil penelitian terdahulu. Koefisien korelasi sebesar 0,679 jauh lebih besar daripada besaran hubungan kecerdasan emosional dengan luaran lain yang lazim dilaporkan dalam kajian meta-analitis, misalnya korelasi kecerdasan emosional dengan prestasi akademik yang berkisar antara 0,12 dan 0,24 bergantung pada jenis pengukurannya (MacCann et al., 2020). Funder dan Ozer (2019) bahkan mengingatkan bahwa korelasi sebesar 0,40 atau lebih dalam penelitian psikologi cenderung merupakan estimasi berlebih yang jarang ditemukan kembali pada sampel besar maupun replikasi. Setidaknya dua kemungkinan dapat menjelaskan besarnya koefisien dalam penelitian ini. Pertama, kedua

variabel diukur melalui laporan diri dari sumber dan waktu yang sama, sehingga sebagian kovarians dapat bersumber dari bias metode umum (Kock et al., 2021), meskipun uji faktor tunggal Harman menunjukkan bahwa bias tersebut tidak dominan. Kedua, model campuran kecerdasan emosional mencakup komponen yang lebih luas daripada kemampuan emosional inti, termasuk pengelolaan diri (O'Connor et al., 2019), sehingga dimensi manajemen diri pada skala kecerdasan emosional secara konseptual beririsan dengan regulasi diri yang diukur pada skala lainnya, sebagaimana tercermin pada korelasi laten kedua konstruk yang berada pada batas diskriminan marginal. Selain itu, pola lama berorganisasi yang tidak linear tidak sejalan dengan asumsi umum bahwa pengalaman berorganisasi secara bertahap memantapkan kemampuan regulasi diri. Berbagai pertimbangan tersebut menunjukkan bahwa besaran hubungan yang diperoleh perlu dikonfirmasi melalui pengukuran multisumber dan desain yang mampu memisahkan tumpang tindih konstruk.

#### **D. Menakar Porsi Variansi yang Belum Terjelaskan**

Koefisien determinasi sebesar 0,461 menunjukkan bahwa kecerdasan emosional menjelaskan 46,1% variansi kemampuan regulasi diri. Merujuk pada pedoman empiris Gignac dan Szodorai (2016) yang menempatkan korelasi sebesar 0,30 sebagai efek relatif besar dalam penelitian perbedaan individual, korelasi sebesar 0,679 yang mendasari angka tersebut tergolong efek besar. Predikat tersebut menggambarkan besaran hubungan dalam model satu prediktor dan tidak menunjukkan bahwa kecerdasan emosional lebih dominan daripada faktor lain yang tidak diuji. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,457 yang hanya terpaut 0,004 menandakan bahwa daya jelas ini tidak digelembungkan oleh jumlah prediktor.

Sisa 53,9% yang tidak dijelaskan menuntut kejujuran penafsiran. Porsi sebesar itu menegaskan bahwa kemampuan meregulasi diri bukan produk tunggal kecakapan emosional, tetapi koefisien determinasi tidak dapat menunjukkan faktor apa yang mengisi porsi tersebut, karena variansi yang tidak dijelaskan juga memuat kesalahan pengukuran dan variasi acak. Berdasarkan kajian teoretis, sekurang-kurangnya empat kelompok faktor patut diduga berperan dan perlu diuji pada penelitian lanjutan. Pertama, faktor bawaan berupa temperamen dan reaktivitas fisiologis yang menentukan seberapa cepat dan seberapa kuat seseorang terangsang oleh stimulus konflik. Kedua, riwayat pengasuhan yang membentuk pola lekat dan repertoar strategi regulasi sejak masa kanak-kanak. Ketiga, faktor situasional berupa iklim komunikasi organisasi, gaya kepemimpinan senior, dan kejelasan tata kelola konflik, yang menentukan apakah lingkungan memberi ruang untuk berpikir jernih atau justru memaksa respons cepat. Keempat, faktor tekanan hidup di luar kampus seperti beban akademik, stabilitas finansial, dan kualitas dukungan sosial teman sebaya, yang menggerus cadangan sumber daya kognitif yang tersedia bagi regulasi diri (Albani et al., 2023).

