



Ranah Research

E-ISSN: 2655-0865

Journal of Multidisciplinary Research and Development

082170743613

ranahresearch@gmail.com

<https://jurnal.ranahresearch.com>

DOI: <https://doi.org/10.38035/rj.v7i4>

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Pengaruh *Emotional Quotient* dan *Self Efficacy* Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi

Ida Bagus Krsna¹

¹ Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Depok, Indonesia, tuguskrsna97@gmail.com

Corresponding Author: tuguskrsna97@gmail.com ¹

Abstract: *For researchers, resilience is the ability of individuals to rise from difficulties to rise, so that they can be more productive again, especially for students working on their thesis. This study aims to determine the effect of emotional quotient, and self-efficacy on resilience. This study involved 107 students who worked on their thesis. The measuring instrument used for emotional quotient is the Assessing Emotional Scale (AES), self-efficacy is General Self-Efficacy (GSE), and for resilience is the Resilience Scale (RS-14) Data collection uses a questionnaire. The analysis technique in this study is multiple regression. The results of this study indicate that there is an influence between emotional quotient and self-efficacy on resilience by 60.6%. This study shows that self-efficacy has a stronger influence than emotional quotient, because students who are working on a thesis need more confidence in themselves to be able to master or control themselves in a condition in order to produce a good result.*

Keywords: *Emotional Quotient, Self-Efficacy, and Resilience*

Abstrak: Bagi peneliti resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk bangkit dari kesulitan untuk bangkit, sehingga dapat lebih produktif kembali terutama pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari emotional quotient, dan self-efficacy terhadap resiliensi. Penelitian ini melibatkan 107 orang mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Alat ukur yang digunakan untuk emotional quotient adalah Assesing Emotional Scale (AES), self-efficacy adalah General Self-Efficacy (GSE), dan untuk resiliensi adalah Relisience Scale (RS-14) Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisis dalam penelitian ini adalah regresi berganda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara emotional quotient dan self-efficacy terhadap resiliensi sebesar 60.6%. Penelitian ini menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki pengaruh yang lebih kuat dibandingkan dengan emotional quotient, dikarenakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih membutuhkan sebuah keyakinan dalam diri untuk mampu menguasai atau kontrol diri pada suatu kondisi agar dapat menghasilkan suatu hasil yang baik.

Kata Kunci : Emotional Quotient, Self-Efficacy, dan Resiliensi.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan dasar utama dalam pengembangan sumber daya manusia, dan pendidikan sendiri terdiri dari pendidikan formal dan pendidikan non formal. Pendidikan formal sendiri terdiri dari beberapa tingkatan yaitu SD, SMP, SMA, dan Universitas. Pada setiap tingkatan tersebut siswa akan menghadapi ujian akhir, untuk tingkat SD sampai dengan SMA menghadapi ujian akhir yaitu Ujian Nasional (UN), akan tetapi sistem Ujian Nasional (UN) telah dihapus oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) memutuskan untuk meniadakan ujian nasional (UN) dan ujian kesetaraan di tahun 2021. Keputusan tersebut tertuang dalam Surat Edaran (SE) Mendikbud Nomor 1 Tahun 2021 (Kemendikbud, 2021). Skripsi sendiri adalah sebuah karya ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa tingkat akhir untuk mendapatkan gelar Sarjana di tingkat Universitas. Skripsi sendiri ditulis berdasarkan konsentrasi keilmuan yang diambil (Priandana dan Sunarsi, 2021).

Pada fase ini seringkali mahasiswa mengalami keterpurukan dan banyak mahasiswa yang kurang adanya keyakinan untuk bangkit dari keterpurukkan saat menghadapi proses pengerjaan skripsi sehingga menimbulkan stres, namun banyak yang mampu bangkit dan lulus tepat waktu. Seperti menurut Fadillah (2013) menyatakan penyusunan tugas akhir berupa karya tulis atau skripsi menjadi salah satu sumber stres pada mahasiswa tingkat akhir. Seperti hasil penelitian terdahulu oleh Ambarwati, Astuti, dan Pinilih (2017) mengatakan bahwa tingkat stres pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang didapatkan hasil mayoritas mahasiswa mengalami tingkat stres sedang yang berjumlah 58 mahasiswa (57,4%), dan yang mengalami stres berat dengan jumlah tujuh mahasiswa (7,0%).

