



Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Kontrol Diri pada Mahasiswa Berasrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Sri Astita Mohi^{1*}, Salahuddin Liputo¹, Muhammad Mursyid¹, Thamrin A. Kum¹

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

*Corresponding Author's e-mail: sriastita0@gmail.com

Article History:

Received: July 20, 2025

Revised: July 31, 2025

Accepted: August 6, 2025

Keywords:

Spiritual Intelligence, Self-Control, Dormitory Students

Abstract: This study aims to determine the relationship between spiritual intelligence and self-control among dormitory students at Muhammadiyah University of Gorontalo. Spiritual intelligence refers to an individual's ability to understand the meaning of life, values, and self-awareness toward God and others, which is believed to play a role in shaping self-control. This research employs a quantitative approach with a correlational method. The sample consists of 129 dormitory students, determined using the Slovin formula. The instruments used were a spiritual intelligence scale and a self-control scale. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation test via SPSS 20. The results show a significance value of $0.000 < 0.05$ and a correlation coefficient of 0.316, indicating a positive and significant relationship between spiritual intelligence and self-control. This means that the higher the spiritual intelligence, the better the self-control of dormitory students.

Copyright © 2025, The Author(s).

This is an open access article under the CC-BY-SA license



How to cite: Mohi, S. A., Liputo, S., Mursyid, M., & Kum, T. A. (2025). Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Kontrol Diri pada Mahasiswa Berasrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 4(8), 963–976. <https://doi.org/10.55681/sentri.v4i8.4295>

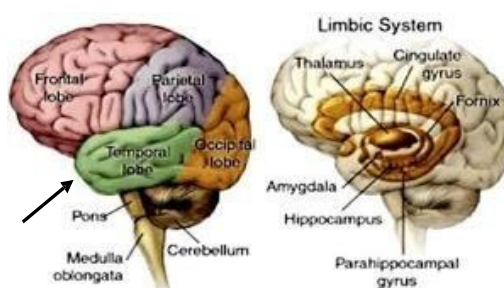
PENDAHULUAN

Remaja, dalam pandangan Hurlock secara global, adalah tahap transisi anak-anak ke masa dewasa. Pada proses tersebut remaja dalam kehidupan penuh tantangan, dan penyesuaian yang mempengaruhi perkembangan psikologis dan sosial remaja. Menurut teori tahapan perkembangan psikososial Erik Erikson usia remaja (12-20) tahun, tugas perkembangan remaja adalah menemukan identitas diri, jati diri, kemudian memahami minat dan bakatnya. Namun, dalam proses pencarian ini remaja mengalami krisis identitas, yang dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi, stres, atau kesulitan dalam pengambilan keputusan. (Mokalu & Boangmanalu, 2021). Selain itu, WHO menetapkan bahwa rentang usia remaja adalah antara 12 hingga 24 tahun (Avita dkk., 2021).

Krisis identitas yang dialami remaja sering kali disebabkan oleh kurangnya kontrol diri. Ketika individu tidak mampu mengendalikan emosi atau tindakan, mereka lebih rentan terhadap stres, kecemasan, dan rendahnya rasa percaya diri (Widiarti, 2010). Data dari LPPK di tahun 2022, sekitar 60% remaja di Indonesia mengaku bingung tentang siapa diri mereka. Kurangnya kontrol diri juga dapat memperburuk hubungan sosial dan menyebabkan perilaku menyimpang. Menurut (Wulandari dkk., 2020) remaja yang punya kontrol diri yang positif mampu menguasai serta menekan rangsangan emosi negatif sehingga dapat menghindari gangguan kecemasan. Menurut Hornby, kontrol diri merupakan keterampilan untuk mengontrol perilaku, menahan diri, atau mengendalikan

emosi. Contohnya adalah usaha untuk tidak menunjukkan kemarahan atau mengatur sikap saat menghadapi situasi sulit (Fachrozie dkk., 2021). Papalia & Feldman, (2017) menambahkan bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh aspek emosional serta motivasi dan kesabaran dalam mencapai tujuan hidup (Chisan & Jannah, 2021). Faktor-faktor internal seperti usia, pengalaman sosial, dan pola asuh, serta faktor eksternal seperti lingkungan keluarga dan peran orang tua juga berkontribusi terhadap pembentukan kontrol diri (Ghufron & Risnawati, 2010; (Permatasari dkk., 2024).

