

Peran Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Sedang Menyusun Skripsi

Ni Putu Ridha Eka Mahesti dan I Made Rustika

*Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana
imaderustika@unud.ac.id*

Abstrak

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk bangkit dari permasalahan atau kesulitan yang dihadapi dengan berbagai cara yang produktif. Resiliensi dipengaruhi oleh kemampuan untuk mengendalikan diri sehingga individu dapat bersikap tenang dan fokus menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Resiliensi juga dipengaruhi oleh keyakinan akan kemampuan yang dimiliki untuk dapat menyelesaikan suatu permasalahan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah 149 orang Mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala resiliensi, skala kecerdasan emosional, dan skala efikasi diri. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi berganda. Hasil uji regresi berganda menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar 0,552, nilai koefisien determinasi sebesar 0,305 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0.05$) dengan koefisien beta terstandarisasi pada variabel kecerdasan emosional sebesar 0,362 dan efikasi diri sebesar 0,355. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dan efikasi diri secara bersama-sama berperan meningkatkan taraf resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi.

Kata Kunci: kecerdasan emosional, efikasi diri, resiliensi, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Abstract

Resilience is the ability possessed by individuals to rise from problems or difficulties associated with various productive ways. Resilience is influenced with the need to regulate oneself, as it helps people to remain calm and focused to solve any particular problem, including one's belief in capability. The purpose of this research is to understand the role of emotional intelligence and self-efficacy toward resilience in students who are currently writing their undergraduate thesis. This research uses a quantitative method. The subjects in this research were 149 students from Udayana University who were currently writing their undergraduate thesis. Measuring instruments used in this research are the resilience scale, emotional intelligence scale, and self-efficacy scale. The data analysis technique used in this research is multiple regression. The results of multiple regression tests showed a regression coefficient of 0.552, a coefficient of determination of 0.305 and a significance value of 0,000 ($p < 0.05$) with a standardized beta coefficient on the emotional intelligence variable of 0.362 and self-efficacy of 0.355. These results indicate that emotional intelligence and self-efficacy together increase the level of resilience of Udayana University students who are currently writing their undergraduate thesis.

Keywords: emotional intelligence, self-efficacy, resilience, students who are writing their undergraduate thesis.

LATAR BELAKANG

Permasalahan yang sering terjadi pada mahasiswa adalah mahasiswa dituntut untuk dapat mengontrol dan menyesuaikan diri dengan harapan akademis, dimana hal ini dapat memicu terjadinya krisis dalam diri mahasiswa itu sendiri (Ender & Newton, 2000). Mahasiswa juga dituntut untuk dapat menyelesaikan pendidikannya dalam jangka waktu tertentu. Terdapat beberapa tahapan yang harus ditempuh oleh mahasiswa agar dapat lulus dari sebuah Perguruan Tinggi, salah satu tahapan tersebut adalah penyelesaian tugas akhir. Penyusunan tugas akhir berupa karya tulis atau skripsi menjadi salah satu sumber stres pada mahasiswa tingkat akhir (Fadillah, 2013). Skripsi merupakan salah satu syarat akademis di perguruan tinggi yang wajib ditempuh (Wulan & Abdullah, 2014). Begitu pula di Universitas Udayana, dimana skripsi merupakan tugas akhir atau tugas karya tulis yang wajib ditempuh dan diselesaikan oleh mahasiswa agar mendapatkan gelar sarjana.

Hasil Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh Mayasari dan Susilawati (2019) pada tiga belas mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi juga ditemukan bahwa terdapat beberapa hambatan yang menyebabkan ketiga belas mahasiswa tersebut stres yaitu, komunikasi yang kurang baik dengan dosen pembimbing (15,4%), dosen pembimbing yang sulit dihubungi (15,4%), pertanyaan dosen pembimbing ketika bimbingan (23,1%), memperoleh banyak revisi (7,7%), kesulitan memperoleh data pada saat penelitian (15,4%), tuntutan dari orangtua (7,7%), penilaian yang kurang baik terhadap diri (30,8%), penilaian yang kurang baik pada dosen pembimbing skripsi (15,4%), penyusunan skripsi merupakan hal yang baru (7,7%).

Menurut (Taylor, 2006) beberapa hambatan yang telah dikemukakan dapat menjadi sumber yang berpotensi memunculkan distres psikologis pada mahasiswa. Bagi mahasiswa yang tidak mampu untuk menyesuaikan diri atau bertahan ketika menghadapi suatu permasalahan atau kesulitan ketika penyusunan skripsi akan rentan mengalami stres negatif tersebut. Hasil penelitian (Wibawa, 2016) ditemukan bahwa sebesar 33,8% mahasiswa mengalami stres berat dan hal tersebut mengindikasikan keterlambatan dalam penyusunan skripsi. Mirowsky dan Ross (2003) juga menyatakan bahwa dampak dari distres psikologis pada individu salah satunya berdampak buruk bagi kesehatan fisik dan mental, seperti keadaan tanpa gairah, kecemasan, depresi dan penyakit fisik. Hasil penelitian Azzahra (2017) menunjukkan resiliensi yang dimiliki mahasiswa dapat menurunkan tingkat distres psikologis mahasiswa. Hasil penelitian Pidgeon dkk. (2014) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki taraf resiliensi yang rendah maka taraf distres psikologis mahasiswa tersebut akan cenderung lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan taraf resiliensi yang tinggi. Resiliensi memiliki peranan yang penting agar individu tidak terpuruk dalam stres.

Resiliensi merupakan suatu proses yang melibatkan berbagai faktor, baik faktor eksternal ataupun internal yang relevan terhadap peristiwa sulit atau situasi yang menyebabkan stres. Proses terjadinya resiliensi melibatkan berbagai strategi yang

terkait dengan koping dan adaptasi (Hendriani, 2018). Kinerja individu baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan kerja dapat dipengaruhi oleh resiliensi yang dimiliki, aspek mental ini juga memengaruhi kesehatan fisik dan mental, serta kualitas hubungan individu (Reivich & Shatte, 2002).