Penelitian lain oleh Arisanti, Atmasari, dan Handayani (2019) yang dilakukan secara kualitatif dengan metode observasi dan wawancara terhadap 10 mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Teknologi Sumbawa, kesulitan dalam mengerjakan skripsi menjadi sulit, karena sulitnya bertemu dengan dosen pembimbing, kesulitan dalam pencarian subjek penelitian, kesulitan dalam proses pengambilan data, bahan atau referensi yang sulit dicari, terbatasnya waktu penelitian, adanya data yang hilang dan banyaknya revisian.

Mahasiswa menghadapi berbagai kesulitan yang diakibatkan oleh pengerjaan skripsi, mahasiswa membutuhkan peran resiliensi. Resiliensi merupakan suatu kualitas yang dimiliki seseorang yang berkaitan dengan kemampuan mereka untuk bangkit dari kesulitan, trauma, tragedi, ancaman ataupun sesuatu yang dapat menyebabkan stres lainnya, dan kemampuan mereka untuk bangkit kembali dengan penuh rasa penguasaan, kompetensi, dan harapan yang lebih baik (Stuart, 2013).

Grotberg (1999) menjelaskan 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. Penelitian terkait dari Pidgeon dkk. (2014) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi yang rendah maka distress psikologis mahasiswa tersebut akan cenderung lebih tinggi. Beberapa aspek yang mempengaruhi resiliensi individu seperti yang disebutkan Wagnild dan Young (1993) seperti ketenangan (*equanimity*), ketekunan (*perseverance*), kebermaknaan hidup (*meaningfulness*), kemandirian (*self-reliance*), dan kesadaran diri (*existential aloneness*).

Kemampuan resiliensi individu dapat ditingkatkan dengan meningkatkan berbagai faktor yang memengaruhinya yaitu pengendalian diri, yaitu kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif. Hal tersebut berkaitan dengan *emotional quotient* individu, Goleman (2000) menyatakan bahwa *emotional quotient* 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 termaksud bagian dari *emotional quotient* itu sendiri, menurut Goleman (2000) *emotional quotient* mencakup beberapa komponen lain yaitu kesadaran diri,

pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Seperti penelitian yang dilakukan Christine (2019) dimana terdapat hubungan positif antara *emotional quotient* dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir, dimana semakin tinggi *emotional quotient*, maka semakin tinggi resiliensinya dan sebaliknya.

Aspek lain yang dapat mendukung meningkatkan resiliensi adalah adanya *self-efficacy*. Bandura (2001) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan seseorang dengan kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam hidupnya. Seseorang dengan *self-efficacy* memiliki keyakinan dan merasa mampu menguasai sebuah situasi dan memberikan hasil yang positif (King, 2010). Sejalan dengan pendapat Santrock (2011) yang mengatakan bahwa *self-efficacy* merupakan suatu keyakinan bahwa individu mampu menguasai suatu kondisi dan dapat menghasilkan suatu hasil yang menguntungkan bagi dirinya. Feist dan Feist (2011) juga mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan seseorang bahwa mereka mampu melakukan suatu perilaku yang akan menghasilkan hasil yang diinginkan agar mencapai tujuan yang sesuai dengan yang diinginkan. *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang dalam mengatasi masalah, individu yang memiliki *self-efficacy* akan dapat mempertimbangkan dan mengatur perilaku sehingga akan dapat meminimalisir hal negatif (Anggraini dkk., 2017). Sejalan dengan penelitian Andira, dan Gina (2022) pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang mengalami pembelajaran daring menunjukkan hubungan yang signifikan antara resiliensi dan *self-efficacy*.

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan mengenai resiliensi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, maka peneliti ingin melakukan pengkajian mengenai peran *emotional quotient* dan *self-efficacy* terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian ini akan dilakukan dengan subjek mahasiswa yang berasal berbagai universitas, dan jurusan yang berbeda sehingga data penelitian ini diharapkan akan menjadi lebih beragam. Hipotesis dalam penelitian ini antara lain, H₁ dengan *emotional quotient* dan *self-efficacy* berperan meningkatkan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, H₂ dengan *emotional quotient* berperan meningkatkan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, dan H₃ dengan *self-efficacy* berperan meningkatkan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