Salah satu upaya dalam memperkuat kontrol diri adalah melalui penguatan *spiritual quetiont*. Dana Zohar menjelaskan bahwa kecerdasan spiritual adalah jenis kecerdasan tertinggi yang mendorong individu mengatasi masalah kehidupan. Penelitian dari ahli saraf Ramachandran di Universitas California San Diego menemukan keberadaan *God Spot* di otak, yaitu area saraf yang berkaitan dengan pengalaman spiritual (Damayanti & Solihin, 2019). Dengan demikian, secara biologis pun spiritualitas memainkan peran dalam pengaruh terhadap perilaku dan emosi manusia (Damayanti & Solihin, 2019)



Gambar 1. Anatomi Otak (Agustriani & Fauziyah, 2022)

Kecerdasan spiritual juga tercermin dalam ajaran agama, seperti dalam QS. Luqman ayat 17 yang menekankan pentingnya salat, berbuat baik mencegah perilaku buruk, serta kesabaran dalam menghadapi cobaan. Praktik-praktik ibadah seperti salat dan puasa bukan hanya ritual, tetapi juga sarana pengendalian diri yang berdampak pada ketenangan jiwa dan perilaku individu. “Individu yang benar salatnya maka akan benar pula amal perbuatannya.” Dalam QS. Luqman Ayat 17:

يٰۤاَيُّهَا اَقِمِ الصَّلٰوةَ وَاْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاَصْبِرْ عَلٰى مَا اَصَابَكَ ۗ ۙ اِنَّ ذٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الْاُمُوْر

Artinya: Wahai Anaku! Laksanakanlah salat dan suruhlah (manusia) berbuat yang makruf dan cegahlah (mereka) dari yang mungkar dan bersabarlah terhadap apa yang menimpamu, sesungguhnya yang demikian itu termasuk perkara yang penting.

Di Kabupaten Gorontalo, terdapat perguruan tinggi Universitas Muhammadiyah Gorontalo, kampus ini beda dengan kampus lainnya, yang membedakannya yaitu menyediakan program wajib berasrama “bekal untuk akhirat kelak”, program berasrama dimulai dari angkatan saya sendiri, angkatan 2021 sebagai pembuka program ini, jujur menurut perspektif saya program ini memberikan manfaat dan sebagai dasar kami melanjutkan pendidikan, disana kami mendalami lagi ajaran tauhid kemudian spiritualitas dan tidak hanya menyediakan bekal akhirat, akan tetapi mengasah *soft skill* mahasiswa. Adapun Program-programnya melalui bimbingan baca Al-Qur’an, kultum, hafalan, salat berjamaah, dan puasa sunnah. Program ini bertujuan membentuk karakter dan kedisiplinan. Namun berdasarkan pengambilan data awal, ditemukan bahwa ketiga responden memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi, namun kontrol diri mereka tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mereka masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan diri. Secara teori, kecerdasan spiritual seharusnya berkontribusi terhadap peningkatan kontrol diri. Namun, pada mahasiswa berasrama yang menjadi responden

penelitian ini, ditemukan adanya kendala dalam mengelola emosi dan membangun kepercayaan diri. Lingkungan dapat menjadi faktor yang membentuk maupun menghambat kontrol diri mahasiswa, sehingga masalah tersebut menarik untuk diteliti.

Hasil wawancara, mahasiswa berinisial R menunjukkan sikap masa bodoh terhadap masalah yang dihadapi dan lebih memilih menghabiskan waktu dengan media sosial. Ia juga mengalami kesulitan dalam mengontrol perilaku, seperti cenderung memarahi orang yang memfitnahnya, tidak sabar terhadap orang lain yang mengganggu aktivitasnya, serta sulit menetapkan pendirian dalam mengambil keputusan. Selain itu, ia merasa ragu terhadap kemampuannya sendiri. Saat mengikuti kegiatan kultum dan berbicara di depan umum, ia mengalami ketidakpercayaan diri dan ketakutan. Kehidupan yang penuh aturan di asrama membuatnya merasa tertekan, serta ia mengungkapkan rasa kecewanya terhadap pencapaian yang belum terpenuhi. Ia juga mengakui bahwa sebelum tinggal di asrama, ia tidak menjalankan salat lima waktu secara rutin. Mahasiswa berinisial AD mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya di lingkungan asrama. Salah satu pengalaman yang ia ceritakan adalah ketika seseorang mengetuk pintu kamarnya dengan keras saat ia sedang tidur, yang membuatnya sangat marah hingga menyindir orang tersebut. Ia juga merasa tidak nyaman dengan individu yang sering marah tanpa alasan jelas, dan situasi ini sering ia temui selama tinggal di asrama. Selain itu, pengalaman menjalani puasa pertama kalinya tanpa keluarga membuatnya merasa sedih dan harus beradaptasi dengan kondisi baru di asrama.

Mahasiswa berinisial N mengungkapkan bahwa ia kesulitan mengendalikan mood dengan cepat. Ketika melakukan kesalahan, ia tidak mudah memperbaikinya, serta cenderung menunda pekerjaan, termasuk tugas akademik. Saat tersinggung, ia mengalami kesulitan untuk merespons dengan baik. Ia juga sulit menetapkan pendirian dan sering merasa ragu terhadap kemampuannya sendiri. Dalam menghadapi masalah, ia lebih memilih menghindar daripada menyelesaikannya. Selain itu, ia masih merasa kecewa dengan jurusan yang diambil karena tidak sesuai dengan keinginannya. Awalnya, ia diterima di jurusan yang diinginkan, tetapi tidak mendapatkan izin dari orang tua dan selama menjalani kehidupan di asrama, ia juga menghadapi permasalahan keluarga, yang semakin meningkatkan tingkat stres yang dialaminya.