Analisis pelengkap dalam penelitian ini memberikan sedikit petunjuk mengenai ranah situasional tersebut. Lama pengalaman berorganisasi terbukti membedakan skor regulasi diri secara signifikan ( $F = 3,225$ ;  $p = 0,043$ ), tetapi polanya tidak linear. Kelompok dengan pengalaman 6 bulan sampai 1 tahun justru memperoleh rerata terendah, lebih rendah daripada kelompok pemula maupun kelompok yang telah berorganisasi lebih dari setahun. Pola berbentuk lekukan ini dapat ditafsirkan sebagai fase transisi ketika mahasiswa telah cukup lama berada di dalam organisasi untuk memikul tanggung jawab dan menghadapi gesekan yang nyata, tetapi belum cukup lama untuk mengembangkan repertoar strategi regulasi yang matang. Penafsiran ini bersifat spekulatif dan menuntut pengujian tersendiri, namun mengisyaratkan bahwa pengalaman berorganisasi tidak secara otomatis membentuk kematangan emosional secara bertahap.

#### **E. Implikasi Penelitian**

Pada tataran teoretis, penelitian ini memberikan dukungan empiris bagi kaitan erat antara kecerdasan emosional dan regulasi diri dalam konteks konflik organisasi kemahasiswaan. Integrasi kerangka Goleman, Bandura, dan Gross yang digunakan di sini menjelaskan hampir separuh variansi regulasi diri pada sampel penelitian, sehingga menawarkan model penalaran yang dapat diuji lebih lanjut oleh penelitian sejenis dengan desain yang lebih ketat. Kontribusi lain terletak pada konteksnya: sebagian besar penelitian terdahulu menguji kaitan kedua konstruk ini

pada ranah pembelajaran akademik atau dunia kerja, sedangkan penelitian ini menempatkannya pada ranah konflik organisasi kemahasiswaan yang selama ini kurang tergarap.

Pada tataran praktis, temuan ini mengisyaratkan perlunya mempertimbangkan aspek emosional dalam pembinaan kemahasiswaan. Pelatihan kepemimpinan mahasiswa selama ini cenderung menekankan kecakapan teknis seperti manajemen acara, penyusunan proposal, dan administrasi organisasi, padahal data penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan meredam konflik juga berkaitan erat dengan kecakapan emosional. Materi kesadaran emosi, latihan penilaian ulang kognitif, dan simulasi mediasi konflik karena itu layak dipertimbangkan sebagai bagian dari pembinaan. Meta-analisis menunjukkan bahwa pelatihan kecerdasan emosional menghasilkan peningkatan dengan efek sedang (Mattingly & Kraiger, 2019), tetapi penelitian ini tidak menguji dampak pelatihan semacam itu terhadap regulasi diri, sehingga efektivitasnya dalam konteks organisasi kemahasiswaan perlu dievaluasi terlebih dahulu melalui desain eksperimental atau kuasi-eksperimental.

Bagi pengelola organisasi kemahasiswaan, temuan mengenai responden berkategori rendah, yang mencakup sekitar seperenam sampel, dapat menjadi bahan pertimbangan untuk memperhatikan kebutuhan pendampingan anggota. Penggunaan skala dalam penelitian ini sebagai alat penyaringan anggota belum dapat direkomendasikan, karena skala tidak dikembangkan sebagai instrumen diagnostik, kategorinya disusun berdasarkan norma hipotetik, dan efektivitas penyaringan maupun pendampingan lanjutannya belum diuji. Bagi institusi, hasil ini mendukung pertimbangan untuk mengintegrasikan pengembangan kecakapan emosional ke dalam agenda pembinaan karakter yang lebih luas, disertai evaluasi yang sistematis atas dampaknya terhadap kualitas kehidupan berorganisasi di kampus.

#### **F. Keterbatasan Penelitian**

Sejumlah keterbatasan perlu dikemukakan agar temuan ini ditafsirkan secara proporsional.

