

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 LATAR BELAKANG MASALAH

Pada awal tahun 2020 tepatnya pada bulan Maret, dunia dikejutkan dengan adanya pemberitaan mengenai adanya *Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)* yang disebabkan oleh *SARS-CoV-2* yang saat ini ditetapkan WHO sebagai pandemi (Cucinotta & Vanelli, 2020). Tidak hanya beresiko pada aspek kesehatan, pandemi *Covid-19* juga berpengaruh pada berbagai aspek-aspek kehidupan manusia (Firman, 2020). Khususnya di Indonesia melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud), Pemerintah Republik Indonesia menerbitkan Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan pembelajaran secara *daring* atau yang lebih dikenal dengan belajar dari rumah. Selama diberlakukannya masa darurat terhadap penyebaran *Covid-19*. Sehingga berdasarkan surat edaran tersebut memperkuat Surat Edaran yang dikeluarkan oleh Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat *Coronavirus Disease (Covid-19)*. Adapun yang menjadi isi surat edaran tersebut sebutkan bahwa tujuan dari pelaksanaan belajar dari rumah atau pembelajaran secara *daring* adalah untuk memastikan bahwa dalam upaya pemenuhan hak seluruh mahasiswa/i supaya bisa mendapatkan layanan pendidikan selama masa darurat *Covid-19* berlangsung, melindungi warga satuan pendidikan dari dampak buruk *Covid-19*, mencegah penyebaran serta penularan *Covid-19* di satuan pendidikan dan juga untuk memastikan pemenuhan dukungan psikososial baik sebagai tenaga pendidik (Dosen), Mahasiswa dan juga orangtua dari mahasiswa yang bersangkutan.

Perguruan tinggi yang semula melakukan metode tatap muka (*face-to-face*) saat perkuliahan maupun kegiatan akademik lainnya kini harus mengubahnya menjadi metode pembelajaran jarak jauh atau dalam istilah asingnya disebut dengan *distance learning* (Pramesti, 2021). Berbagai penelitian lainnya menyebutkan bahwa *online learning*, *e-learning* (*electronic learning*) maupun daring (dalam jaringan) (Napitulu, 2020). Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran (Moore dkk., 2011). Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang mampu mempertemukan mahasiswa dan dosen untuk melaksanakan interaksi pembelajaran dengan bantuan internet (Kuntarto, 2017).

Menurut Pambudhi (2021) mengungkapkan bahwa pada awalnya pembelajaran online mendapat respon positif dari mahasiswa karena pelaksanaannya yang fleksibel sehingga memberikan efek stimulan dalam proses kemandirian belajar. Namun, pembelajaran *online* harus dilakukan dengan bantuan ekstra, terutama di daerah yang tidak memiliki akses layanan internet atau hanya dapat mengakses internet di titik-titik tertentu. Dalam pelaksanaannya terdapat permasalahan seperti keterbatasan pengawasan dosen terhadap aktivitas mahasiswa selama proses perkuliahan online. Di sisi lain, mahasiswa terkadang kesulitan memahami materi yang disajikan secara *online*. Perlu dicatat bahwa civitas akademika belum siap menggunakan sistem *blended learning* atau sistem *online*. Bukti ketidaksiapan ini terlihat dari kasus seorang dosen yang hanya menerapkan kuliah *online* sebagai formalitas dengan memberikan materi kuliah dan tugas tanpa interaksi dan umpan balik.

Pembelajaran yang dilakukan secara daring selama pandemi *Covid-19* berlangsung menjadi solusi sekaligus menjadi suatu permasalahan yang harus dihadapi oleh mahasiswa, dalam hal ini mahasiswa dituntut untuk bisa menyesuaikan gaya belajarnya dengan model