METODE

Penelitian ini melibatkan 107 orang mahasiswa yang mengerjakan skripsi sebagai partisipan diantaranya adalah pria sebanyak 37 orang dan wanita sebanyak 70 orang, dengan rentang usia 20 sampai 22 tahun. Kuesioner yang diberikan dalam bentuk google form, dan tautan kuesioner disebar dengan teknik snowball sampling, menurut Swarjana (2022) snowball sampling adalah teknik sampling yang diterapkan ketika populasi penelitian sulit dijangkau, dimana pengambilan sampel dapat menggunakan network atau jaringan yang ada (hubungan teman kerja, teman kuliah, dll). Penelitian ini menggunakan relasi antar peneliti dengan adik tingkat dan dosen untuk dibagikan ke mahasiswa. Kuesioner daring yang disebar berisi informed consent, identitas partisipan, dan serta sejumlah skala dari setiap variabel. Pada bagian awal kuesioner daring disebutkan kriteria inklusi partisipan, yaitu mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Terdapat pula pernyataan yang memberikan kebebasan bagi calon partisipan untuk melewati tautan yang didapatkan jika memang kurang berkenan. Tidak ada paksaan untuk menyebarkan maupun mengisi kuesioner. Terdapat tiga alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, Resilience Scale (RS-14) yang diadopsi dari penelitian Wijaya (2017) dengan menggunakan aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Wagnild dan Young (1993), equanimity, perseverance, meaningfulness, self-reliance, dan existential aloneness. Salah satu contoh aitem dalam skala ini adalah "Saya orang yang berkemauan besar.". Terdapat 14 pernyataan dengan jawaban sangat setuju,

setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Setelah perhitungan daya diskriminasi aitem, tidak ada aitem yang gugur, dan nilai realibilitas yang dimiliki sebesar 0.862.

Skala *Assesing Emotional Scale* (AES) untuk mengukur *emotional quotient* yang diadaptasi dan di modifikasi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Schutee, dkk. (1998) dan dibuat berdasarkan teori Salovey & Mayer tahun (1990) yaitu pengungkapan emosi, pengaturan emosi, dan penggunaan emosi. Salah satu contoh aitem dalam skala ini adalah “Saya memiliki kendali atas emosi saya.”. Terdapat 33 pernyataan dengan jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Setelah perhitungan daya diskriminasi aitem, ada enam aitem yang gugur, dan nilai realibilitas yang dimiliki sebesar 0.90.

Skala pengukuran *self-efficacy* dalam penelitian ini menggunakan skala *General Self-Efficacy* (GSE) yang diadaptasi dan modifikasi oleh Born, Schwarzer, dan Jerusalem (1995) dimana skala ini mengacu pada aspek *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yaitu tingkat kesulitan tugas, generalitas, dan kekuatan keyakinan. Salah satu contoh aitem dalam skala ini adalah “Saya siap menangani apapun yang terjadi.”. Terdapat 10 pernyataan dengan jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Setelah perhitungan daya diskriminasi aitem, tidak ada aitem yang gugur, dan nilai realibilitas yang dimiliki sebesar 0.864.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji regresi berganda dengan bantuan SPSS (*Statistical Packade for Social*) versi 25.0 *for windows*. Sementara itu data-data deskriptif lainnya dipaparkan dengan menggunakan perhitungan persentase. Menurut Dwiastuti (2017) regresi berganda adalah teknik analisis yang melibatkan satu variabel dependen dengan skala metrik yang berkaitan dengan dua atau lebih variabel independen dengan skala metrik atau nonmetrik. Tahapan analisa yang dilakukan dalam riset ini adalah melakukan korelasi antar variabel terlebih dahulu, dan kemudian dilanjutkan dengan uji regresi. Setiap langkah dilakukan untuk melihat kekuatan prediksi masing – masing variabel. Dengan kata lain, tidak masalah variabel apa yang muncul pada setiap tahap.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terkait dengan data demografis dapat dilihat pada Tabel 1. Paparan data pada Tabel 1. terlihat bahwa sebagian besar partisipan dalam penelitian ini adalah berjenis kelamin perempuan, sebagian besar berumur 21 tahun, perstisipan sebagian besar berasal dari Universitas Gunadarma. Sebagian besar partisipan merupakan suku bangsa Jawa dan Bali, dan beragama Islam.