Pertama, desain penelitian bersifat korelasional dan menggunakan pengambilan data pada satu titik waktu, sehingga tidak dapat menegaskan kesimpulan kausal secara definitif. Meskipun kerangka teoretis mendukung arah pengaruh dari kecerdasan emosional menuju regulasi diri, kemungkinan hubungan yang bersifat timbal balik tidak dapat dikesampingkan. Pengalaman berhasil meregulasi diri dalam konflik boleh jadi turut mempertajam kepekaan emosional seseorang. Pengujian yang lebih meyakinkan menuntut desain longitudinal atau eksperimental.

Kedua, seluruh data dihimpun melalui laporan diri. Prosedur ini rentan terhadap kesenjangan antara persepsi responden mengenai kemampuannya dan perilakunya yang sesungguhnya, terutama pada konstruk yang bermuatan nilai sosial seperti empati dan pengendalian diri. Penggunaan butir tidak searah dan penegasan kerahasiaan telah diterapkan untuk menekan kecenderungan menjawab secara normatif. Uji faktor tunggal Harman menunjukkan bahwa bias metode umum tidak dominan, tetapi uji tersebut memiliki daya deteksi yang terbatas dan penelitian ini tidak menggunakan skala keinginan sosial (Kock et al., 2021). Pengukuran kedua variabel dari sumber dan waktu yang sama juga berpotensi menggelembungkan koefisien hubungan. Penilaian oleh rekan sejawat, observasi perilaku langsung, atau pemisahan waktu pengukuran antarvariabel akan memberikan gambaran yang lebih terpercaya.

Ketiga, model penelitian hanya melibatkan satu variabel bebas. Porsi 53,9% variansi yang belum terjelaskan menunjukkan bahwa model ini belum menangkap keseluruhan mekanisme yang bekerja. Penelitian lanjutan disarankan menguji model multivariat dengan menyertakan variabel seperti iklim komunikasi organisasi, gaya kepemimpinan, dukungan sosial, atau tekanan akademik, baik sebagai prediktor tambahan maupun sebagai variabel moderator.

Keempat, sampel terbatas pada mahasiswa satu perguruan tinggi dengan karakter kelembagaan yang khas, sehingga generalisasi ke populasi mahasiswa yang lebih luas perlu dilakukan dengan hati-hati. Komposisi responden juga didominasi oleh pegiat organisasi dengan pengalaman kurang dari satu tahun, sementara kelompok dengan pengalaman lebih dari dua tahun tidak terwakili. Temuan mengenai pola lekukan pada variabel lama berorganisasi karena itu perlu diuji ulang pada sampel dengan rentang pengalaman yang lebih lengkap.

Kelima, kedua skala merupakan instrumen yang disusun peneliti tanpa melalui uji validitas isi oleh ahli. Analisis faktor konfirmatori mendukung struktur satu faktor pada masing-masing

skala, tetapi sub-dimensi yang dirumuskan secara teoretis tidak dapat dibedakan secara empiris, nilai AVE kedua skala belum mencapai 0,50, dan dua butir kecerdasan emosional memiliki muatan di bawah 0,50. Korelasi laten antara kedua konstruk juga berada pada batas diskriminan marginal, sehingga tumpang tindih konseptual antara dimensi manajemen diri pada skala kecerdasan emosional dengan konstruk regulasi diri tetap perlu diperhitungkan. Penelitian lanjutan disarankan melakukan penilaian ahli sebelum pengumpulan data, memperbaiki butir bermuatan rendah, dan menguji ulang struktur sub-dimensi pada sampel yang lebih besar.

#### 4. Simpulan dan saran

##### A. Simpulan

Penelitian ini menguji pengaruh tingkat kecerdasan emosional terhadap kemampuan regulasi diri mahasiswa Universitas PGRI Yogyakarta dalam menghadapi konflik sosial di lingkungan organisasi kemahasiswaan. Berdasarkan analisis terhadap 150 responden yang memenuhi seluruh kriteria inklusi purposive, diperoleh tiga simpulan pokok.