pembelajaran yang harus dilakukan secara daring. Hasil penelitian dari Jannah & Santhoso (2021) menunjukkan bahwa pembelajaran daring yang diikuti oleh mahasiswa cukup memicu *stress*. Hal ini juga didukung oleh penelitian Hasanah dkk (2020) yang mengatakan bahwa tugas pembelajaran merupakan faktor utama penyebab stress pada mahasiswa selama pandemi *Covid-19*. Salah satu dampak pandemi *Covid-19* dalam pendidikan adalah berlakunya pembelajaran jarak jauh, dimana pandemi *Covid-19* menuntut seluruh kalangan mahasiswa untuk memiliki ketahanan dan resiliensi yang tangguh dalam menjalankan kehidupannya (Murtiningrum & Pedhu, 2021). Demikian juga siswa diharapkan mampu beradaptasi dengan perubahan pandemi *Covid-19*. Siswa dituntut untuk dapat beradaptasi dengan pembelajaran jarak jauh. Siswa membutuhkan kemampuan resiliensi di bidang akademik untuk menghadapi tekanan perubahan kondisi belajar. Vibriyanti (dalam Fauziyyah dkk, 2021) menyatakan bahwa beberapa perguruan tinggi di Indonesia merasa belum siap menggunakan metode pembelajaran jarak jauh sehingga beberapa permasalahan *eksternal* maupun *internal* muncul sebagai *stressor* bagi mahasiswa.

Mahasiswa merupakan individu yang berada dalam lembaga pendidikan setingkat dengan perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta yang memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan berpikir serta bertindak dengan perencanaan yang baik (Pramesti, 2021). Tahap perkembangan mahasiswa dikategorikan pada usia 18 hingga 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan apabila dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematapan pendirian hidup (Yusuf & Syamsu, 2012). Sehingga penting bagi mahasiswa untuk memiliki daya tahan yang kuat untuk beradaptasi dengan kebiasaan baru (Pambudhi, 2021).

Sejalan dengan peningkatan pelayanan pada proses pembelajaran daring, berbagai kendala dan permasalahan menjadi satu dari sekian banyak hal yang menjadi hambatan

pelaksanaan proses pembelajaran. Seperti halnya akses internet yang terbatas serta sarana prasarana yang kurang memadai ditambah lagi dengan keterbatasan penguasaan teknologi informasi, dan hal-hal lain yang menjadi kendala. Pemberlakuan pelaksanaan kebijakan pembelajaran di rumah membuat sebagian mahasiswa merasa cemas dan juga tertekan (Chatherine, 2020). Hal inilah yang kemudian memungkinkan menjadikan mahasiswa tidak mampu mengendalikan atau mengatur emosi mereka selama pembelajaran *daring* pada masa pandemi *Covid-19*. Menurut Reivich & Shatte (2002) menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi akan merasa lebih kuat, percaya diri, merasa nyaman untuk berhubungan dengan orang lain, bersemangat dalam menemukan pengalaman-pengalaman baru, serta lebih berani mengambil resiko.

Resiliensi akademik yaitu suatu kemampuan untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), stres atau tekanan secara efektif pada *setting* akademik (Martin & Marsh, 2003). Hal ini juga didukung dengan pernyataan menurut Pambudhi (2021) mengatakan bahwa resiliensi akademik merupakan suatu kemampuan mahasiswa untuk berperilaku tekun dalam mengerjakan tugas kuliah dan kegiatan di perkuliahan, mencari bantuan dan memiliki rasa optimis yang kuat untuk mencapai tujuan.

Menurut Meiranti & Sutoyo (2020) mengungkapkan bahwa resiliensi akademik penting untuk dimiliki oleh siswa dalam menjalani proses akademiknya. Berikutnya menurut Murtiningrum & Pedhu (2021) mengatakan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk beradaptasi menghadapi tekanan akademik yang meliputi komponen regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*. Kemudian dijelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan resiliensi akademik tinggi memiliki sikap optimis dalam menghadapi kesulitan akademik sehingga seorang mahasiswa

tetap menunjukkan pikiran positif walaupun dalam kondisi sulit dalam akademiknya. Sebaliknya, ketika mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik rendah menunjukkan sikap pesimis dalam menghadapi kendala akademiknya dan cenderung berpikir negatif pada kondisi sulit. Sehingga dengan resiliensi akademik yang dimiliki dapat memberikan gambaran bagaimana mahasiswa mengatasi berbagai pengalaman negatif atau tantangan yang sedemikian besar yang bisa saja menekan serta dapat menghambat berjalannya proses belajar, sehingga mereka pada akhirnya mereka mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik (Martin & Marsh, 2003).