Individu dapat dikatakan memiliki taraf resiliensi tinggi apabila memiliki kemampuan untuk menunjukkan pola pemulihan yang adaptif dalam menghadapi tekanan atau stres (Masten, 2015). Kemampuan resiliensi individu dapat ditingkatkan dengan meningkatkan berbagai faktor yang memengaruhinya. Grotberg (1999) mengungkapkan bahwa Individu dapat belajar untuk mampu merespon berbagai hambatan yang dihadapi secara resilien, dengan mengubah perasaan tidak berdaya ketika sedang berhadapan dengan tekanan menjadi kekuatan untuk berdaya.

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 19 maret 2019 untuk mengetahui tingkat resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Studi pendahuluan dilakukan dengan menggunakan skala yang disebarakan kepada 20 subjek mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa terdapat 4 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi rendah, 9 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi sedang, 6 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi tinggi, dan 1 mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang sangat tinggi. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa terdapat mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang berbeda-beda. Adanya perbedaan dalam tingkat resiliensi yang dimiliki setiap mahasiswa menimbulkan pertanyaan dalam benak peneliti mengapa ada mahasiswa memiliki taraf resiliensi yang rendah dan ada mahasiswa memiliki taraf resiliensi yang tinggi.

Kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif sangat tergantung pada kemampuan mengendalikan emosi. Kemampuan untuk mengendalikan emosi diri atau dikenal dengan sebutan pengendalian diri merupakan suatu kapasitas untuk mengelola emosi diri sehingga memberikan dampak yang positif terhadap pelaksanaan berbagai tugas, mampu untuk menunda keinginan sebelum mencapai suatu tujuan tertentu, dan sanggup pulih dari tekanan emosi. Pengendalian diri merupakan salah satu komponen dari kecerdasan emosi (Goleman, 2000). Kecerdasan emosional mencakup beberapa komponen yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (Goleman, 2000). Hasil penelitian Ruswahyuningsih dan Afiatin (2015) menunjukkan bahwa aspek positif yang dapat mendukung berkembangnya resiliensi pada remaja yaitu kemampuan mengelola emosi dan mengontrol diri. Hasil penelitian Difa (2016) menunjukkan bahwa kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial berpengaruh secara positif terhadap resiliensi mahasiswa perantau.

Faktor lain yang dapat mendukung berkembangnya resiliensi adalah efikasi diri (Reivich & Shatte, 2002). Efikasi diri kepercayaan akan kemampuan diri untuk mencapai sesuatu atau menyelesaikan suatu permasalahan. Menurut Bandura

(1997) efikasi diri merupakan keyakinan diri terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengorganisasikan dan melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang dibutuhkan untuk mencapai hasil yang sudah ditentukan sebelumnya. Individu yang memiliki taraf efikasi diri yang tinggi juga akan memiliki kepercayaan untuk dapat menyelesaikan segala tugas dan tantangan dalam hidup.

Efikasi diri dapat terbentuk ketika individu mengalami suatu tantangan yang sulit, sehingga individu akan lebih gigih dan bekerja keras dalam menyelesaikan tantangan tersebut. Individu yang berhasil menyelesaikan suatu tantangan maka pengalaman berhasil tersebut dapat mendukung berkembangnya efikasi diri, sebaliknya suatu ketidakberhasilan dapat menurunkan efikasi diri (Bandura, 1997).

Mahasiswa dengan taraf efikasi diri yang tinggi cenderung percaya dengan kemampuan yang dimiliki dirinya dan akan mengembangkan berbagai respon perilaku yang resilien seperti tidak mudah putus asa, tekun, dan tangguh terhadap berbagai hambatan yang dihadapi, sedangkan jika individu merasa malas karena merasa gagal, mudah putus asa, memiliki usaha yang rendah untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan taraf efikasi dirinya cenderung rendah. Bandura (1997) mengungkapkan bahwa kecemasan dan perilaku menghindarkan meningkat ketika individu memiliki efikasi diri yang rendah. Anggraini dkk. (2017) dalam penelitiannya pada siswa kelas XII SMAN 1 Trawas Kabupaten Mojokerto menunjukkan ada korelasi yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi.

Berdasarkan pemaparan yang telah disampaikan mengenai resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, maka peneliti ingin melakukan pengkajian mengenai peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap resiliensi pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- H1 : Kecerdasan emosional dan efikasi diri berperan meningkatkan resiliensi pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi
- H2 : Kecerdasan emosional berperan meningkatkan resiliensi pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi
- H3 : Efikasi diri berperan meningkatkan resiliensi pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi

METODE PENELITIAN

Variabel dan Definisi Operasional

Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu resiliensi serta variabel bebas dalam penelitian ini yaitu kecerdasan emosional dan efikasi diri. Setiap variabel pada penelitian ini memiliki definisi operasional sebagai berikut:

Resiliensi

Resiliensi adalah kapasitas yang dimiliki individu untuk bangkit dari permasalahan atau kesulitan yang dihadapi

dengan berbagai cara yang sehat dan produktif. Taraf resiliensi diukur dengan skala resiliensi.

Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan kapasitas individu dalam memahami berbagai gejala emosi yang timbul, mengelola dan mengarahkan gejala emosi tersebut secara tepat, mampu memotivasi diri, mampu memahami kondisi orang lain, dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain.

Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan suatu keyakinan mengenai kemampuan dalam melaksanakan tugas dan menyelesaikan kesulitan dalam hidupnya, serta mampu mengarahkan sikap optimisme untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Responden

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dalam pengambilan sampel. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018). Sampel dalam penelitian ini memiliki kriteria, yaitu subjek merupakan mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Responden dalam penelitian ini berjumlah 149 orang.

Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 20 November 2019 DI Universitas Udayana dengan menggunakan subjek mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Pengambilan data dilaksanakan dengan menyebarkan *link* untuk pengisian *google form* serta skala.

Alat Ukur

Terdapat tiga alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, skala resiliensi dimana skala ini peneliti sendiri yang menyusun dengan menggunakan aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018), skala kecerdasan emosional dalam penelitian ini menggunakan skala Rustika (2014) dimana skala ini mengacu pada aspek kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman (2000) selanjutnya peneliti memodifikasi skala Rustika (2014) tersebut dengan menambahkan beberapa item pada skala. Skala pengukuran efikasi diri dalam penelitian ini menggunakan skala Rustika (2014) dimana skala ini mengacu pada aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (1997) selanjutnya peneliti memodifikasi skala Rustika (2014) tersebut dengan menambahkan beberapa item pada skala..