Pertama, tingkat kecerdasan emosional maupun kemampuan regulasi diri mahasiswa aktivis organisasi berada pada kategori sedang. Sebanyak 105 responden (70,0%) tergolong sedang pada kecerdasan emosional dan 109 responden (72,7%) tergolong sedang pada regulasi diri. Rerata empirik kedua variabel praktis berimpit dengan mean hipotetiknya, dengan selisih masing-masing hanya 0,55 dan 0,31 poin. Pada kedua ujung sebaran, proporsi kategori rendah (16,7% dan 16,0%) sedikit melampaui proporsi kategori tinggi (13,3% dan 11,3%), sehingga terdapat kelompok berkategori rendah yang mencakup sekitar seperenam sampel. Analisis sub-dimensi menunjukkan rentang rerata yang sangat sempit, yakni 2,93 hingga 3,02, yang berarti kedua konstruk berkembang secara relatif serempak dan keragaman antarindividu jauh melampaui keragaman antaraspek.

Kedua, kecerdasan emosional secara positif dan signifikan memprediksi kemampuan regulasi diri mahasiswa dalam menghadapi konflik sosial. Persamaan regresi yang terbentuk adalah  $Y = 11,633 + 0,405X$ , dengan nilai  $t$  hitung sebesar 11,250 yang melampaui  $t$  tabel 1,976 dan nilai  $F$  hitung sebesar 126,565 yang melampaui  $F$  tabel 3,905, keduanya pada signifikansi di bawah 0,001. Interval kepercayaan 95% bagi koefisien arah membentang dari 0,334 hingga 0,476 dan tidak memuat angka nol. Hipotesis nol karena itu ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Setiap perbedaan satu poin skor kecerdasan emosional diasosiasikan dengan perbedaan 0,405 poin skor regulasi diri. Karena data dihimpun secara potong lintang, temuan ini menunjukkan hubungan prediktif dan tidak dapat ditafsirkan sebagai bukti hubungan sebab-akibat.

Ketiga, koefisien korelasi sebesar 0,679 tergolong efek besar menurut pedoman empiris yang digunakan dalam penelitian ini, dan kecerdasan emosional menjelaskan 46,1% variansi kemampuan regulasi diri. Sisanya sebesar 53,9% tidak dijelaskan oleh model penelitian ini, yang menegaskan bahwa kemampuan meregulasi diri bukan produk tunggal kecakapan emosional semata. Karena model hanya memuat satu prediktor, temuan ini tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional lebih dominan daripada faktor lain.

Ditinjau dari kerangka teoretis yang diintegrasikan, ketiga simpulan di atas selaras dengan postulat bahwa kecerdasan emosional berfungsi sebagai prasyarat fungsional bagi bekerjanya mekanisme regulasi diri, meskipun mekanisme tersebut belum diuji secara langsung dalam penelitian ini. Kepekaan mengenali gejolak emosi sejak dini membuka jeda waktu yang diperlukan untuk mengaktifkan strategi penilaian ulang kognitif sebelum respons emosional mengunci perilaku, sekaligus memasok informasi afektif yang akurat bagi siklus observasi diri, penilaian, dan reaksi diri.

##### B. Saran

Berdasarkan simpulan tersebut, diajukan sejumlah saran yang ditujukan kepada empat pihak.

##### Bagi Institusi dan Pengelola Kemahasiswaan.

Materi pengembangan kecakapan emosional dapat dipertimbangkan untuk diujicobakan dalam agenda pelatihan kepemimpinan mahasiswa, berdampingan dengan materi teknis seperti manajemen acara, penyusunan proposal, dan administrasi organisasi. Pelatihan kesadaran emosi, latihan penilaian ulang kognitif, dan simulasi mediasi konflik dapat dirancang sebagai program

percontohan yang dievaluasi secara sistematis, misalnya melalui pengukuran sebelum dan sesudah pelatihan dengan kelompok pembandingan, sebelum ditetapkan sebagai komponen tetap. Rancangan pelatihan sebaiknya mempertimbangkan profil sub-dimensi yang relatif seragam pada sampel penelitian ini, dengan tetap menyesuaikannya pada kebutuhan peserta.