Menurut Ononye, dkk (2022) berpendapat bahwa mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi cenderung memiliki kapasitas lebih untuk terlibat dalam proses kecerdasan emosional (memahami, memfasilitasi, dan mengatur emosi) untuk mengatasi tuntutan dan keadaan pembelajaran yang berubah. Dalam resiliensi akademik, kemampuan menghadapi tekanan selalu berhubungan dengan kepandaian individu dalam mengendalikan emosinya, dimana individu yang bisa bertahan mengalami situasi sulit dalam proses pembelajarannya lebih dominan mencari solusi ketika sedang merasa tertekan atau jenuh yang dirasakan dan memaksimalkan pengelolaan emosi supaya tidak merasa panik akibat situasi pembelajaran yang tidak menetap (Ainnayyah & Nursalim, 2022). Sehingga dengan itu, mahasiswa yang resilien akan lebih mampu mengendalikan setiap situasi yang penuh dengan tantangan serta selalu bertindak secara positif dalam menghadapi situasi akademik yang selalu berubah. Menurut Salovey, dkk (dalam Choudhary, 2019) seorang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat lebih mampu menghadapi dengan lebih baik berbagai tantangan-tantangan emosional yang dialami, karena mereka mampu secara baik dalam menilai dan juga memahami setiap kondisi emosi yang cenderung tidak tetap, mampu untuk mengerti bagaimana dan kapan untuk

mengekspresikan perasaan mereka, dan dapat secara efektif mengontrol kondisi suasana hati pada saat tantangan datang. Sehingga dengan itu, mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi dapat menguasai emosi mereka, yang mensyaratkan bahwa mereka dapat membuat keputusan yang baik dan oleh karena itu, dituntun untuk bertindak sesuai dengan pemahaman tentang situasi. Maka dari itu menurut Davis (dalam Harahap 2020) salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik adalah kemampuan kognitif yang di dalamnya termasuk kecerdasan emosional.

Menurut Goleman (2001) kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial. Daud (2012) kecerdasan emosional diungkapkan sebagai karakteristik seseorang yang amat perlu ditingkatkan, dimana kecerdasan emosi merupakan penggerak yang dapat menimbulkan aspek-aspek energi, kekuatan, daya tahan, dan stamina, dimana karakter yang berdasar dalam hubungan antara perasaan, sifat, dan naluri moral yang dikaitkan dengan kontrol diri, semangat dan ketekunan, kemampuan menyesuaikan diri, kemampuan memecahkan masalah pribadi, mengontrol emosi negatif serta mampu untuk memotivasi diri sendiri khususnya selama proses pembelajaran yang dilakukan. Berikutnya dijelaskan bahwa siswa yang mampu menguasai emosinya dapat besikap lebih percaya diri serta optimisme yang kuat dalam mewujudkan cita-cita dan juga kemampuan beradaptasi sekaligus menguasai permasalahan-permasalahan yang ada. Kemampuan untuk secara akurat memahami, mengakses, dan mengontrol emosi dapat membantu dalam pengembangan beberapa proses pengaturan diri yang di dalamnya terdapat pengaturan emosi dan juga motivasi yang dapat memberikan kemungkinan

bagi seseorang supaya dapat menjalani kondisi kehidupan yang sulit dengan lebih baik, dan melakukan penyesuaian terhadap tujuan yang ingin dicapai (Choudhary, 2019). Jadi, dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan suatu kapabilitas yang dimiliki untuk mampu memahami perasaan diri sendiri dan juga orang lain, serta memiliki daya untuk memotivasi diri sendiri dan juga kesanggupan untuk mengontrol emosi dengan baik serta menjaga hubungan yang baik terhadap orang lain.

Selanjutnya dikatakan oleh Astuti & Rusmawati (2021) dalam penelitiannya dikatakan bahwa seseorang yang mampu menyadari emosi yang dimiliki maka individu tersebut akan berusaha untuk mengolah emosi dengan baik untuk dapat merespon secara tepat situasi yang tengah dihadapi. Selanjutnya dikatakan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik juga akan menunjukkan keinginan yang kuat dalam bertahan dari situasi yang tengah dihadapi dan berusaha membangun hubungan yang hangat dengan orang lain melalui cara yaitu berempati.

