



**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL  
DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

**MICHELLE JOANNE**

**705160007**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**2020**



# **HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA**

Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menempuh ujian

sarjana strata 1 (S-1) Psikologi

**DISUSUN OLEH:**

**MICHELLE JOANNE**

**705160007**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**2020**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH</b>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Michelle Joanne

NIM : 705160007

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Mahasiswa**

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.


Jakarta, 12 Juli 2020

Yang Memberikan Pernyataan



METERAI  
 TEMPEL  
 EC087AHF561752325  
**6000**  
 ENAM RIBU RUPIAH

**Michelle Joanne**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	<b>FR-FP-04-07/R0</b>	HAL. 1/1
<b>05 NOVEMBER 2010</b>	<b>SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH</b>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Michelle Joanne**

N I M : **705160007**

Alamat : **Jalan Palmerah Selatan No. 26 RT 005/002, Gelora, Tanah Abang  
 Jakarta Pusat 10270**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Mahasiswa**

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 12 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



**Michelle Joanne**

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA**

**TANDA PENGESAHAN SKRIPSI**

Nama : Michelle Joanne

N.I.M. : 705160007

Program Studi : Psikologi

**Judul Skripsi**

Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Mahasiswa

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 6 Juli 2020 dan dinyatakan lulus, dengan majelis pengujian terdiri atas:

1. Ketua : Pamela H.H., S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D.
2. Anggota : Erik Wijaya, M.Si.  
Sandi Kartasasmita, M.Psi., Psi.

Jakarta, 16 Juli 2020

Pembimbing



Sandi Kartasasmita, M.Psi., Psi.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkatnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu untuk menyusun laporan penelitian mengenai “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Mahasiswa”. Tujuan penyusunan laporan penelitian ini adalah untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan ujian Program Sarjana Strata 1 (S-1) Psikologi.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak hambatan dan rintangan yang dialami peneliti, namun, pada akhirnya peneliti dapat melalui dengan adanya bimbingan dan bantuan baik secara moral maupun spiritual dari berbagai pihak. Peneliti bersyukur kepada banyak pihak yang membantu. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Rostiana, S.Psi., M.Si., Psikolog. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, kepada Bapak Sandi Kartasasmita, M. Psi., Psikolog. selaku pembimbing yang mengarahkan peneliti selama seminar proposal sampai skripsi ini selesai maupun dalam kegiatan perkuliahan, serta seluruh dosen dan staff Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

Tak lupa peneliti juga berterima kasih kepada orang tua peneliti, papa Andy Handoko dan mama Eping yang selalu memberikan bantuan dan dukungan selama peneliti pengerjakan skripsi ini. Elizabeth Nasya H. dan Feny Hana S. Soukotta serta teman-teman dari grup “Republik Skripsi”, Dewi Saraswati, Andelisa Balqis Khairunnisa, Mahidhikka Saylend Putri, Trivena Yulistia Koridama, Wiliam Dipa Mulya, dan Ishmah Alya Zulfaa yang selalu memberikan motivasi selama perkuliahan, meluangkan waktu dalam membantu dan memberikan saran-

saran selama pengerjaan skripsi ini. Kepada teman-teman satu bimbingan, Dellyana Ayunda, Rindu Anisa, Evelyne Gunawan, Ishmah Alya Zulfaa, dan Samuel Sagita yang memberikan informasi dan bantuan dari awal pengerjaan sampai skripsi ini selesai. Serta, Rianto Halim dan teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu dalam memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua individu. Peneliti menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, apabila terjadi kesalahan pada laporan atau kata-kata dari peneliti yang secara tidak sengaja menyinggung perasaan pembaca, peneliti meminta maaf dan peneliti mengharapkan saran, kritik dan segala bentuk pengarahannya yang membangun. Peneliti menyatakan sepenuhnya bertanggung jawab atas keseluruhan isi skripsi ini.

Jakarta, 14 Juni 2020

Michelle Joanne

## DAFTAR ISI

<b>Surat Pernyataan Keaslian Naskah .....</b>	<b>i</b>
<b>Surat Pernyataan Edit Naskah.....</b>	<b>ii</b>
<b>Lembar Pengesahan Skripsi.....</b>	<b>iii</b>
<b>Kata Pengantar .....</b>	<b>iv</b>
<b>Daftar Isi.....</b>	<b>v</b>
<b>Daftar Tabel.....</b>	<b>ix</b>
<b>Daftar Gambar .....</b>	<b>xi</b>
<b>Daftar Lampiran.....</b>	<b>xii</b>
<b>Abstrak.....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
1.5 Sistematika Penulisan .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1 Kecerdasan Emosi .....	8
2.1.1 Definisi Kecerdasan Emosional.....	8
2.1.2 Kemampuan Kecerdasan Emosional .....	10
2.1.3 Faktor-faktor Kecerdasan Emosional .....	12
2.2 Resiliensi.....	13