Selanjutnya, pada paparan Tabel 2 diperoleh nilai F sebesar 79.900 dan koefisien signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$), hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara *emotional quotient* dan *self-efficacy* terhadap resiliensi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Nilai dari R Square sebesar 0.606, yang menunjukkan bahwa *emotional quotient* dan *self-efficacy* secara bersama – sama mempengaruhi resiliensi sebesar 60.6%.

Tabel 1. Deskripsi Data Demografis

	Keterangan	Jumlah	Presentase (%)
Jenis kelamin	Laki – laki	37	34.5%
	Perempuan	70	65.4%
Usia		20	18.6%
	20 Tahun	73	68.2%
	21 Tahun	14	13%
	22 Tahun		

Keterangan	Jumlah	Presentase (%)
Asal Universitas		
Perguruan Tinggi Negeri Institut	1	0.9%
Pertanian Bogor Politeknik Negeri	1	0.9%
Jakarta Poltekkes Jakarta 1	1	0.9%
UNDIKSHA	3	2.8%
Universitas Brawijaya Universitas	1	0.9%
Diponegoro Universitas Indonesia	1	0.9%
Universitas Negeri Jakarta	3	2.8%
Universitas Sultan Ageng Tirtayasa	2	1.8%
Universitas Udayana	1	0.9%
Peguruan Tinggi Swasta ITB	2	1.8%
STIKOM Bali		
Perbanas	1	0.9%
STIE manajemen bisnis	1	0.9%
Stikes Bina Usaha Bali	1	0.9%
UNINDRA	1	0.9%
Universitas Gunadarma	1	0.9%
Universitas Islam Indonesia	65	60.7%
Universitas Kuningan	1	0.9%
Universitas Mahasaraswati Denpasar Universitas	3	2.8%
Nasional	1	0.93%
Universitas Pancasila	6	5.6%
Universitas Persada Indonesia YAI	2	1.8%
Universitas Swadaya Gunung Jati	2	1.8%
Universitas Trisakti	1	0.9%
Universitas Warmadewa	2	1.8%
	3	2.8%
Jurusan Ilmu Sosial		
Akuntansi Bisnis	4	3.7%
Digital	1	0.9%
Bimbingan Konseling Ilmu	1	0.9%
Hukum	1	0.9%
Ilmu Keolahragaan	1	0.9%
Komunikasi Manajemen	1	0.9%
Manajemen Sistem Informasi Akuntansi	11	10.2%
Pendidikan Bahasa Inggris	1	0.9%
Pendidikan Sejarah Pendidikan	1	0.9%
Sosiologi Psikologi	1	0.9%
Sastra Inggris Sastra	1	0.9%
Jawa Kuno Sosiologi	48	44.8%
Jurusan Ilmu Eksakta Arsitektur	2	2.8%
Fisika	1	0.9%
Ilmu & Teknologi Kelautan	6	5.6%
Sistem Informasi		
	2	1.8%
	1	0.9%
	1	0.9%
	6	5.6%
Keterangan	Jumlah	Presentase (%)
Keperawatan	3	2.8%
Kesehatan Masyarakat	1	0.9%
Pendidikan Biologi	1	0.9%
Statistika	1	0.9%
Teknik Elektro Teknik	2	1.8%
Industri Teknik	1	0.9%
Informatika	3	2.8%
Teknik Kimia Teknik	1	0.9%
Planologi	1	0.9%
Suku		

Ambon	3	2.8%
Bali	20	18.6%
Batak	7	6.5%
Betawi	14	13%
Jawa	42	39.2%
Minangkabau	6	5.6%
Sunda	12	11.2%
Tionghoa	3	2.8%
Agama	21	19.6%
Hindu	71	66.3%
Islam	6	5.6%
Katolik	9	8.4%
Kristen		
Semester		
Semester 8	72	67.2%
Semester 9	16	14.9%
Semester 10	4	3.7%
Semester >10	15	14%

Tabel 2. Hasil Uji Regresi *Emotional Quotient*, *Self-Efficacy* terhadap Resiliensi

F	Sig.	p	R Square
79.900	0.000	<0.05	0.606

Tabel 3. Koefisien Regresi *Emotional Quotient*, *Self-Efficacy* terhadap Resiliensi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Constant)	-2.172	3.815		-.569	.570
Self-Efficacy	.549	.114	.369	4.812	.000
EmotionalQuotient	.296	.046	.499	6.503	.000

Pada paparan Tabel 3, diperoleh nilai koefisien signifikansi pada variabel kesepian sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dengan $\beta = 0.369$ atau sebesar 36.9% pengaruhnya. Kemudian, diperoleh nilai koefisien signifikansi pada variabel kecemasan sosial sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dengan $\beta = 0.499$ atau sebesar 49.9% pengaruhnya. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut signifikansi mempengaruhi resiliensi.