Skala resiliensi terdiri atas 38 aitem, skala kecerdasan emosional terdiri dari 37 aitem, dan skala efikasi diri terdiri dari 38 aitem. Skala berbentuk skala *likert* dengan respon jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Aitem dikatakan valid apabila koefisien korelasi item total (rix) minimal 0,30 dan apabila jumlah proporsi aitem tidak memenuhi setiap dimensi alat ukur, maka dapat diambil aitem dengan korelasi aitem total (rix) yang sedikit lebih rendah atau

0,25 (Azwar, 2017). Suatu skala dengan nilai *Cronbach Alpha* lebih dari 0,60 dinyatakan reliabel (Ghozali, 2005).

Proses uji coba alat ukur dilaksanakan pada 1 Oktober 2019 dengan subjek Mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran dan Profesi Dokter Universitas Udayana angkatan 2016 yang sedang menyusun skripsi. Pada tahap uji coba alat ukur ketiga skala dengan petunjuk pengisiannya disertai dengan *informed consent* dan identitas subjek digabung menjadi satu diberikan kepada subjek. Skala yang tersebar berjumlah 85 buah, namun yang kembali hanya 72 skala dan terdapat 71 skala yang memenuhi syarat untuk diteliti.

Uji reliabilitas skala resiliensi menunjukkan nilai koefisien *Alpha (α)* sebesar **0,931**. Uji validitas menunjukkan koefisien korelasi aitem-total berkisar antara 0,252 sampai 0,763. Hasil uji reliabilitas skala resiliensi menunjukkan Skala resiliensi yang diperoleh layak digunakan untuk mengukur atribut resiliensi.

Uji reliabilitas skala kecerdasan emosional menunjukkan nilai koefisien *Alpha (α)* sebesar **0,929**. Uji validitas menunjukkan koefisien korelasi aitem-total berkisar antara 0,304 sampai 0,680. Skala kecerdasan emosional yang diperoleh layak digunakan untuk mengukur atribut kecerdasan emosional.

Uji reliabilitas skala efikasi diri menunjukkan nilai koefisien *Alpha (α)* sebesar **0,947**. Uji validitas menunjukkan koefisien korelasi aitem-total berkisar antara 0,283 sampai 0,781. Skala efikasi diri yang diperoleh layak digunakan untuk mengukur atribut efikasi diri.

Teknik Analisis Data

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan metode analisis regresi berganda dengan bantuan program *SPSS 22.0 for Windows*. Uji regresi berganda dilakukan untuk memprediksi variabel terikat pada penelitian yang menggunakan dua atau lebih variabel bebas (Field, 2009). Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi, apabila nilai $p > 0,05$ maka variabel bebas tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat sedangkan jika $p < 0,05$ maka variabel bebas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat. (Santoso, 2016).

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Subjek

Pada tabel 1, 2, 3, 4, 5, dan 6 (*tabel terlampir*) data hasil karakteristik diperoleh jumlah subjek sebanyak 149 orang dengan mayoritas subjek berjenis kelamin perempuan sebanyak 107 orang dan mayoritas subjek berjenis kelamin laki-laki sebanyak 42 orang, mayoritas subjek berusia 21 tahun berasal dari Fakultas Kedokteran dan sedang menempuh perkuliahan di semester tujuh. Hasil deskripsi subjek berdasarkan pendidikan orangtua menunjukkan bahwa mayoritas pendidikan terakhir ayah subjek adalah S1 dan mayoritas pendidikan terakhir ibu subjek adalah SMA.

Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian pada tabel 7 (*terlampir*) menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada mean teoritis dan mean empiris variabel resiliensi dimana mean teoritis memiliki nilai sebesar 95 serta nilai mean empiris 106,11 dengan selisih sebesar 11,11 dan nilai t sebesar 12,892 ($p=0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki taraf resiliensi yang tinggi dikarenakan nilai rata-rata empiris yang diperoleh lebih besar daripada nilai rata-rata teoritis (mean empiris $>$ mean teoritis).

Deskripsi data penelitian pada tabel 7 menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada mean teoritis dan mean empiris variabel kecerdasan emosional dimana mean teoritis memiliki nilai sebesar 92,5 serta nilai mean empiris 105,09 dengan selisih sebesar 12,59 dan nilai t sebesar 14,281 ($p=0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki taraf kecerdasan emosional yang tinggi dikarenakan nilai rata-rata empiris yang diperoleh lebih besar daripada nilai rata-rata teoritis (mean empiris $>$ mean teoritis).

Deskripsi data penelitian pada tabel 7 menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada mean teoritis dan mean empiris variabel efikasi diri dimana mean teoritis memiliki nilai sebesar 95 serta nilai mean empiris 108,23 dengan selisih sebesar 13,23 dan nilai t sebesar 14,775 ($p=0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki taraf efikasi diri yang tinggi dikarenakan nilai rata-rata empiris yang diperoleh lebih besar daripada nilai rata-rata teoritis (mean empiris $>$ mean teoritis).

Uji Asumsi

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov*. Bila nilai $p > 0,05$, dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal. Sedangkan bila nilai $p < 0,05$, dapat dikatakan bahwa data tidak berdistribusi normal (Azwar, 2016). Pada tabel 8 (*terlampir*) menunjukkan hasil uji normalitas didapatkan data pada variabel resiliensi memiliki distribusi yang normal dengan nilai *Kolmogorov-Smirnov* 0,066 dan signifikansi 0,200 ($p > 0,05$). Variabel kecerdasan emosional menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* 0,069 dan signifikansi 0,077 ($p > 0,05$) yang berarti berdistribusi normal. Variabel efikasi diri menunjukkan nilai nilai *Kolmogorov-Smirnov* 0,071 dan signifikansi 0,063 ($p > 0,05$) yang berarti berdistribusi normal.

Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang linear atau tidak antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linearitas dapat dilakukan dengan menggunakan *test of linearity*. Hubungan dikatakan linear jika *linearity* lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) (Priyanto, 2012). Pada tabel 9 (*terlampir*) menunjukkan hasil uji linearitas dimana signifikansi *linearity* antara variabel resiliensi dengan variabel kecerdasan emosional sebesar 0,000 ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear. Hubungan antara variabel resiliensi dengan variabel efikasi diri juga linear dengan signifikansi *linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah antar variabel bebas ditemukan adanya korelasi yang tinggi (Ghozali, 2018). Adanya multikolinearitas dapat dilihat dari

tolerance value atau nilai *variance inflation factor* (VIF). Jika nilai VIF ≤ 10 dan nilai *Tolerance* $\geq 0,1$, maka dinyatakan tidak terjadi multikolinieritas (Field, 2009). Berdasarkan hasil uji multikolinieritas pada tabel 10 (*terlampir*) menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinieritas antara variabel kecerdasan emosional dan efikasi diri dikarenakan nilai *tolerance* lebih besar dari 0,1 dan nilai VIF lebih kecil dari 10.

Uji hipotesis dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan menggunakan regresi berganda dikarenakan penelitian ini memiliki data yang berdistribusi normal, antar variabel bebas dan terikat memiliki hubungan yang linear, serta tidak terjadi multikolinieritas.

Uji Hipotesis

Pada tabel 11 (*terlampir*) menunjukkan hasil uji regresi memiliki nilai F hitung sebesar 32,059 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini mengartikan bahwa kecerdasan emosional dan efikasi diri berperan terhadap resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi.

Hasil uji pada tabel 12 (*terlampir*) menunjukkan nilai R sebesar 0,552 dan nilai *R Square* sebesar 0,305. Hal tersebut mengartikan bahwa kecerdasan emosional dan efikasi diri memiliki peran sebesar 30,5 % terhadap resiliensi dan variabel yang tidak diteliti memiliki peran sebesar 69,5% terhadap resiliensi.

Hasil uji pada tabel 13 (*terlampir*) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berperan dalam meningkatkan taraf resiliensi, hal ini didasari oleh koefisien beta terstandarisasi yang memiliki nilai 0,362 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Variabel efikasi diri juga berperan dalam meningkatkan variabel resiliensi, hal ini didasari oleh koefisien beta terstandarisasi sebesar yang memiliki nilai 0,355 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Bersarkan hasil uji regresi berganda rumus persamaan dapat dituliskan sebagai berikut:

$$Y = 31,931 + 0,362X_1 + 0,355X_2$$

Keterangan:

- Y = Resiliensi
 X_1 = Kecerdasan Emosional
 X_2 = Efikasi Diri

Rumus tersebut memiliki arti sebagai berikut:

- Nilai konstanta sebesar 31,931 menunjukkan bahwa jika tidak ada peningkatan nilai pada kecerdasan emosional dan efikasi diri, maka taraf resiliensi yang dimiliki akan sebesar 31,931.
- Nilai koefisien regresi kecerdasan emosional (X_1) sebesar +0,362 yang berarti bahwa setiap satuan nilai yang pada variabel kecerdasan emosional meningkat, hal ini dapat meningkatkan taraf resiliensi sebesar 0,362.

Nilai koefisien regresi efikasi diri (X_2) sebesar +0,355 yang berarti bahwa setiap satuan nilai pada variabel efikasi diri meningkat, hal ini dapat meningkatkan taraf resiliensi sebesar 0,355.

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda, dapat diketahui bahwa pada pengujian hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima hal ini menunjukkan terdapat peran dari kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap resiliensi pada Mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Hal tersebut didasari pada koefisien R menunjukkan nilai 0,552 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Besar sumbangan variabel kecerdasan emosional dan efikasi diri secara bersama-sama sebesar 30,5% terhadap variabel resiliensi, sedangkan sisanya 69,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Kecerdasan emosional berperan dalam meningkatkan taraf resiliensi, hal ini ditunjukkan dari taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien beta terstandarisasi sebesar 0,362. Hasil penelitian yang Setyowati dkk. (2010) bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan taraf resiliensi pada siswa. Hasil penelitian (Handayani, 2014) juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan positif signifikan dengan resiliensi, dimana individu dengan taraf kecerdasan emosional yang tinggi maka hal ini akan mendukung individu tersebut menjadi pribadi yang resilien ketika dihadapkan pada situasi yang menekan.

Individu dengan taraf kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengelola emosi diri sehingga memiliki dampak positif terhadap pelaksanaan berbagai tugas, dapat fokus terhadap suatu hal dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan, serta mampu pulih dari tekanan emosi (Goleman, 2000). Hal ini menggambarkan bahwa jika mahasiswa sanggup mengelola emosi diri dengan baik maka mahasiswa tersebut akan mampu bersikap tenang ketika berada dalam kondisi yang menekan, dimana mahasiswa dapat mengontrol dirinya sehingga mampu memikirkan berbagai solusi untuk menghadapi permasalahan yang sedang dihadapi, hal ini menggambarkan aspek regulasi emosi dalam resiliensi. Hasil penelitian Ruswahyuningsih dan Afiatin (2015) menunjukkan bahwa aspek positif yang dapat mendukung berkembangnya resiliensi pada remaja yaitu kemampuan mengelola emosi dan mengontrol diri.

Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengarahkan gejala emosi menjadi motivasi untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Menurut Wijanarko dan Setowato (2017) kecerdasan emosi memiliki pengaruh pada prestasi belajar siswa. Menurut Shapiro (1997), motivasi memiliki peran dalam menghadapi dan mengatasi permasalahan, dimana dalam menghadapi suatu kesulitan keberadaan motivasi akan mengarahkan individu ke arah yang lebih positif dan optimis. Hasil penelitian Rokhim (2013)

menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi belajar dengan optimisme masa depan pada mahasiswa. Mahasiswa dengan motivasi diri yang tinggi mampu bersikap optimis dalam menghadapi berbagai tekanan atau permasalahan yang dialami dalam menjalani proses perkuliahannya sehingga hal tersebut dapat meningkatkan resiliensi pada mahasiswa.