Fenomena-fenomena ini menunjukkan bahwa kurangnya kontrol diri tidak hanya berdampak pada perilaku menyimpang, tetapi juga berpengaruh terhadap regulasi emosi, stres, dan ketidakmampuan dalam menghadapi tantangan kehidupan. Hal ini menjadi perhatian yang penting untuk dikaji, terutama mengingat pentingnya kontrol diri dalam proses perkembangan remaja, khususnya mahasiswa yang tinggal di lingkungan berasrama dengan aturan dan tekanan sosial yang cukup tinggi. Sejumlah penelitian terdahulu juga memperlihatkan adanya hubungan antara variabel yang diteliti, di antaranya Rini Susanti *et al.* (2022) yang menemukan hubungan signifikan pada siswa SMP Swasta Batam ($p = 0,001$), Fourkhani & Kusmiyanti (2021) yang menunjukkan korelasi kuat pada narapidana ($r = 0,701$), serta Ardian (2020) yang menemukan hubungan positif signifikan pada mahasiswa Universitas Islam Riau ($r = 0,754$, $p = 0,000$). Perbedaan-pengambilan populasi, lokasi, dan teknik dan rumus penarikan sampel penelitian. Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melihat seberapa besar korelasi atau hubungan kecerdasan spiritual dengan kontrol diri mahasiswa berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

LANDASAN TEORI

Kontrol Diri

Penelitiannya, James R. Averill (1973) mengkaji kontrol pribadi dan hubungannya dengan stres, yang terbagi menjadi kontrol perilaku, *control cognitive*, dan *control decisional*. Hasil penelitiannya menunjukkan pengendalian diri berperan dalam mengelola stres, tetapi dampaknya dapat berbeda. Kontrol dapat mengurangi stres jika individu mampu mengelolanya dengan baik, namun dalam kondisi tertentu justru meningkatkan stres, terutama jika individu merasa terbebani atau menghadapi ketidakpastian. Temuan ini menegaskan bahwa kontrol diri tidak hanya bergantung pada tindakan, tetapi juga pada bagaimana individu memaknainya dalam menghadapi tekanan (Averill, 1973). Menurut Averil (1973), Kontrol diri adalah keterampilan individu dalam memperbaiki perilakunya, memproses informasi yang mau dan tidak mau diproses serta melihat sikap perilaku berdasarkan yang diyakini. Pendapat dikemukakan oleh Averill memiliki fokus dalam perangkat keterampilan, keteraturan untuk melihat tindakan yang sesuai dengan keyakinan seseorang (*TEORI-TEORI PSIKOLOGI.pdf*, t.t.). Lazarus (1976), pakar psikologi pengendalian diri, menyatakan bahwa pengendalian diri yaitu pengambilan keputusan seseorang dari penalaran *cognitive* dalam mengendalikan perilaku untuk menambah hasil atau tujuan tertentu lain yang diinginkan. Goldfido dan Marbaum menyatakan pengendalian diri merupakan kemampuan seseorang untuk merencanakan, mengarahkan, dan mengontrol perilaku mereka untuk mencapai hasil yang positif dan bermanfaat. (Nafi', 2021).

Kecerdasan Spiritual

Khalil A. Khavari, *Ph.D* adalah profesor *emeritus* psikologi di *University of Wisconsin-Milwaukee*, tempat ia mengajar dari 1967. Ia pernah menjadi konsultan penelitian untuk *U.S. Veterans Administration* dan peninjau penelitian di berbagai lembaga ilmiah, di *National Institutes of Health*. Khavari telah menulis lebih dari 100 publikasi ilmiah dalam bidang psikologi serta terlibat dalam jurnal akademik ternama. Fokus kajiannya meliputi resolusi konflik, pernikahan, keluarga, spiritualitas, dan agama. Salah satu bukunya yang terkenal, *Spiritual Intelligence: Happiness*, membahas pentingnya kecerdasan spiritual dalam kehidupan. Kecerdasan spiritual, menurut Khalil A. Khavari dalam buku *The Art of Happiness* (2002), adalah kemampuan manusia dalam aspek non material (jiwa) yang dapat diasah untuk mencapai kebahagiaan sejati. Kecerdasan ini membantu seseorang tetap bahagia tanpa bergantung pada keadaan eksternal karena memberikan pandangan positif terhadap masalah dan kearifan dalam menghadapi masalah. Kekuatan spiritual dapat membantu seseorang bertahan dan melanjutkan hidup dalam situasi sulit seperti kehilangan, perceraian, atau keterasingan sosial.