Self-efficacy menjadi prediktor yang cukup kuat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Lidyawati dan Riswantyo (2021) menyatakan bahwa individu, khususnya mahasiswa yang mengerjakan skripsi bahwa untuk individu tersebut harus meningkatkan *self-efficacy* untuk mengorganisir dan dalam mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalah dan tugas yang diberikan. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan lebih memilih menghadapi tantangan yang ada di depan mereka dibandingkan untuk menghindarinya. Bandura (1993) mengatakan bahwa individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi adalah individu yang percaya akan kapabilitas atau kemampuan merencanakan dan melaksanakan suatu tugas untuk menghasilkan suatu pencapaian. Hal ini menjadi suatu hal yang penting karena dimana individu yang sedang melaksanakan tugas skripsi, dimana mereka diharuskan percaya dengan kemampuan diri sendiri agar bisa merencanakan dan menyelesaikan dalam proses pengerjaan skripsi.

Tingkat *self-efficacy* yang rendah erat kaitanya dengan emosi negatif individu seperti rasa cemas, depresi, atau perasaan tidak berdaya yang menurunkan performa akademik (Gibbons, 2010). Hasil yang sama di dukung oleh Jaeh dan Madihie (2019) bahwa *self-efficacy* memberikan pengaruh positif yang kuat terhadap resiliensi, hal ini menjadi bukti bahwa dengan meningkatkan *self-efficacy* dapat meningkatkan resiliensi pada individu, khususnya pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Adapun faktor – faktor yang dapat mempengaruhi munculnya *self-efficacy* pada individu, khususnya mahasiswa yang

mengerjakan skripsi yaitu pengalaman menguasai sesuatu, modeling sosial, persuasi sosial, kondisi fisik, dan emosional (Bandura, 1997).

Penelitian yang mendukung terkait hubungan *self-efficacy* dengan resiliensi yang dilakukan oleh Sagone, dan De Caroli (2013) menunjukkan bahwa hubungan yang signifikan perkembangan resiliensi bila tingkat *self-efficacy* individu semakin tinggi, penelitian ini dilakukan pada 130 remaja menengah di Italia. Penelitian lain yang mendukung oleh Bingöl, dkk (2019) menunjukkan hasil hubungan positif antara *self-efficacy* dengan resiliensi pada 844 mahasiswa dari empat universitas yang berbeda di Istanbul. Penelitian Etherton, dkk (2020) menunjukkan memperlihatkan hal yang sama bahwa adanya pengaruh *self-efficacy* terhadap resiliensi pada mahasiswa di salah satu universitas di Amerika.

Pengaruh lain yang memiliki peran terhadap resiliensi dalam penelitian ini yaitu *emotional quotient*. Hal ini didukung penelitian dari Ozer, dan Deniz (2014) menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan, dan jika tingkat *emotional quotient* semakin tinggi akan mempengaruhi hasil resiliensi yang semakin bagus. Penelitian Khoiroh (2021) menyatakan bahwa adanya pengaruh *emotional quotient* terhadap resiliensi. Penelitian lain oleh Ononye, dkk (2022) menunjukkan adanya pengaruh positif antara *emotional quotient* terhadap resiliensi pada 179 mahasiswa di salah satu universitas di Nigeria. Adapun penelitian dari Shuo, dkk (2022) menunjukkan bahwa bila individu dapat meningkatkan *emotional quotient* maka resiliensi pada individu akan meningkat.

Hal dapat mempengaruhi individu, khususnya mahasiswa yang mengerjakan skripsi karena adanya tekanan yang perlu dihadapi saat mengerjakan skripsi baik secara internal atau eksternal individu dan mempengaruhi kinerja individu mengerjakan skripsi. Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan Apriani dan Listiyandini (2019) hasil penelitian tersebut bahwa adanya pengaruh kuat dari *emotional quotient* terhadap resiliensi. Sejalan dari pengertian *emotional quotient* dari Goleman (2015) yaitu keterampilan individu dalam membina hubungan interpersonal yang baik, karena mudah bergaul dan tidak cemas. Berdasarkan hal itu individu yang sedang mengerjakan skripsi akan tidak mudah merasa tertekan.