Variabel efikasi diri berperan dalam meningkatkan taraf resiliensi pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi dimana variabel efikasi diri menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien beta terstandarisasi sebesar 0,355. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggraini dkk.(2017) pada siswa kelas XII SMAN 1 Trawas menunjukkan adanya korelasi yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi. Hal ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaningrum dan Santhoso (2018) terhadap 90 siswa kelas 10 di SMA berasrama di Magelang, yang menunjukkan adanya hubungan yang positif antara efikasi diri dengan resiliensi.

Efikasi diri merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tinggi rendahnya resiliensi yang dimiliki oleh individu (Jackson & Watkin, 2004). Individu dengan efikasi diri yang tinggi akan mampu menghadapi tugas-tugas dengan taraf kesulitan yang tinggi dan memandang tugas-tugas tersebut sebagai suatu tantangan bukan suatu ancaman, dan mampu meningkatkan aspek positif dalam diri ketika

menghadapi kegagalan, serta mampu menghasilkan pencapaian diri. Individu akan cenderung mudah menyerah dan mengabaikan suatu tugas, merasa malas, serta memiliki usaha yang rendah untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan ketika individu memiliki efikasi diri yang rendah (Bandura, 1997). Hal ini berkaitan dengan aspek tingkat (*level*) dari efikasi diri yang merujuk pada *reaching out* dalam resiliensi. Mahasiswa akan cenderung mengembangkan berbagai perilaku yang resilien dan menganggap hambatan atau masalah yang ditemukan selama penyusunan skripsi sebagai suatu tantangan bukan ancaman jika mahasiswa memiliki taraf efikasi diri yang tinggi.

Tingkat kesulitan tugas (*level*) juga merujuk pada kemampuan efikasi diri dalam resiliensi. Rendah taraf efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa akan menunjukkan kecilnya usaha yang dilakukan untuk menyelesaikan berbagai hambatan atau kesulitan yang ditemukan dalam penyusunan skripsi, mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah akan cenderung menghindari situasi yang menekan dan mudah menyerah, begitu juga sebaliknya tingginya efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa menunjukkan besarnya upaya yang dikeluarkan untuk menyelesaikan suatu permasalahan walaupun dihadapkan pada tugas yang sangat sulit.

Efikasi diri merupakan keyakinan yang dimiliki individu atas kemampuannya untuk mencapai sesuatu atau menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang dihadapi. Legowo et al. (2010) mengungkapkan bahwa besar kecilnya upaya yang dilakukan dan kekuatan individu untuk bertahan dalam menghadapi suatu hambatan dapat ditentukan oleh efikasi diri yang dimiliki. *Strength* (kekuatan) merupakan aspek efikasi diri yang berkaitan dengan pernyataan tersebut dimana

strength (kekuatan) mengarah pada taraf kekuatan akan keyakinan individu mengenai kapasitas dirinya, hal ini memiliki hubungan dengan aspek *reaching out* pada resiliensi yaitu kemampuan individu untuk meningkatkan aspek- aspek positif dalam diri yang mencakup keberanian untuk mengatasi berbagai ketakutan yang mengancam. Berbagai kesulitan yang ditemukan dalam penyusunan skripsi dapat menjadi sesuatu yang mengancam bagi mahasiswa. Mahasiswa yang yakin akan kemampuan dirinya dalam menghadapi permasalahan cenderung memiliki keberanian dalam menghadapi permasalahan yang sedang dihadapi dimana tingkat keyakinan akan kemampuan yang tinggi akan memengaruhi besarnya usaha yang dilakukan dan besarnya kekuatan untuk mampu bertahan dalam menghadapi berbagai hambatan atau kesulitan dalam pelaksanaan tugas-tugas perkuliahan. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Schunk et al. (2012) bahwa upaya dan semangat dalam menghadapi tugas berkaitan dengan efikasi diri dimana efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan suatu tugas.

Mahasiswa dengan tingkat keyakinan akan kemampuan yang tinggi akan mampu meningkatkan berbagai aspek positif dalam dirinya salah satu diantaranya adalah motivasi berprestasi. Dapat menyelesaikan skripsi dan memperoleh nilai yang tinggi merupakan suatu prestasi bagi mahasiswa untuk mencapai tujuan tersebut, mahasiswa akan berusaha lebih keras, gigih dan tidak mudah menyerah ketika dihadapkan pada kesulitan-kesulitan. Bandura (1997) mengungkapkan bahwa prestasi akademik memiliki kaitan yang erat dengan efikasi diri. Hasil penelitian Sufirmansyah (2015) menunjukkan bahwa efikasi diri dapat memengaruhi prestasi akademik. Mastuti (2010) mengungkapkan bahwa efikasi diri yang tinggi akan mendorong mahasiswa yang sedang menyusun skripsi untuk berusaha lebih keras dan optimis untuk memperoleh hasil yang memuaskan.

Luthar (2003) menyatakan bahwa resiliensi akan terbentuk ketika individu mengalami suatu peristiwa yang sulit. Pernyataan tersebut berkaitan dengan kekuatan (*strength*) dalam efikasi diri. Individu dengan efikasi diri yang tinggi akan memiliki upaya yang lebih keras, tekun, dan optimis dalam menyelesaikan tugas, meskipun terdapat berbagai kesulitan yang dihadapi (Bandura, 1997). Dapat disebutkan bahwa mahasiswa dengan taraf efikasi diri yang tinggi akan mampu memotivasi diri untuk menyelesaikan rintangan serta kesulitan yang dihadapi, mampu untuk tetap bertahan dalam menghadapi peristiwa yang sulit yang menggambarkan aspek optimisme dalam resiliensi.

Mahasiswa yang memiliki keyakinan akan tingkat kemampuan yang tinggi (*Strength*) akan berusaha lebih keras dan gigih dalam memikirkan penyebab suatu permasalahan yang dihadapi dan mencari solusinya. Schultz dan Schultz (2005) juga menyatakan bahwa individu dengan efikasi diri yang tinggi akan mampu mengurangi rasa takut, meningkatkan aspirasi, meningkatkan kemampuan memecahkan masalah, dan mampu berpikir analitik, dimana hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa yang yakin atas kemampuan dirinya akan mampu memikirkan berbagai

penyebab dari permasalahan yang dihadapi serta berusaha mencari solusi dari permasalahan tersebut sehingga mahasiswa tidak akan mengulangi kesalahan yang sama, hal ini menggambarkan aspek analisis kausal pada resiliensi.