Hal ini sejalan dengan dengan fenomena yang dikemukakan oleh mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen yang diperoleh melalui proses wawancara:

*“saya selama pembelajaran online ini diberlakukan, awalnya masih bisa gitu dijalani malahan pas awal-awalnya itu saya sempat berharap supaya pembelajaran secara daring ini diberlakukan. Tapi setelah saya jalani dan bukan hanya saya, tapi teman-temanku yang lain pun merasakan hal yang sama seperti yang ku rasakan, dimana saya merasakan cemas, stress, dan sampai-sampai berpengaruh terhadap kesehatan fisik juga. Ini terjadi karena tuntutan perkuliahan yang semakin banyak dan semakin kompleks, dimana tugas kuliah yang semakin banyak dan ditambah lagi kualitas handphone yang tidak memungkinkan untuk melakukan pembelajaran secara online serta jaringan yang sering lelet. Jadi, dengan keadaan emosi yang gak stabil seperti itu biasanya yang saya lakukan adalah dengan mencoba untuk lebih lagi mengontrol emosi saya dengan berusaha menerima keadaan dan mencoba untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang ada serta mencari*

*solusi dari permasalahan yang ada supaya saya bisa melakukan kewajiban akademik saya dengan baik?*

*AL, 09 April 2022*

Dan juga berikut hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap mahasiswa lainnya yang menggambarkan fenomena kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa selama pembelajaran *daring* diberlakukan.

*“aku merasa belajar daring ini sangat meresahkan, dimana dengan proses belajar yang mengharuskan mahasiswa melakukan tuntutan pembelajaran yang sangat banyak serta ditambah lagi harus mengeluarkan uang tambahan untuk beli paket internet. Dan masalah yang lebih seriusnya itu lagi ketika lagi menghadapi ujian tiba-tiba jaringannya hilang, hal itulah yang menjadi hal yang sangat berkesan dimana dengan pikiran yang sudah tidak tau mau harus ngapain, mau ngabarin siapa, sudah gak bisa lagi karena sinyal yang gak ada. Itu saja sih menurutku ya... dengan situasi tersebut aku memilih untuk tidak menyerah dengan keadaan yang ada, sehingga dari itu ketika emosiku atau perasaanku lagi gak baik-baik saja, aku berusaha untuk mengelolanya dengan mendengar music supaya emosi ku tersebut bisa lebih stabil lagi serta berusaha menerima keadaan dan juga situasi yang ada supaya aku tidak terlalu mengeluh dan bisa menjalani prosesnya dengan penuh semangat”*

*W, 08 April 2022*

Dari hasil wawancara diatas, peneliti dapat menemukan indikasi bahwa selama pembelajaran secara *online (daring)* mahasiswa membutuhkan kecerdasan emosional dan juga resiliensi akademik dalam menyelesaikan tuntutan pembelajarannya. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Astuti & Rusmawati (2021) diketahui bahwa koefisien korelasi dari variabel kecerdasan emosional dan resiliensi sebesar 0,790 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima yaitu adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro di tengah pandemi *COVID-19*. Artinya, terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi. Selanjutnya didukung juga

dengan hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan Nyiagani & Kristinawati (2021) dalam jurnalnya dikatakan bahwa adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik. Sehingga dengan itu, dari hubungan yang terjadi berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka dapat memprediksi semakin tingginya nilai resiliensi akademik. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional maka dapat memprediksi rendahnya nilai resiliensi akademiknya.