#### **Bagi Pengurus Organisasi Kemahasiswaan.**

Pengurus organisasi dapat memperhatikan kebutuhan pendampingan anggota yang mengalami kesulitan mengelola emosi dalam situasi konflik, tetapi penggunaan skala penelitian ini sebagai alat penyaringan anggota belum disarankan sebelum instrumen tersebut divalidasi untuk tujuan diagnostik dan efektivitas pendampingannya diuji. Selain itu, penyusunan tata kelola konflik yang jelas, misalnya aturan main dalam forum rapat dan mekanisme penyelesaian perselisihan, perlu diupayakan agar lingkungan organisasi memberi ruang bagi anggota untuk berpikir jernih alih-alih memaksa respons cepat yang bersifat reaktif.

#### **Bagi Mahasiswa.**

Mahasiswa disarankan membiasakan diri mengenali tanda awal gejala emosinya sendiri, seperti perubahan irama napas, dada berdebar, atau nada suara yang meninggi, karena kepekaan semacam itulah yang membuka jeda untuk memilih respons secara sadar. Latihan memandang perdebatan sebagai proses mematangkan gagasan, bukan sebagai serangan terhadap diri, umumnya dipandang sebagai strategi yang lebih adaptif dibandingkan sekadar menahan ekspresi emosi yang telanjur muncul (McRae & Gross, 2020). Keterlibatan dalam organisasi juga sebaiknya dijalani dengan kesadaran reflektif, mengingat penelitian ini menemukan bahwa lamanya berorganisasi tidak secara otomatis membentuk kematangan emosional.

#### **Bagi Peneliti Selanjutnya.**

Empat arah pengembangan patut dipertimbangkan. Pertama, pengujian model multivariat dengan menyertakan variabel seperti iklim komunikasi organisasi, gaya kepemimpinan, dukungan sosial teman sebaya, atau tekanan akademik, baik sebagai prediktor tambahan maupun sebagai variabel moderator, guna menjangkau porsi 53,9% variansi yang belum terjelaskan. Kedua, penggunaan desain longitudinal atau eksperimental untuk menguji arah kausalitas secara lebih meyakinkan sekaligus menakar kemungkinan hubungan timbal balik antara kedua variabel. Ketiga, pelengkapan data swalapor dengan penilaian rekan sejawat atau observasi perilaku langsung agar kesenjangan antara persepsi diri dan perilaku nyata dapat dijembatani. Keempat, perluasan sampel ke beberapa perguruan tinggi dengan karakter kelembagaan yang beragam dan rentang pengalaman berorganisasi yang lebih lengkap, terutama untuk menguji ulang pola lekukan yang ditemukan pada variabel lama berorganisasi.

#### **Daftar Rujukan**

- Albani, A., Ambrosini, F., Mancini, G., Passini, S., & Biolcati, R. (2023). Trait emotional intelligence and self-regulated learning in university students during the COVID-19 pandemic: The mediation role of intolerance of uncertainty and COVID-19 perceived stress. *Personality and Individual Differences*, 203, 111999. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111999>
- Arnsten, A. F. T., & Shanafelt, T. (2021). Physician distress and burnout: The neurobiological perspective. *Mayo Clinic Proceedings*, 96(3), 763–769. <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2020.12.027>
- Aulizalsini, W., & Rizal, R. R. (2024). Mengkaji kecerdasan emosional dan regulasi emosi pada mahasiswa yang bekerja. *Social Philantropic: Jurnal Kajian Ilmu Sosial dan Psikologi*, 2(2), 52–56.
- Boroş, S. (2020). Controversy without conflict: How group emotional awareness and regulation can prevent conflict escalation. *Group Decision and Negotiation*, 29(2), 251–269. <https://doi.org/10.1007/s10726-020-09659-1>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Dewitasari, S., & Raharjo, T. (2026). The role of self-regulation and emotional intelligence in enhancing problem-solving skills among organizationally active students. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 7(3), 1555–1568. <https://doi.org/10.51276/edu.v7i3.1754>