Hasil uji regresi berganda menunjukkan nilai koefisien beta terstandarisasi efikasi diri lebih rendah dari nilai koefisien beta terstandarisasi kecerdasan emosional, sehingga dapat disebutkan kecerdasan emosional memiliki peran yang lebih besar terhadap resiliensi dibandingkan dengan efikasi diri. Mahasiswa dengan taraf kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih baik dalam penguasaan diri. Mahasiswa akan mampu berpikir jernih dan bersikap tenang ketika dihadapkan pada suatu permasalahan sehingga mahasiswa tersebut akan mampu memikirkan berbagai solusi untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki taraf kecerdasan emosional yang tinggi juga akan lebih mampu mengarahkan gejala emosinya menjadi motivasi untuk berprestasi, sebaliknya mahasiswa dengan taraf kecerdasan emosional yang rendah maka mahasiswa tersebut akan mudah merasa cemas dan panik sehingga mahasiswa tersebut tidak mampu bersikap tenang dan tidak jernih dalam melihat suatu permasalahan dan tidak terarah dalam menggunakan potensi yang ada dalam dirinya.

Kecerdasan emosional dapat membantu mahasiswa untuk memahami berbagai gejala emosi yang timbul dan mengelola serta mengarahkan gejala emosi tersebut secara tepat, sehingga mahasiswa dapat bersikap tenang dan mampu berpikir jernih ketika dihadapkan pada suatu permasalahan. Mahasiswa akan memiliki keyakinan yang tinggi akan kemampuan mencari berbagai pemecahan masalah untuk menyelesaikan permasalahan yang ditemukan selama penyusunan skripsi jika taraf efikasi diri yang dimiliki juga tinggi, namun bila mahasiswa hanya memiliki efikasi diri yang tinggi dan tidak disertai dengan kemampuan mengelola gejala emosi yang tinggi dalam menyelesaikan suatu permasalahan atau situasi yang menekan selama proses penyusunan skripsi, maka mahasiswa tetap tidak mampu berpikir jernih dan bersikap tenang dalam memikirkan berbagai pemecahan masalah untuk mengatasi situasi yang menekan.

Mayoritas subjek memiliki taraf kecerdasan emosional yang tinggi yaitu sebesar 53,7% dari total keseluruhan subjek berdasarkan pada hasil kategorisasi. Faktor internal dan faktor eksternal merupakan faktor-faktor yang dapat memengaruhi kecerdasan emosional. Faktor yang berasal dari luar diri individu dikenal dengan sebutan faktor eksternal. Dalam perkembangannya, manusia telah mempelajari keterampilan sosial dan emosional sejak masa bayi. Pembelajaran tersebut dapat diperoleh salah satunya dari lingkungan keluarga (Goleman, 2009). Tingginya taraf kecerdasan emosional pada mahasiswa Universitas Udayana dipengaruhi oleh faktor lingkungan keluarga. Mayoritas orangtua subjek memiliki tingkat pendidikan Strata 1 (S1) dan Sekolah Menengah Atas (SMA), hal ini ditunjukkan dari hasil presentase pendidikan ayah yang berpendidikan Strata 1 sebesar 38,3% dan Ibu yang berpendidikan SMA sebesar 46,3%. Orangtua dengan

pendidikan yang tinggi akan memiliki pola pikir cenderung lebih terbuka dan memiliki pengetahuan yang luas. Orangtua akan lebih peduli mengenai perkembangan anaknya sehingga orangtua akan lebih mudah menerima informasi mengenai cara pengasuhan yang efektif, dengan menerapkan pola asuh yang efektif akan memengaruhi kecerdasan emosional anak. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nainggolan (2012) pada anak di Yayasan Pendidikan Kristen Taman Kanak-Kanak Elida Tanjung Selamat Medan menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara latar belakang pendidikan orangtua dengan kecerdasan emosional.

Taraf efikasi diri pada subjek penelitian ini mayoritasnya berada pada taraf yang tinggi yaitu sebesar 57,0% dari total keseluruhan subjek berdasarkan pada hasil kategorisasi. Pengalaman berhasil (*mastery experience*) dapat menjadi penyebab tingginya taraf efikasi diri pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi, saat mahasiswa mampu lulus di salah satu perguruan tinggi terbaik di Indonesia dan mahasiswa telah berhasil menempuh berbagai mata kuliah dan menyelesaikan berbagai tugas perkuliahan dengan taraf kesukaran yang bervariasi dari yang mudah hingga yang sulit. Bandura (1997) mengungkapkan bahwa salah satu sumber yang penting dalam meningkatkan efikasi diri adalah pengalaman berhasil (*mastery experience*), keberhasilan akan meningkatkan efikasi diri individu, sebaliknya ketidakberhasilan dapat menurunkan efikasi diri individu. Ketika individu berhasil lulus dalam persaingan seleksi masuk perguruan tinggi di Universitas Udayana yang ketat, maka hal tersebut dapat meningkatkan efikasi diri individu tersebut. Hal serupa juga dapat terjadi ketika mahasiswa berhasil menyelesaikan suatu mata kuliah atau tugas yang memiliki taraf kesulitan yang tinggi maka pengalaman berhasil tersebut akan meningkatkan efikasi diri mahasiswa tersebut.

Taraf resiliensi pada subjek penelitian ini berada pada taraf yang tinggi yaitu sebesar 53,0% dari total keseluruhan subjek berdasarkan hasil kategorisasi. Tingginya taraf resiliensi pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi disebabkan oleh taraf kecerdasan emosional dan taraf efikasi diri yang dimiliki mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi juga tinggi. Hal tersebut didasarkan pada hasil yang diperoleh dalam uji hipotesis penelitian, yaitu secara bersama-sama kecerdasan emosional dan efikasi diri berperan meningkatkan resiliensi pada subjek penelitian.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan diantaranya subjek penelitian hanya sebatas pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi, sehingga variasi hasil dengan karakteristik mahasiswa dari universitas lainnya belum diperoleh dalam penelitian oleh karena itu hasil penelitian ini sulit untuk digeneralisasikan.