Menurut K. A. Khavari (2000), kecerdasan spiritual merupakan gabungan antara kecerdasan intelegensi dan emosional. Ini bentuk kecerdasan tertinggi karena menjadi dasar dan sumber bagi kecerdasan lainnya. Kecerdasan spiritual mencakup kemampuan seseorang dalam menunjukkan perilaku yang penuh makna, menyelesaikan persoalan terkait makna hidup, serta menilai dan memilih tindakan serta arah hidup yang bermakna (Avita dkk., 2021). Pada tahun 1997, Danah Zohar mencetuskan spiritualitas adalah peningkatan fungsi dan kesejahteraan dalam kehidupan sehari-hari, dan menurut pandangan umum Armstrong, manusia menemukan dan mengembangkan makna hidup dan keberadaan, dan bergerak menuju pertumbuhan, tanggung jawab pribadi, dan

hubungan dengan orang lain (Amram, 2022). Zohar dan Marshall (2001), yang pertama kali memperkenalkan konsep kecerdasan spiritual, menyatakan bahwa kecerdasan spiritual adalah bentuk kecerdasan untuk menangani masalah, makna serta nilai itu melihat bagaimana seseorang memahami dan menerapkan nilai spirit dalam kehidupan, serta transformative yaitu membawa perubahan yang mendalam (peningkatan kesadaran diri). Contohnya seseorang yang hidupnya tidak memiliki tujuan, tetapi setelah memahami nilai spirit, seseorang mulai melihat makna dalam setiap pengalamannya bisa bermakna positif (Adrian, 2020). Menurut (Muhammad Mursyid, 2024), pembiasaan seperti mentoring, tahfidz, dan salat berjamaah bukan hanya membentuk religiusitas, tetapi juga mendekatkan individu pada Tuhan dan membantu merenungi makna hidup, selaras dengan aspek kecerdasan spiritual yang menempatkan hubungan dengan Tuhan sebagai pusat sikap dan keputusan hidup.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah pendekatan kuantitatif, yang berlandaskan pada paradigma positivisme. Penelitian ini bertujuan untuk menguji teori atau hipotesis terkait permasalahan sosial dengan menggunakan variabel-variabel yang diukur secara numerik. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara statistik guna menguji kebenaran prediksi serta menghasilkan generalisasi yang bersifat empiris dan objektif. Sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (e) sebesar 5%. Dari populasi sebanyak 190 orang, diperoleh jumlah sampel sebesar 129 responden setelah perhitungan dan pembulatan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa skala psikologis untuk mengukur dua variabel utama, yaitu kecerdasan spiritual dan kontrol diri. Skala disusun dalam bentuk pernyataan yang mencerminkan indikator perilaku dari masing-masing variabel dan disajikan menggunakan skala Likert empat poin, yaitu: sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), setuju (3), dan sangat setuju (4). Skala kontrol diri dikembangkan berdasarkan teori James R. Averill (1973) yang mencakup aspek kontrol perilaku, kognitif, dan pengambilan keputusan, terdiri dari 29 item dan diadaptasi dari penelitian Ardian (2020). Sementara itu, skala kecerdasan spiritual didasarkan pada teori Khalil A. Khavari (2000), meliputi aspek relasi spiritual-keagamaan, sosial-keagamaan, dan etika sosial, terdiri dari 26 item, dan diadaptasi dari penelitian Avita et al. (2021).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode statistik dengan bantuan software SPSS for Windows. Analisis dilakukan untuk menguji karakteristik data serta hubungan antara variabel kecerdasan spiritual (X) dan kontrol diri (Y). Tahapan analisis meliputi uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov untuk melihat distribusi data, uji linearitas untuk menguji apakah hubungan antar variabel bersifat linear, serta uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui signifikansi hubungan antar variabel. Selain itu, analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel secara tunggal melalui rata-rata, simpangan baku, dan reliabilitas alat ukur (Alpha Cronbach). Sedangkan analisis bivariat digunakan untuk menguji kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel utama dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Jenis dan Usia

Karakteristik	N	%
Usia		
17 Tahun	5	3,9
18 Tahun	37	28,7
19 Tahun	46	35,7
20 Tahun	22	17,1
21 Tahun	12	9,3
22 Tahun	7	5,4
Jenis Kelamin		
Perempuan	108	83,7
Laki-laki	21	16,3
Total	129	100,0

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS, 20.

Dari tabel 10 karakteristik dengan jumlah 129 responden diketahui berdasarkan usia diperoleh sebagian besar dalam usia 19 tahun sebanyak 46 responden (35,7%) dan berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 108 responden (83,7%).

Uji Statistik Deskriptif

Berdasarkan hasil analisis data kontrol diri dan kecerdasan spiritual melalui aplikasi SPSS, diperoleh data statistik yang ditampilkan pada tabel dibawah ini :

Tabel 2. Deskriptif Statistik

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
Kecerdasan Spiritual	129	36	59	47,95	5,486
Kontrol Diri	129	36	71	52,68	5,28

Sumber : Hasil Olah Data SPSS

Dari tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa data statistik deskriptif untuk kecerdasan spiritual memiliki nilai minimum sebesar 36, nilai maksimu 59, nilai rata-rata 47,95 dan standar deviasi 5,486. Sedangkan statistik deskriptif variabel kontrol diri memiliki nilai minimum sebesar 36, nilai maksimu 71, nilai rata-rata 52,68 dan standar deviasi 5,28.