Pada penelitian ini, diketahui bahwa *emotional quotient* dan *self-efficacy* merupakan dua prediktor yang mempengaruhi resiliensi. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Caroli, dkk (2020) menyatakan bahwa dengan meningkatkan *self-efficacy* maka individu akan mudah dalam memecahkan suatu masalah, mengatur dalam mengekspresikan emosi positif dan negatif untuk meningkatkan resiliensi pada individu khususnya pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Penelitian dari Gonzalez-Valero, dkk (2020) mengatakan bahwa adanya hubungan positif antara *emotional quotient* terhadap resiliensi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Adapun menurut Windle (2011) Resiliensi adalah proses bernegosiasi secara efektif, beradaptasi, atau mengelola sumber-sumber stres atau trauma yang signifikan. Aset dan sumber daya dalam diri individu, kehidupan dan lingkungannya memfasilitasi kapasitas untuk beradaptasi dan 'bangkit kembali' dalam menghadapi kesulitan. Di sepanjang perjalanan hidup, pengalaman ketahanan akan bervariasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa *emotional quotient* dan *self-efficacy* baik sendiri atau bersama – sama dapat mempengaruhi resiliensi. *Emotional quotient* dan *self-efficacy* adalah kondisi yang mempengaruhi individu, khususnya pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Hal tersebut akan mempengaruhi keyakinan diri individu dalam merencanakan dan melakukan tindakan untuk melewati suatu permasalahan dan melakukan suatu tugas untuk meraih suatu pencapaian.

Bagi penelitian selanjutnya disarankan dapat mempertimbangkan beberapa variabel yang belum diukur dalam penelitian ini seperti regulasi diri, dukungan sosial, kecerdasan

spritual, optimisme, dan pengendalian dorongan. Selain itu adanya pertanyaan terbuka yang diberikan dalam kuesioner yang diberikan.

REFERENSI

- Ambarwati, P. D., Astuti, R. T., & Pinilih, S. S. (2017). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 5(1), 40-47.
- Andarsyah, R., Rahayu, I. W., & Trigunawan. A. (2020). *Regresi linier untuk prediksi jumlah penjualan terhadap jumlah permintaan*. Bandung.
- Andira, P. A., & Gina, F. (2022). Self- efficacy dan resiliensi pada mahasiswa yang mengalami pembelajaran daring. *Jurnal Social Philantropic*, 1(1), 29-34. <https://doi.org/10.31599/sp.v1i1.1456>
- Apriani, F., & Listiyandini, R. A. (2019). Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 325-339. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2248>
- Arisanti, I., Atmasari, A. & Handayani, V. F. (2019). Pengaruh pengungkapan diri (self-disclosure) terhadap stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di fakultas ekonomi dan bisnis universitas teknologi sumbawa. *Jurnal Psimawa*, 2(1), 47-51. <https://doi.org/10.1234/jp.v2i1.437>
- Bandura, A. (1993). Perceived self- efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28, 117-148.
- Bandura, A. (1997). Self efficacy: the exercise of control. W.H. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 3.
- Bandura, A. (2010). *Self efficacy mechanism in psikological and health promoting behavior*. Prentice Hall : New Jersey.
- Bingöl, T. Y., Batik, M.V., Hoşoğlu, R., & Kodaz, A. F. (2019). Psychological Resilience and Positivity as Predictors of Self- Efficacy. *Asian Journal of Education and Training*, 5(1), 63-69. DOI:10.20448/journal.522.2019.51.63.69
- Born, R. A., Schwazer, R., & Jerusalem, M. (1995). Indonesian Adaptation of General Perceived Self- Efficacy Scale.
- Caroli, M. E. D., Falanga, R., Indiana, M. L., Sagone, E. (2020). Resilience and peceive self- efficacy in life skills from early to late adolescence. *International Journal Of Adolescence and Youth*. 25 (1) : 882 – 890.
- Darmono, A & Hasan, A. (2005). *Menyelesaikan skripsi dalam satu semester*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Deniz, M. E., & Özer, E. (2014). An Investigation of University Students' Resilience Level on The View of Trait Emotional EQ. *Elementary Education Online*, 13(14), 1240-1248. DOI: 10.17051/io.2014.74855
- Dwiastuti, R. (2017). *Metode penelitian sosial ekonomi pertanian : dilengkapi dengan metode kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi kuantitatif-kualitatif*. Malang : Universitas Brawijaya Press.
- Etherton, K., Steele-Johnson, D., Salvano, K., & Kovacs, N. (2020). Resilience effects on student performance and well-being: the role of self-efficacy, self set-goals, and anxiety. *The Journal of General Psychology*. <https://doi.org/10.1080/00221309.2020.1835800>
- Fadillah, A. E. R. (2013). Stres dan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi universitas mulawarman yang sedang menyusun skripsi. *Ejournal Psikologi*, 1(3), 254-267.
- Feist, Jess., & Gregory J. Feist. (2011). *Teori kepribadian, theories of personality*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Gibbons, C. (2010). Stress, coping and burn-out in nursing students. *International Journal of Nursing Studies*. 47, 1299-1309. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.02.015>