2.2.1	Definisi Resiliensi.....	13
2.2.2	Fungsi Resiliensi.....	15
2.2.3	Karakteristik Individu yang Resilien.....	16
2.2.4	Aspek-aspek Resiliensi .....	17
2.2.5	Sumber Resiliensi .....	18
2.2.6	Faktor-faktor Resiliensi .....	19
2.3	Mahasiswa .....	21
2.3.1	Definisi Mahasiswa .....	21
2.3.2	Perkembangan Kognitif .....	21
2.3.3	Perkembangan Psikososial .....	22
2.3.4	Potensi Mahasiswa .....	23
2.4	Kerangka Berpikir .....	23
2.5	Hipotesis .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>		
3.1	Partisipan Penelitian.....	26
3.1.1	Kriteria Partisipan .....	26
3.1.2	Jumlah Sampel Penelitian .....	26
3.1.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	27
3.1.4	Gambaran Umum Partisipan .....	27
3.1.4.1	Berdasarkan Jenis Kelamin Partisipan .....	27
3.1.4.2	Berdasarkan Usia Partisipan.....	28
3.1.4.3	Berdasarkan Domisili Universitas Partisipan .....	29
3.2	Jenis Penelitian .....	29
3.3	<i>Setting</i> dan Instrumen Penelitian .....	30
3.3.1	<i>Setting</i> Penelitian .....	30

3.3.2	Instrumen Penelitian .....	30
3.4	Pengukuran Penelitian .....	30
3.4.1	Alat Ukur Kecerdasan Emosi.....	31
3.4.2	Alat Ukur Resiliensi.....	33
3.5	Prosedur Penelitian .....	37
3.5.1	Persiapan Penelitian .....	37
3.5.2	Pelaksanaan Penelitian .....	38
3.6	Pengolahan dan Teknik Analisis Data .....	38
 <b>BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS DATA</b>		
4.1	Gambaran Data Utama Penelitian .....	40
4.1.1	Gambaran Data Kecerdasan Emosional pada Partisipan .....	40
4.1.2	Gambaran Data Resiliensi pada Partisipan .....	41
4.2	Uji Normalitas Data .....	42
4.3	Analisis Data Utama.....	42
4.3.1	Uji Korelasi antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi.....	42
4.3.2	Uji Korelasi antara Dimensi Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi .....	43
4.4	Analisis Data Tambahan .....	45
4.4.1	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
4.4.2	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Usia.....	45
4.4.3	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Domisili Universitas ..	46
4.4.4	Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	46
4.4.5	Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Usia.....	47
4.4.6	Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Domisili Universitas .....	47

## **BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN**

5.1	Simpulan .....	49
5.2	Diskusi .....	49
5.3	Saran .....	54
5.3.1	Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoritis.....	54
5.3.2	Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis .....	55
	<b>Abstract.....</b>	<b>xv</b>
	<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>P-1</b>
	<b>Lampiran.....</b>	<b>L-1</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	28
Tabel 2	Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Usia .....	28
Tabel 3	Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Domisili Universitas ....	29
Tabel 4	Dimensi <i>Self-awareness</i> .....	32
Tabel 5	Dimensi <i>Managing Emotions</i> .....	32
Tabel 6	Dimensi <i>Motivating Oneself</i> .....	32
Tabel 7	Dimensi <i>Empathy Skills</i> .....	33
Tabel 8	Dimensi <i>Handling Relationship</i> .....	33
Tabel 9	Dimensi <i>Emotional Regulation</i> .....	34
Tabel 10	Dimensi <i>Impulse Control</i> .....	35
Tabel 11	Dimensi <i>Optimism</i> .....	35
Tabel 12	Dimensi <i>Casual Analysis</i> .....	36
Tabel 13	Dimensi <i>Empathy</i> .....	36
Tabel 14	Dimensi <i>Self-efficacy</i> .....	36
Tabel 15	Dimensi <i>Reaching Out</i> .....	37
Tabel 16	Gambaran Data Kecerdasan Emosional pada Partisipan .....	41
Tabel 17	Gambaran Data Resiliensi pada Partisipan .....	42
Tabel 18	Uji Korelasi antara Kecerdasan Emosional dan Resiliensi .....	43
Tabel 19	Uji Korelasi antara Dimensi Kecerdasan Emosional dan Resiliensi ....	44
Tabel 20	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
Tabel 21	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Usia .....	46
Tabel 22	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Domisili Universitas ...	46
Tabel 23	Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	47