Dengan itu, didukung juga dengan hasil survey yang telah dilaksanakan melalui kuesioner yang berikan kepada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan, dengan jumlah responden sebanyak 50 orang. Dari hasil survey tersebut diperoleh data bahwa selama pembelajaran daring diberlakukan dan diikuti oleh mahasiswa, terdapat beberapa masalah yang dialami oleh mahasiswa, yaitu mengenai masalah jaringan internet yang tidak stabil, kondisi lingkungan belajar yang tidak kondusif yang dapat mempengaruhi fokus dari mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga mahasiswa memiliki kesulitan dalam memahami materi perkuliahan yang sedang dipelajari serta mempengaruhi motivasi belajar yang menurun dan tingkat stress meningkat, ditambah juga dengan fasilitas pembelajaran secara online yang kurang memadai seperti *handphone* dan juga kuota internet serta sumber pembelajaran seperti buku/*e-book* yang masih sangat terbatas, begitu juga dengan pelaksanaan praktek/pratikum yang sangat terbatas ketika dilaksanakan secara daring. Dari permasalahan tersebut diperoleh data tambahan yaitu mahasiswa yang merasa mampu menghadapi tantangan akademiknya yakni dengan presentasinya sebesar 94%, lalu didapatkan juga bahwa mahasiswa yang merasa terdorong untuk mengerjakan tuntutan tugas ketika melihat kelompok belajarnya sibuk membahas tugas yakni dengan presentasinya sebesar 86%, berikutnya mahasiswa ketika jaringan internetnya sering

terganggu saat perkuliahan tetapi tetap berusaha untuk mengikuti perkuliahan dengan baik yakni dengan persentasenya sebesar 90%, dan juga mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang semakin berkurang selama pembelajaran daring yakni dengan presentase sebesar 64%, serta mahasiswa yang memiliki empati terhadap orang lain yang memiliki kesulitan dalam belajar yakni dengan persentasenya sebesar 90%. Sehingga berdasarkan hasil tersebut bisa dikatakan bahwa terdapat indikasi dimana kecerdasan emosional dan resiliensi akademik sangat dibutuhkan oleh mahasiswa selama pembelajaran daring diberlakukan untuk menghadapi tuntutan akademiknya.

Berdasarkan hasil wawancara, survey dan juga hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa selama pembelajaran secara daring diberlakukan dan diikuti oleh mahasiswa ternyata membawa perubahan yang sangat pesat, baik ditinjau dari proses belajar, kecerdasan emosional dan resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa selama pandemi *covid-19*. Sehingga dalam hal ini, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai bagaimana hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan selama pembelajaran daring masa pandemi *covid-19*.

## **1.2 RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan selama pembelajaran daring masa pandemi *Covid-19*?

## **1.3 TUJUAN PENELITIAN**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan selama pembelajaran daring masa pandemi *Covid-19*.

## **1.4 MANFAAT PENELITIAN**

### **1.4.1 MANFAAT TEORITIS**

Hasil penelitian ini diharapkan nantinya dapat memberikan manfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi mengenai ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa.

### **1.4.2. MANFAAT PRAKTIS**

1. Dengan hasil penelitian ini, para pembaca dapat lebih memahami dan mengetahui apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa
2. Dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dalam penelitian kecerdasan emosional dan resiliensi akademik, baik dengan variabel yang sama dengan subyek yang berbeda ataupun dengan salah satu validitas yang berbeda.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 RESILIENSI AKADEMIK**

##### **2.1.1 PENGERTIAN RESILIENSI AKADEMIK**

Resiliensi akademik adalah suatu kemampuan untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), stres atau tekanan secara efektif dalam konsep akademik (Martin & Marsh, 2003). Selanjutnya dijelaskan bahwa resiliensi akademik secara khusus meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, pengelolaan serta dapat mengurangi kecemasan yang dialami. Dimana dengan ini menjadi cara utama untuk meningkatkan kapasitas mahasiswa untuk menghadapi kemunduran, stress, serta tekanan yang dialami di lingkungan akademik secara lebih baik.

Menurut Murtiningrum & Pedhu (2021) mengatakan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan siswa untuk beradaptasi menghadapi tekanan akademik yang meliputi komponen regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*. Kemudian dijelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan resiliensi akademik tinggi memiliki sikap optimis dalam menghadapi kesulitan akademik sehingga seorang mahasiswa tetap menunjukkan pikiran positif walaupun dalam kondisi sulit dalam akademiknya. Sebaliknya, ketika mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik rendah menunjukkan sikap

pesimis dalam menghadapi kendala akademiknya dan cenderung berpikir negatif pada kondisi sulit.