- Goleman, D. (2000). *Working with emotional intelligence: kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2009). *Emotional intelligence: mengapa ei lebih penting daripada iq*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2015). Terjemahan: Hermaya, T. *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Grotberg, E. (1999). *Tapping your inner strength*. Oakland : New Harbinger Publications.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: sebuah pengantar*. Jakarta : Prenadamedia Group.
- Kemendikbud. (2021, Februari 4). Kemendikbud Tindakan Ujian Nasional. https://www.kemendikbud.go.id/mai_n/blog/2021/02/kemendikbud-tindakan-ujian-nasional-2021
- Khoiroh, A. (2021). Peran kecerdasan emosi terhadap resiliensi pekerja pada masa pandemi covid-19. *Prosiding Berkala Psikologi*, 3, 24-33.
- King, L. A. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Lidiawati, K. R., & Riswanto, A. T. (2021). The influence of self- efficacy on resilience in students who work in thesis. *Widyakala Journal*, 8(1), 35-39. https://doi.org/10.36262/widyakal_a.v8il.374
- Listiyandini, R. A., & Akmal, S. Z. (2015). Hubungan antara kekuatan karakter dan resiliensi pada mahasiswa. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Universitas Pancasila*.
- Masten, A. S. (2015). *Ordinary Magic: Resilience in development*. New York : Guildford Press.
- Ononye, U., Ndudi, F., Bereprebofa, D., Maduemezia, I., & Ogbeta, M. (2022). Academic resilience, emotional intelligence, and academic performance among undergraduate students. "Knowledge and Performance Management, 6, 1-10. [http://dx.doi.org/10.21511/kpm.06\(1\).2022.01](http://dx.doi.org/10.21511/kpm.06(1).2022.01)
- Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: an international study. *Open Journal of Social*, 2, 14-22. <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2014.211003>
- Priandana, S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. Tangerang : Pascal Books.
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2013). Relationships between Resilience, Self-Efficacy, and Thinking Styles in Italian Middle Adolescents. *Elsevier*, 838-845. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.763>
- Salovey P., & Mayer J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development (tigabelas)*. Jakarta : Erlangga.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177. [https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869(98)00001-4)
- Shuo, Z., Xuyang, D., Xin, Z., Xuebin, C., & Jie, H. (2022). The relationship between postgraduates emotional intelligence and well-being: the chain mediating effect of social support and psychological resilience. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865025>
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta : Literasi Media Publishing.
- Swarjana, I. K. (2022). *Populasi-sampel : teknik sampling & bias dalam penelitian*. Yogyakarta : ANDI (Anggota IKAPI).
- Wagnild, G., & Young, H. M. (1993). Resilience among older women. *Journal of Nursing Scholarship*, 22, 252-255. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1990.tb00224.x>

- Wang, Z, Liu, Y., & Lü, W. (2013). Resilience and affect balance as mediators between trait emotional intelligence and life satisfaction. Elsevier, 54, 850-855.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.12.010>
- Wijaya, I. B. (2017). *Efektifitas Intervensi Berbasis Kekuatan Diri Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Penderita Kanker Payudara*. Disertasi. Universitas Airlanga.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21(2) : 152-169. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1017/S0959259810000420>