Kategorisasi Variabel

Tingkat kecerdasan spiritual dan kontrol diri dibagi oleh peneliti pada tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Klasifikasi ini ditentukan setelah diketahui nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi (SD). Berdasarkan hasil tersebut, peneliti kemudian menetapkan tingkat kategori kecerdasan spiritual dan kontrol diri menggunakan standar klasifikasi sebagai berikut :

Tabel 3. Rumus Kategorisasi

Rendah	$X < (M-1SD)$
Sedang	$(M-1SD) < X < (M+1SD)$
Tinggi	$X > (M + 1SD)$

Keterangan :
 X : skor total
 M : Mean
 SD : Standar Deviasi

Kategori Kecerdasan Spiritual**Tabel 4.** Kategorisasi Kecerdasan Spiritual

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 42$	20	15,5
Sedang	$42 < X < 53$	88	68,2
Tinggi	$X > 53$	21	16,3
Total		129	100,0

Berdasarkan distribusi kategorisasi subjek pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa skala kecerdasan spiritual pada kategori rendah menunjukkan 15,5%, kategori sedang menunjukkan 68,2% dan kategori tinggi menunjukkan 16,3%. Hal ini menyampaikan bahwa sebagian besar subjek ditemukan dalam kategori sedang.

Tabel 5. Kategorisasi Aspek Kecerdasan Spiritual

Aspek	Kategori	Frekuensi	Presentase
Relasi-Spiritual Keagamaan	Rendah	11	8,5
	Sedang	110	85,3
	Tinggi	8	6,2
Relasi Sosial Keagamaan	Rendah	11	8,5
	Sedang	114	88,4
	Tinggi	4	3,1
Aspek Etika Sosial	Rendah	12	9,3
	Sedang	97	75,2
	Tinggi	20	15,5
Total		129	100,0

Berdasarkan distribusi kategorisasi aspek pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa aspek relasi spiritual keagamaan pada kategori rendah menunjukkan 8,5%, kategori sedang menunjukkan 85,3% dan kategori tinggi menunjukkan 6,2%. Aspek relasi sosial keagamaan pada kategori rendah menunjukkan 8,5%, kategori sedang menunjukkan

88,4% dan kategori tinggi menunjukkan 3,1%. Aspek etika sosial pada kategori rendah menunjukkan 9,3%, kategori sedang menunjukkan 75,3% dan kategori tinggi menunjukkan 15,5%.

Kategori Kontrol Diri

Tabel 6. Kategorisasi Kontrol Diri

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 47$	17	13,2
Sedang	$47 < X < 58$	92	71,3
Tinggi	$X > 58$	20	15,5
Total		129	100,0

Berdasarkan distribusi kategorisasi subjek pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa skala kontrol diri pada kategori rendah menunjukkan 13,2%, kategori sedang menunjukkan 71,3% dan kategori tinggi menunjukkan 15,5%. Hal ini menyampaikan bahwa sebagian besar subjek ditemukan dalam kategori sedang.

Tabel 7. Kategorisasi Aspek Kontrol Diri

Aspek	Kategori	Frekuensi	Presentase
Kontrol Perilaku	Rendah	23	17,8
	Sedang	99	76,7
	Tinggi	7	5,4
Kontrol Kognitif	Rendah	38	29,5
	Sedang	74	57,4
	Tinggi	17	13,2
Kontrol Pengambilan Keputusan	Rendah	7	5,4
	Sedang	112	86,8
	Tinggi	10	7,8
Total		129	100,0

Berdasarkan distribusi kategorisasi aspek pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa aspek kontrol perilaku pada kategori rendah menunjukkan 17,8%, kategori sedang menunjukkan 76,7% dan kategori tinggi menunjukkan 5,4%. Aspek kontrol kognitif pada kategori rendah menunjukkan 29,5%, kategori sedang menunjukkan 57,4% dan kategori tinggi menunjukkan 13,2%. Aspek kontrol pengambilan keputusan pada kategori rendah menunjukkan 5,4%, kategori sedang menunjukkan 86,8% dan kategori tinggi menunjukkan 7,8%.

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan memastikan data berasal dari populasi berdistribusi normal (Sugiyono, 2019), menggunakan Shapiro-Wilk (<50 responden) atau Kolmogorov-Smirnov (>50 responden) (Sugiyono, 2019).

Tabel 8. Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test				
			Kontrol Diri	Kecerdasa n Spiritual
N			129	129
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		52.68	47.95
	Std. Deviation		5.238	5.486
	Most Differences	Absolute	.073	.076
Positive		.073	.076	
Negative		-.054	-.052	
Test Statistic			.073	.076
Asymp. Sig. (2-tailed)			.086 ^c	.062 ^c
a. Test distribution is Normal.				
b. Calculated from data.				
c. Lilliefors Significance Correction.				

Dari tabel 8 hasil uji normalitas menggunakan metode *kolmogrov smirnov* diperoleh nilai signifikansi pada variabel kontrol diri dan kecerdasan spiritual masing-masing 0,086 dan 0,062 > 0,05. Artinya data diatas berdistribusi normal Sehingga pengujian hipotesis dilanjutkan menggunakan uji *Korelasi Product Moment*.

Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan memastikan apakah ada hubungan linear yang signifikan antara variabel bebas dan terikat, menggunakan test of linearity di SPSS 20. Jika nilai signifikansi < 0,05, berarti hubungan keduanya linear.

Tabel 9. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kontrol Diri * Kecerdasan Spiritual	Between Groups	(Combined)	714.535	22	32.479	1.231	.239
		Linearity	349.736	1	349.736	13.252	.000
		Deviation from Linearity	364.799	21	17.371	.658	.864
	Within Groups		2797.434	106	26.391		
	Total		3511.969	128			

Berdasarkan tabel 10 diperoleh Hasil uji linieritas dengan signifikansi pada variabel kontrol diri dengan kecerdasan spiritual sebesar 0,000 < 0,05, kemudian untuk *deviation from linearity* 0,864 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data variabel berpola linear.

Uji Hipotesis

Tabel 10. Uji Hipotesis Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol diri

Correlations			
		Kecerdasan Spiritual	Kontrol Diri
Kecerdasan Spiritual	Pearson Correlation	1	.316**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	129	129
Kontrol Diri	Pearson Correlation	.316**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	129	129

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel 10 diperoleh nilai korelasi dengan hubungan yang positif sebesar 0,316 artinya semakin tinggi kecerdasan spiritual maka semakin besar kontrol diri pada Mahasiswa Berasrama UMGO. Hasil uji *correlation product moment pearson* menunjukkan bahwa nilai signifikan = 0,000 < nilai $\alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak H_a diterima yang artinya terdapat Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol diri pada Mahasiswa Berasrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada mahasiswa berasrama Universitas Muhammadiyah Gorontalo angkatan 2024 gelombang dua. Berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* diperoleh nilai $r = 0,316$ dengan signifikansi $p = 0,000 (< 0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri. Artinya, semakin tinggi kecerdasan spiritual mahasiswa, maka semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam mengendalikan diri, baik dalam aspek perilaku, emosi, maupun pengambilan keputusan.

Karakteristik responden dalam penelitian ini didominasi oleh usia 19 tahun (35,7%) yang tergolong dalam fase remaja akhir. Erikson dalam tahapan perkembangan psikososial menyatakan bahwa individu pada tahap ini tengah berada dalam krisis identitas (*identity vs role confusion*), di mana mereka mulai menyusun makna hidup dan nilai pribadi. Hal ini menjadikan mereka sangat relevan untuk diteliti dalam konteks kecerdasan spiritual dan kontrol diri karena keduanya merupakan aspek yang berkembang pesat dalam fase ini. Selain itu, responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan, yaitu sebanyak 108 orang (83,7%) karena distribusi jumlah mahasiswa perempuan yang lebih banyak di lokasi penelitian, dominasi perempuan juga dapat dijelaskan secara psikologis dan teoretis. Dalam hal ini, perempuan cenderung memiliki karakteristik psikologis yang membuat mereka lebih terbuka terhadap pengalaman emosional, nilai-nilai spiritual, dan refleksi diri. Hal ini sejalan dengan teori dari Carol Gilligan (1982), yang menjelaskan bahwa perempuan lebih menekankan pada nilai relasi, empati, dan etika kepedulian dibanding laki-laki yang cenderung berfokus pada logika dan keadilan dalam pengambilan keputusan moral (Griffin, 1998).

Adapun, teori gender dan kepribadian dari Costa dan McCrae (1992) dalam model *Big Five Personality*, perempuan umumnya memiliki skor lebih tinggi dalam aspek

Agreeableness (keramahan) dan *Neuroticism* (sensitivitas emosional). Skor tinggi pada *Agreeableness* berkaitan dengan kecenderungan untuk menjaga hubungan sosial yang baik, peduli terhadap orang lain, serta terbuka terhadap nilai-nilai moral dan spiritual. Sementara sensitivitas emosional membuat mereka lebih reflektif dan tertarik pada topik-topik yang menyangkut emosi, kontrol diri, dan nilai spiritual. Dari hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa rata-rata kecerdasan spiritual responden berada pada skor 47,95 (kategori sedang) dan kontrol diri sebesar 52,68 (kategori sedang). Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa sudah memiliki kemampuan spiritual dan regulasi diri yang cukup baik, namun masih berada pada tahap perkembangan. Mereka mulai memahami nilai hidup dan mulai mampu mengelola emosi dan perilaku, tetapi belum mencapai kestabilan penuh.