## **2.1.2 FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI RESILIENSI AKADEMIK**

Menurut Davis (dalam Harahap 2020) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik seseorang yaitu:

### 1. Faktor Individu

Faktor individu meliputi kemampuan kognitif, konsep diri individu, harga diri dan kompetensi sosial yang dimilikinya.

### 2. Faktor Keluarga

Faktor keluarga diartikan sebagai lingkaran pertama dari lingkungan individu yang sangat dekat dengan pembentukan kepribadian seorang individu.

### 3. Faktor Komunitas

Faktor komunitas dalam lingkungan masyarakat dapat dikatakan sebagai lingkungan yang dekat dengan individu yang dapat memberikan pengaruh yang besar bagi resiliensi akademik seseorang.

## **2.1.3 ASPEK-ASPEK RESILIENSI AKADEMIK**

Hasil penelitian Martin & Marsh (2003) menemukan bahwa aspek resiliensi akademik (*academic resiliency*) terdiri dari:

1. *Confidence (self-belief)*

*Confidence* atau *self-belief* (kepercayaan diri) adalah keyakinan dan kepercayaan yang dimiliki mahasiswa pada kemampuan mereka untuk memahami atau untuk melaksanakan berbagai tuntutan akademik dengan baik, dan berusaha memberikan yang terbaik berdasarkan kemampuan mereka.

2. Kontrol (*a sense of control*)

Kontrol (rasa kontrol) adalah kemampuan mahasiswa saat mereka yakin mengenai cara melakukan pekerjaan dengan baik. Dimensi ini tampak dari seberapa jauh kemampuan individu untuk mengelola dan mengendalikan berbagai tuntutan atau tantangan yang datang dalam aktivitas belajarnya.

3. *Composure (anxiety)*

*Composure* (kecemasan rendah) mencakup dua bagian yaitu merasa gugup dan khawatir. Merasa gugup adalah perasaan tidak enak atau muak yang dialami mahasiswa ketika memikirkan tugas kuliah atau ujian yang diikuti. Khawatir adalah rasa takut individu saat mereka tidak melaksanakan tuntutan akademik dengan baik seperti mengerjakan tugas maupun mengikuti ujian.

4. *Commitment (persistence)*

*Commitment* atau *persistence* (kegigihan) adalah seberapa besar usaha mahasiswa untuk terus berusaha menyelesaikan permasalahan atau untuk memahami sebuah masalah meskipun masalah tersebut sangat sulit dan penuh dengan tantangan.

## **2.2 KECERDASAN EMOSIONAL**

### **2.2.1 PENGERTIAN KECERDASAN EMOSIONAL**

Kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan juga perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial (Goleman, 2001). Dalam hal ini, Goleman juga menambahkan kecerdasan emosional merupakan sisi lain dari kecerdasan kognitif yang berperan dalam aktivitas manusia yang meliputi kesadaran diri dan kecakapan social. Menurut Daud (2012) kecerdasan emosional mengungkapkan bahwa karakteristik seseorang sebagai suatu jenis kecerdasan yang amat perlu ditingkatkan, dimana kecerdasan emosional merupakan penggerak yang dapat menimbulkan aspek-aspek energi, kekuatan, daya tahan, dan stamina, dimana karakter yang berdasar dalam hubungan antara perasaan, sifat, dan naluri moral yang dikaitkan dengan kontrol diri, semangat dan ketekunan, kemampuan menyesuaikan diri, kemampuan memecahkan masalah pribadi, mengontrol emosi negatif serta mampu untuk memotivasi diri sendiri khususnya selama proses pembelajaran yang dilakukan. Berikutnya dijelaskan bahwa siswa yang mampu menguasai emosinya dapat bersikap lebih percaya diri serta optimisme yang kuat dalam mewujudkan cita-cita dan juga kemampuan beradaptasi sekaligus menguasai permasalahan-permasalahan yang ada.