Tabel 24 Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 25 Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Domisili Universitas .....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Berpikir .....	24
----------	-------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner.....	L-1
Lampiran 2a	Uji Reliabilitas Butir <i>Self-awareness</i> (Sebelum).....	L-9
Lampiran 2b	Uji Reliabilitas Butir <i>Self-awareness</i> (Sesudah).....	L-10
Lampiran 2c	Uji Reliabilitas Butir <i>Managing Emotions</i> (Sebelum).....	L-11
Lampiran 2d	Uji Reliabilitas Butir <i>Managing Emotions</i> (Sesudah) .....	L-12
Lampiran 2e	Uji Reliabilitas Butir <i>Motivating Oneself</i> .....	L-13
Lampiran 2f	Uji Reliabilitas Butir <i>Empathy Skills</i> (Sebelum).....	L-14
Lampiran 2g	Uji Reliabilitas Butir <i>Empathy Skills</i> (Sesudah).....	L-15
Lampiran 2h	Uji Reliabilitas Butir <i>Handling Relationship</i> .....	L-16
Lampiran 3a	Uji Reliabilitas Butir <i>Emotional Regulation</i> .....	L-17
Lampiran 3b	Uji Reliabilitas Butir <i>Impulse Control</i> (Sebelum) .....	L-18
Lampiran 3c	Uji Reliabilitas Butir <i>Impulse Control</i> (Sesudah) .....	L-19
Lampiran 3d	Uji Reliabilitas Butir <i>Optimism</i> .....	L-20
Lampiran 3e	Uji Reliabilitas Butir <i>Causal Analysis</i> (Sebelum).....	L-21
Lampiran 3f	Uji Reliabilitas Butir <i>Causal Analysis</i> (Sesudah).....	L-22
Lampiran 3g	Uji Reliabilitas Butir <i>Empathy</i> .....	L-23
Lampiran 3h	Uji Reliabilitas Butir <i>Self-efficacy</i> .....	L-24
Lampiran 3i	Uji Reliabilitas Butir <i>Reaching Out</i> .....	L-25
Lampiran 4a	Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin...	L-26
Lampiran 4b	Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia .....	L-26
Lampiran 4c	Gambaran Partisipan Penelitian Berdasarkan Domisili Universitas.....	L-27
Lampiran 5a	Gambaran Data Kecerdasan Emosional pada Partisipan .....	L-28

Lampiran 5b	Gambaran Data Resiliensi pada Partisipan .....	L-28
Lampiran 6	Uji Normalitas Variabel Kecerdasan Emosional dan Resiliensi	L-29
Lampiran 7a	Uji Korelasi Variabel Kecerdasan Emosional dan Resiliensi.....	L-30
Lampiran 7b	Uji Korelasi Dimensi Kecerdasan Emosional dan Resiliensi.....	L-30
Lampiran 8a	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin ..	L-31
Lampiran 8b	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Usia.....	L-31
Lampiran 8c	Uji Beda Kecerdasan Emosional Berdasarkan Domisili Universitas.....	L-32
Lampiran 8d	Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	L-32
Lampiran 8e	Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Usia.....	L-33
Lampiran 8f	Uji Beda Resiliensi Berdasarkan Domisili Universitas.....	L-33



## ABSTRAK

**Michelle Joanne (705160007)**

**Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Mahasiswa; Sandi Kartasasmita, M.Psi., Psi. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xv; 55 halaman, P1-P3, L1-L33)**

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk mengetahui emosi dan mengelola emosinya ketika beradaptasi dan berpartisipasi dalam proses kognitif, mendapatkan perspektif baru, dan memecahkan masalah. Individu perlu untuk mengelola emosi dengan baik agar dapat menyelesaikan masalahnya pada situasi yang tidak biasa. Dalam mengatasi dan mempertahankan sikap positif, individu membutuhkan resiliensi dalam mengatasi permasalahan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada mahasiswa. Penelitian ini terdapat 234 partisipan yang berpartisipasi dengan rentang usia antara 18-25 tahun dengan menggunakan metode kuantitatif dengan uji korelasi menggunakan korelasi Pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan  $r = 0.797$  dan  $p = .000 < 0.05$  yang artinya adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi. Hubungan yang positif menandakan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka tinggi juga resiliensinya, dan sebaliknya.

Kata kunci: kecerdasan emosional, resiliensi, mahasiswa