- Endah Palupi, G., & Barus, G. (2024). Menelisik kecerdasan emosional mahasiswa aktivis kampus. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 8(1), 108–115. <https://doi.org/10.23887/jppp.v8i1.61434>
- Funder, D. C., & Ozer, D. J. (2019). Evaluating effect size in psychological research: Sense and nonsense. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, 2(2), 156–168. <https://doi.org/10.1177/2515245919847202>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25* (Ed. ke-9). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gignac, G. E., & Szodorai, E. T. (2016). Effect size guidelines for individual differences researchers. *Personality and Individual Differences*, 102, 74–78. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.069>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Hazla, R. E., Syakiira, R., & Rahman, S. (2023). Hubungan self-regulated learning dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti program internship. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(1), 117–130. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.3716>
- Ilyas, I. F., & Chu, X. (2019). *Data cleaning*. ACM Books. <https://doi.org/10.1145/3310205>
- Jebb, A. T., Ng, V., & Tay, L. (2021). A review of key Likert scale development advances: 1995–2019. *Frontiers in Psychology*, 12, 637547. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.637547>
- Kang, H. (2021). Sample size determination and power analysis using the G\*Power software. *Journal of Educational Evaluation for Health Professions*, 18, 17. <https://doi.org/10.3352/jeehp.2021.18.17>
- Kock, F., Berbekova, A., & Assaf, A. G. (2021). Understanding and managing the threat of common method bias: Detection, prevention and control. *Tourism Management*, 86, 104330. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2021.104330>
- Lokita, K. E., Siahaan, F. M. M., & Widyasari, P. (2021). The mediating effect of emotion regulation on the mindfulness and impulsivity of high school students. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(2), 199–214. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i2.8953>
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150–186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>
- Mattingly, V., & Kraiger, K. (2019). Can emotional intelligence be trained? A meta-analytical investigation. *Human Resource Management Review*, 29(2), 140–155. <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2018.03.002>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- McKinney, W. (2022). *Python for data analysis: Data wrangling with pandas, NumPy, and Jupyter* (3rd ed.). O'Reilly Media.
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Mestre, J. M., MacCann, C., Guil, R., & Roberts, R. D. (2016). Models of cognitive ability and emotion can better inform contemporary emotional intelligence frameworks. *Emotion Review*, 8(4), 322–330. <https://doi.org/10.1177/1754073916650497>
- Nurmawati, N., Hajar, S., & Apriyanto, T. D. (2023). Cultur shock pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 175–188. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.4658>
- O'Connor, P. J., Hill, A., Kaya, M., & Martin, B. (2019). The measurement of emotional intelligence: A critical review of the literature and recommendations for researchers and practitioners. *Frontiers in Psychology*, 10, 1116. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01116>
- Preece, D. A., Becerra, R., Robinson, K., & Gross, J. J. (2020). The Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric properties in general community samples. *Journal of Personality Assessment*, 102(3), 348–356. <https://doi.org/10.1080/00223891.2018.1564319>

- Robitzsch, A. (2020). Why ordinal variables can (almost) always be treated as continuous variables: Clarifying assumptions of robust continuous and ordinal factor analysis estimation methods. *Frontiers in Education*, 5, 589965. <https://doi.org/10.3389/feduc.2020.589965>
- Rohrer, J. M. (2018). Thinking clearly about correlations and causation: Graphical causal models for observational data. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, 1(1), 27–42. <https://doi.org/10.1177/2515245917745629>
- Rönkkö, M., & Cho, E. (2022). An updated guideline for assessing discriminant validity. *Organizational Research Methods*, 25(1), 6–14. <https://doi.org/10.1177/1094428120968614>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>
- Sembiring, D. A. B. (2025). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap efektivitas kepemimpinan mahasiswa. *Jurnal Media Akademik*, 3(11). <https://jurnal.mediaakademik.com/index.php/jma/article/view/3433>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syaifullah, S. K. (2024). *Hubungan antara regulasi diri dan kecerdasan emosi dengan stres akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. UMS ETD-db. <https://eprints.ums.ac.id/128692/>
- Taber, K. S. (2018). The use of Cronbach's alpha when developing and reporting research instruments in science education. *Research in Science Education*, 48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>
- Van Buuren, S. (2018). *Flexible imputation of missing data* (2nd ed.). CRC Press. <https://doi.org/10.1201/9780429492259>
- Winardi, M. A., Prentice, C., & Weaven, S. (2022). Systematic literature review on emotional intelligence and conflict management. *Journal of Global Scholars of Marketing Science*, 32(3), 372–397. <https://doi.org/10.1080/21639159.2020.1808847>