Adapun sebagian besar responden berada dalam kategori sedang pada semua aspek kecerdasan spiritual, yaitu Relasi spiritual-keagamaan (85,3%), relasi sosial-keagamaan (88,4%) dan etika sosial (75,2%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mulai membentuk relasi yang bermakna dengan Tuhan dan sesama, serta memahami pentingnya nilai moral, meskipun belum sepenuhnya terinternalisasi dalam perilaku nyata. Ini sesuai dengan pandangan Zohar & Marshall (2001) bahwa kecerdasan spiritual adalah kemampuan memahami makna hidup dan mengalami transformasi diri secara sadar dan kecerdasan spiritual memiliki upaya untuk meningkatkan kesadaran baik kontrol diri dan perilaku. Pada aspek kontrol diri, mahasiswa juga mayoritas berada dalam kategori sedang kontrol perilaku (76,7%), kontrol kognitif (57,4%) dan kontrol pengambilan keputusan (86,8%). Data ini mencerminkan bahwa mahasiswa sudah mulai mampu mengatur tindakan, berpikir jernih, dan membuat keputusan, meski belum sepenuhnya konsisten. Hal ini selaras dengan teori Averill (1973) bahwa kontrol diri mencakup perilaku, pikiran, dan pengambilan keputusan berdasarkan nilai-nilai yang diyakini. Hubungan positif yang ditemukan dalam penelitian ini sejalan dengan teori Zohar dan Marshall (2001), yang menyebutkan bahwa kecerdasan spiritual menjadi landasan batin dalam menghadapi kesulitan hidup. Mahasiswa yang memiliki kesadaran spiritual yang baik akan lebih mampu mengontrol impuls, mengatur emosi, dan membuat keputusan yang bijak saat menghadapi tantangan di asrama. Hal ini diperkuat oleh teori Chaplin (2011) dan Rizal (2018) yang menyatakan bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh kekuatan nilai dan keyakinan internal. Dalam konteks mahasiswa berasrama, yang hidup jauh dari keluarga dan berada dalam lingkungan yang menuntut kemandirian, kecerdasan spiritual membantu mereka untuk tetap terkendali dan stabil secara emosional.

Program berasrama di UMGO juga turut memperkuat pengembangan kecerdasan spiritual dan kontrol diri. Kegiatan seperti salat berjamaah, puasa sunnah, kultum, bimbingan Al-Qur'an, dan hafalan ayat-ayat suci memberikan stimulus yang konsisten untuk menumbuhkan kesadaran spiritual dan kedisiplinan. Hal ini mendukung pendapat Mursyid & Sefni (2024), bahwa pembiasaan religius bukan hanya membentuk religiusitas, tapi juga memperkuat fondasi psikologis seperti pengendalian diri dan ketahanan emosional. Temuan dari kajian *neuroscience* juga mendukung adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri. Sebuah meta-analisis terhadap 78 studi *neuroimaging* menemukan bahwa praktik meditasi, yang sering dikaitkan dengan pengembangan kecerdasan spiritual, mampu mengaktifkan sejumlah area penting dalam otak, seperti *korteks cingulate anterior*, *insula*, dan *korteks prefrontal dorsolateral*. Ketiga area otak ini memiliki peran yang krusial dalam mengendalikan perhatian, mengatur emosi, dan mengambil keputusan (Fox dkk., 2016). Beberapa penelitian empiris telah menunjukkan

hubungan positif antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri dari (Asiva Noor Rachmayani, 2015) di SMP Islam Tri Shakti Surabaya, menemukan bahwa kecerdasan spiritual memberikan sumbangan efektif sebesar 61% terhadap kontrol diri siswa Artinya, sebagian besar kemampuan siswa dalam mengendalikan diri dipengaruhi oleh sejauh mana mereka memiliki kesadaran spiritual, seperti pemahaman akan makna hidup, nilai moral, dan hubungan dengan Tuhan. dan penelitian (Pipit Mulyah, et, 2020) di (UIN Raden Fatah Palembang) menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada remaja di Desa Tanjung Medang. Ini menunjukkan kecerdasan spiritual tidak hanya terkait aspek keagamaan, tetapi berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam mengatur emosi, menahan dorongan, dan bertindak sesuai nilai yang diyakini.

Penelitian oleh (Pedhu, 2022) dalam jurnal “Analisis Korelasional antara Kecerdasan Spiritual dan Resiliensi Psikologis Mahasiswa Seminaris” menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dan resiliensi psikologis, dengan nilai korelasi sebesar 0,817 dan signifikansi 0,000. Individu dengan kecerdasan spiritual tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan dan memaknai pengalaman hidup secara reflektif. Resiliensi ini berkaitan erat dengan kontrol diri, karena individu yang resilien mampu mengendalikan emosi dan bertindak tenang dalam situasi sulit. Dalam konteks mahasiswa berasrama yang menghadapi berbagai tekanan dan tuntutan kemandirian, temuan ini secara tidak langsung mendukung hasil penelitian ini kecerdasan spiritual berperan penting dalam memperkuat kontrol diri. Mahasiswa dengan spiritualitas yang kuat lebih mampu mengatur pikiran, perilaku, dan mengambil keputusan sesuai nilai yang diyakini.