Kesimpulan dari penelitian didasarkan pada hasil analisis yang telah dilakukan yaitu secara bersama-sama kecerdasan emosional dan efikasi diri berperan meningkatkan taraf resiliensi mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Kecerdasan emosional berperan dalam meningkatkan taraf resiliensi mahasiswa Universitas Udayana

yang sedang menyusun skripsi. Efikasi diri berperan dalam meningkatkan taraf resiliensi mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi. Taraf kecerdasan emosional pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi memiliki persentase sebesar 53,7% yang tergolong tinggi, taraf efikasi diri pada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi tergolong tinggi dengan persentase sebesar 57,0%, dan memiliki taraf resiliensi yang dimiliki mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi tergolong tinggi dengan persentase sebesar 53,0%.

Peneliti memberikan saran didasarkan pada kesimpulan yang telah disampaikan kepada mahasiswa Universitas Udayana yang sedang menyusun skripsi agar mampu mengasah dan mengoptimalkan potensi yang dimiliki dengan meningkatkan kecerdasan emosional dan efikasi diri. Kecerdasan emosional dapat ditingkatkan dengan mendiskusikan kesulitan atau permasalahan yang dihadapi pada dosen pembimbing, teman, dan orangtua. Efikasi diri dapat ditingkatkan dengan belajar dari pengalaman kakak tingkat dalam menyelesaikan permasalahan selama penyusunan skripsi dan belajar dari pengalaman diri dalam menyelesaikan permasalahan selama penyusunan tugas perkuliahan yang mirip dengan skripsi.

Saran bagi orangtua yaitu dapat memberikan dukungan kepada anak, mengajak anak berdiskusi mengenai permasalahan yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi dan membantu anak memikirkan berbagai solusi pemecahan masalah dimana perlakuan ini dapat mengembangkan kecerdasan emosional anak. Orangtua diharapkan mampu memberikan kesempatan sejak dini kepada anak untuk menghadapi tantangan yang sesuai dengan kemampuan anak, sehingga anak mengalami pengalaman berhasil selain itu orangtua juga dapat melakukan persuasi verbal seperti memberikan saran dan bimbingan ketika anak mengalami kesulitan selama proses penyusunan skripsi dimana hal tersebut akan mendukung berkembangnya efikasi diri. Pengalaman berhasil dalam mengatasi suatu tantangan dan persuasi verbal akan meningkatkan keyakinan akan kemampuan yang dimiliki.

Saran bagi institusi pendidikan agar dapat merancang berbagai program untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan efikasi diri pada mahasiswa dimana hal tersebut juga akan meningkatkan resiliensi, seperti mengadakan seminar atau pelatihan mengenai cara mengelola emosi ataupun cara mempertahankan dan meningkatkan efikasi diri serta memberikan pengetahuan terkait dampak positif perilaku resiliensi bagi mahasiswa.

Saran bagi penelitian selanjutnya, jika melakukan penelitian pada subjek yang sama diharapkan dalam penentuan pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling*. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan menggunakan variabel bebas selain variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yang kemungkinan mampu memberikan pengaruh terhadap resiliensi, seperti sosial, konsep diri, dan sebagainya. Penelitian selanjutnya diharapkan tidak hanya mengambil subjek dari satu Universitas saja, melainkan dari berbagai Universitas yang ada

di Bali sehingga memperoleh variasi dalam data dan data menjadi lebih representative serta dapat menggunakan metode pengumpulan data dengan metode lain seperti wawancara dalam memperoleh informasi mengenai variabel terikat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, O. D., Wahyuni, E. N., & Soejanto, T. L. (2017). Hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi menghadapi ujian pada siswa kelas XII SMAN 1 Trawas. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2(2), 50–56.
- Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azzahra, F. (2017). Pengaruh resiliensi terhadap distress psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 80–96.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy: the exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Difa, S. F. (2016). Pengaruh kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa perantau UIN syarif hidayatullah jakarta. *Tazkiya Journal of Psychology*, 4(2).
- Ender, S. C., & Newton, F. B. (2000). *Student Helping Student: A guide for Peer Educators on College Campuses*. Jossey-Bass, Inc.
- Fadillah, A. E. R. (2013). Stres dan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi universitas mulawarman yang sedang menyusun skripsi. *Ejournal Psikologi*, 1(3), 254–267.
- Field, A. (2009). *Discovering statistic using SPSS 3rd Edition* (3rd ed.). SAGE Publication.
- Ghozali, I. (2005). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Goleman, D. (2000). *Working with emotional intelligence: kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2009). *Emotional Intelligence: mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Gramedia Pustaka Utama.
- Grotberg, E. (1999). *Tapping your inner strength*. New Harbinger Publications.
- Handayani, R. (2014). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa akselerasi*. Naskah tidak dipublikasikan. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Prenadamedia Group.
- Jackson, R., & Watkin, C. (2004). The resilience inventory: seven essential skill for overcoming life's obstacles and determining happiness. *Selection & Development Review*, 20(6), 13–17.
- Legowo, V. A., Yuwono, S., & Rustam, A. (2010). Correlation Between self efficacy and perception of leadership transformasional style with job participation on the employees. *Jurnal Psikohumanika*, 2(1), 22–32.
- Luthar, S. S. (2003). *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*.
- Masten, A. S. (2015). *Ordinary Magic: Resilience in development*.