Dalam artikel “*The Intelligence of Spiritual Intelligence: Making the Case*”, Yosi Amram (2022) menekankan bahwa kecerdasan spiritual mencakup beberapa dimensi penting, seperti kesadaran diri, pencarian makna, dan kemampuan pengendalian diri. Ia menjelaskan bahwa kecerdasan spiritual berkontribusi secara signifikan terhadap efektivitas kepemimpinan, terutama karena individu dengan kecerdasan spiritual yang tinggi cenderung lebih mampu mengatur emosi dan perilakunya secara sadar. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan kecerdasan spiritual tidak hanya berdampak pada aspek nilai dan makna hidup, tetapi juga dapat memperkuat kontrol diri individu dalam berbagai situasi kehidupan, termasuk dalam menghadapi tekanan, membuat keputusan, dan mengelola dorongan secara sehat. Artinya kontrol diri tidak hanya akibat dari kecerdasan spiritual tapi bagian dari kecerdasan spiritual itu sendiri.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual memainkan peran penting dalam membentuk kontrol diri mahasiswa berasrama. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan spiritual dan religius yang diterapkan di lingkungan asrama UMGO memberi kontribusi nyata terhadap perkembangan karakter mahasiswa, menjadikan mereka pribadi yang lebih bijaksana, reflektif, dan kuat secara emosional dalam menghadapi dinamika kehidupan kampus dan sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada mahasiswa berasrama. Mahasiswa berasrama dengan tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik. Aspek-aspek kecerdasan spiritual seperti relasi spiritual-keagamaan, relasi sosial-keagamaan, dan etika

sosial berkontribusi terhadap perilaku, pola pikir, dan kemampuan pengambilan keputusan. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan spiritual yang dimiliki, semakin besar kemampuan mahasiswa berasrama dalam mengelola emosi, memfokuskan pikiran, serta mengambil keputusan secara bijak dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR REFERENSI

- Adrian, R. (2020). Rolando Adrian. *Satukan Tekad Menuju Indonesia Sehat*.
- Agustriani, D., & Fauziyah, L. A. (2022). Pengembangan Kecerdasan Emosi dan Spiritual Menuju Insan Kamil Perspektif Ary Ginanjar Agustian. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 6(2), 121–136. <https://doi.org/10.30762/happiness.v6i2.557>
- Amram, Y. J. (2022). The Intelligence of Spiritual Intelligence: Making the Case. *Religions*, 13(12), 1–17. <https://doi.org/10.3390/rel13121140>
- Asiva Noor Rachmayani. (2015). *Asiva Noor Rachmayani*. 6.
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286–303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>
- Avita, R. N., H, A. P., Qodariyah, M., Izzah, N., & Yahya, A. (2021). Skala Kecerdasan Spiritual Remaja Muslim. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(2), 26–31. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i2.72>
- Chisan, F. K., & Jannah, M. (2021). SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS Fazaiz Khoirotn Chisan Abstrak. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi belajar*, 8(5), 1–10.
- Damayanti, U. F., & Solihin. (2019). Pengembangan Kecerdasan Spiritual Anak Melalui Pembelajaran Dengan Penerapan Nilai Agama, Kognitif, dan Sosial Emosional: Studi Deskriptif Penelitian di Raudhatul Athfal Al-Ihsan Cibiru Hilir. *Syifa Al-Qulub*, 2(2), 65–71.
- Fachrozie, R., Sofia, L., & Ramadhani, A. (2021). Hubungan Kontrol Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyelesaikan Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 509. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6495>
- Fox, K. C. R., Dixona, Matthew Nijeboera, Savannah Girna, M., Flomanb, James L. Lifshitzc, M., Ellamild, M., Sedlmeiere, P., & Christof, K. (2016). ,*Matthew*L.*Dixon. *Functional neuroanatomy of meditation: A review and meta?analysis of 78 functional neuroimaging investigations Kieran, Neuroscien*, 1–117.
- Griffin, E. (1998). The following document is an archived chapter from a previous edition of. *A First Look at Communication Theory*, 235–246.
- Mokalu, V. R., & Boangmanalu, C. V. J. (2021). Teori Psikososial Erik Erikson: Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Kristen Di Sekolah. *VOX EDUKASI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 12(2), 180–192. <https://doi.org/10.31932/ve.v12i2.1314>
- Muhammad Mursyid, S. R. P. (2024). *Jurnal KOPASTA*. 5(2), 55–64.
- Nafi', A. A. (2021). Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Kontrol Diri Siswa Di Sman 1 Badegan Ponorogo. *Laboratorium Penelitian dan Pengembangan FARMAKA TROPIS Fakultas Farmasi Universitas Mualawarman, Samarinda, Kalimantan Timur*, April, 5–24.
- Pedhu, Y. (2022). Analisis korelasional antara kecerdasan spiritual dan resiliensi psikologis mahasiswa seminaris. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 8(3), 597. <https://doi.org/10.29210/020221833>

- Permatasari, D. H., Kusdaryani, W., & Agus Setiawan. (2024). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Perundungan Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Bangsri. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(1), 64–78. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v4i1.341>
- Pipit Muliya, et, A. (2020). Hubungan Kecerdasan Dengan Kontrol Diri Pada Remaja Di Desa Tanjung Medang Kecamatan Kelekar. *Journal GEEJ*, 7(2).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta. *TEORI-TEORI PSIKOLOGI.pdf*. (t.t.).
- Wulandari, M., Umaroh, S. K., & Mariskha, S. E. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Dan Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Motiva Jurnal Psikologi*, 3(1), 35. <https://doi.org/10.31293/mv.v3i1.4808>