- Mastuti, N. P. (2010). *Hubungan efikasi diri dengan problem focus coping dalam menyusun skripsi pada mahasiswa psikologi*. Naskah tidak dipublikasikan. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim
- Mayasari, M. P., & Susilawati, L. P. K. A. (2019). Peran komunikasi interpersonal dan problem focused coping terhadap stres mahasiswa universitas udayana yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 88–98.
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Social causes of psychological distress*. Adline de Gruyter.
- Nainggolan, R. (2012). *Hubungan latar pendidikan orangtua dengan kecerdasan emosional anak di yayasan pendidikan kristen taman kanak-kanak elida jl. flamboyan raya iv no.2 tj selamat kecamatan medan tuntungan*. Naskah tidak dipublikasikan. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan.
- Oktaningrum, A., & Santhoso, F. H. (2018). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada siswa sma berasrama di magelang. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 4(2), 127–134.
- Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: an interantional study. *Open Jurnal of Social*, 2, 14–22.
- Priyanto. (2012). *Belajar cepat olah data statistik dengan SPSS*. CV Andi ofset.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life' hurdles*. Broadway Books.
- Rokhim, A. R. (2013). *Hubungan natara motivasi belajar dengan optimisme masa depan pada mahasiswa program twinning di universitas muhamadiyah surakarta*. Naskah tidak dipublikasikan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rustika, I. M. (2014). *Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik pada remaja*. Universitas Gajah Mada.
- Ruswahyuningsih, M. C., & Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada remaja jawa. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 1(2), 96–105.
- Santoso, S. (2016). *Panduan lengkap SPSS Versi 23*. ELex Media Komputindo.
- Schultz, D., & Schultz, E. S. (2005). *Theories of personality* (8th ed).
- Schunk, D. H., Pintrich, R., & Meece, J. L. (2012). *Motivasi dalam pendidikan: teori, penelitian, dan aplikasi*. PT. Indeks.
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi Undip*, 7(1), 67–77.
- Shapiro, L. E. (1997). *Mengajarkan Emotional Intelligence pada Anak*. Gramedia Pustaka Utama.
- Sufirmansyah. (2015). Pengaruh efikasi diri terhadap prestasi belajar mahasiswa pascasarjana prodi pai stain kediri dengan motivasi sebagai variabel intervening. *Didaktika Religia*, 3(2).
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. ALFABETA.
- Taylor, S. E. (2006). *Health Psychology*. McGraw-Hill.
- Wibawa, I. M. Y. I. (2016). *Hubungan self-efficacy dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi*. Naskah tidak dipublikasikan. Univerasitas Udayana
- Wijanarko, J., & Setowato, E. (2017). *Maksimalkan Otak Anak ANda*. Keluarga Indonesia Bahagia.
- Wulan, D. A. ., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal Sosio Humaniora*, 5(1), 55–74.

LAMPIRAN

Tabel 1

Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-laki	42	28,2 %
Perempuan	107	71,8 %
Total	149	100 %

Tabel 2

Deskripsi subjek berdasarkan usia

Usia	Jumlah	Persentase
21 tahun	109	73,2 %
22 tahun	37	24,8 %
23 tahun	3	2,0 %
Total	149	100%

Tabel 3

Deskripsi subjek berdasarkan fakultas

Fakultas	Jumlah	Persentase
FIB	3	2,0 %
FK	58	38,9 %
FH	9	6,0 %
FEB	20	13,4 %
FAPET	1	0,7 %
FMIPA	31	20,8 %
FKH	14	9,4 %
FPAR	3	2,0 %
FISIP	7	4,7 %
FKP	3	2,0 %
Total	149	100%

Tabel 4

Deskripsi subjek berdasarkan semester

Semester	Jumlah	Presentase
VII	138	92,6 %
IX	11	7,4 %
Total	149	100 %

Tabel 5

Deskripsi Subjek Berdasarkan Pendidikan Ayah

Fakultas	Jumlah	Persentase
S3	1	0,7%
S2	15	10,1%
S1	57	38,3%
D3	6	4,0%
D2	1	0,7%
D1	3	2,0%
SMA	54	36,2%
SMP	7	4,7%
SD	5	3,4%
Total	149	100%

Tabel 6

Deskripsi Subjek Berdasarkan Pendidikan Ibu

Fakultas	Jumlah	Persentase
S3	0	0%
S2	3	2,0%
S1	40	26,8%
D3	12	8,1%
D2	0	0%
D1	2	1,3%
SMA	69	46,3%
SMP	11	7,4%
SD	12	8,1%
Total	149	100%

Tabel 7
Deskripsi Data Penelitian

Variabel Penelitian	Mean Teoritis	Mean Empiris	Standar Deviasi Teoritis	Standar Deviasi Empiris	Sebaran Teoritis	Sebaran Empiris	T (sig)
Resiliensi	95	106,11	19	10,516	38-152	82-141	12,892 (0,000)
Kecerdasan Emosional	92,5	105,09	18,5	10,764	37-148	83-144	14,281 (0,000)
Efikasi Diri	95	108,23	19	10,929	38-152	82-144	14,775 (0,000)

Tabel 8
Uji normalitas data penelitian

Variabel	Kolmogorv-Smirnov	Sig.	Kesimpulan
Resiliensi	0,066	0,200	Data Normal
Kecerdasan Emosional	0,069	0,077	Data Normal
Efikasi Diri	0,071	0,063	Data Normal

Tabel 9
Uji linearitas data penelitian

Variabel	Linearity	Kesimpulan
Resiliensi * Kecerdasan Emosional	0,000	Data Linear
Resiliensi * Efikasi Diri	0,000	Data Linear

Tabel 10
Uji multikolinearitas data penelitian

Variabel	Tolerance	VIF	Kesimpulan
Kecerdasan Emosional	0,965	1,036	Tidak terjadi multikolinearitas
Efikasi Diri	0,965	1,036	Tidak terjadi multikolinearitas

Tabel 11
Uji Regresi Berganda

	<i>Sum of Squares</i>	<i>Df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
<i>Regression</i>	4994.797	2	2497.398	32.059	0,000
<i>Residual</i>	11373.485	14	77.901		
Total	16368.282	14			

Tabel 12
Besaran Sumbangan Variabel Bebas terhadap Variabel Tergantung

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
0,552	0,305	0,296	8,826

Tabel 13
Hasil Uji Hipotesis Minor dan Garis Regresi Linear Berganda

Variabel	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	T	Sig.
	B	<i>Sts. Error</i>	Beta		
(Constant)	31,931	9,923		3,436	0,001
Kecerdasan emosional	0,354	0,069	0,362	5,160	0,000
Efikasi Diri	0,342	0,068	0,355	5,057	0,000