Menurut Daulay & Mirwan (2021) mengungkapkan bahwa Kecerdasan emosional merupakan aspek penting yang harus dimiliki setiap orang agar dapat mengendalikan emosi negatif, tidak mudah marah ketika menghadapi situasi yang tidak menguntungkan, mampu beradaptasi dengan situasi baru, dan mampu bertindak dengan baik ketika ditantang dengan

kesulitan. Oleh karena itu, kecerdasan emosional lebih ditunjukkan kepada upaya mengenali, memahami dan mewujudkan emosi dalam porsi yang tepat dan upaya untuk mengelola emosi agar terkendali dan memanfaatkan untuk memecahkan masalah kehidupan terutama yang terkait dengan hubungan antar manusia.

## **2.2.2 FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECERDASAN EMOSIONAL**

Menurut Goleman (2001), terdapat 2 faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi, dimana faktor-faktor tersebut terbagi antara faktor internal dan faktor eksternal. Penjelasan dari ke dua faktor tersebut antara lain, yaitu :

### **1. Faktor internal**

Faktor internal dalam hal ini dijelaskan sebagai bentuk apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang dapat terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup didalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

### **2. Faktor eksternal**

Faktor eksternal ini dimaksudkan sebagai faktor yang datang dari luar individu dan mempengaruhi individu untuk atau mengubah sikap. Pengaruh luar yang bersifat individu dapat secara perorangan, secara kelompok, antara individu mempengaruhi kelompok atau sebaliknya, juga dapat bersifat tidak langsung yaitu melalui perantara misalnya media

massa baik cetak maupun elektronik serta informasi. Dalam hal ini dijelaskan lebih lanjut bahwa faktor eksternal merupakan suatu stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksternal meliputi:

- a) Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distorsi.
- b) Lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosi. Objek lingkungan yang melatarbelakangi merupakan kebulatan yang sangat sulit dipisahkan.

### **2.2.3 ASPEK-ASPEK YANG MEMPENGARUHI KECERDASAN EMOSIONAL**

Goleman (2001) menggambarkan kecerdasan emosional dalam 5 aspek yang menjadi kemampuan utama, yaitu :

#### **1. Mengenali emosi diri**

Mengenali emosi diri merupakan kesadaran diri dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan untuk memamantau perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting dalam memahami diri dari ketidak mampuan untuk mencermati perasaan pribadi yang sesungguhnya membuat diri dalam kekuasaan perasaan. Orang yang memiliki keyakinan yang lebih tentang perasaannya merupakan nakhoda yang handal bagi diri mereka sendiri.

#### **2. Mengelola emosi**

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Dimana orang-orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi akan terus-menerus dihadapkan dengan situasi perasaan yang murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali dari ketepurukan perasaan yang dialami.

### 3. Memotivasi diri sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan merupakan suatu hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri serta untuk berekreasi. Kendali diri emosional dalam menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati merupakan landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Dijelaskan lebih lanjut bahwa orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.

### 4. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Dimana kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

### 5. Membina hubungan

Membina hubungan merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Hal ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang-orang yang memiliki kemampuan dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengedepankan pergaulan yang baik dengan orang lain.

### **2.3 HASIL PENELITIAN TERDAHULU**

Menurut Murtiningrum & Pedhu (2021) berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa resiliensi akademik siswa/siswi kelas VII dan VIII SMP Santo Andreas tahun ajaran 2020/2021 selama pembelajaran jarak jauh berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 64%. Analisis komponen menunjukkan bahwa komponen tertinggi adalah komponen empati. Dalam hal ini dijelaskan bahwa komponen empati merupakan komponen tertinggi yang memiliki dua indikator, yaitu memahami perasaan orang lain dan tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain. Pada indikator memahami perasaan orang lain, mahasiswa mampu memahami dan menjaga perasaan teman, ikut merasakan kesedihan yang dialami oleh teman dan berusaha untuk membantu teman yang mengalami kesulitan belajar. Pada indikator tidak menyamaratakan kesulitan dan emosinya dengan orang lain, siswa memiliki keyakinan bahwa setiap teman memiliki kemampuan, semangat, kesulitan dan pemahaman yang berbeda-beda dalam belajar.

Kendala dan situasi sulit yang paling sering dialami oleh mahasiswa adalah tentang akses internet (sulit mendapatkan jaringan, listrik tidak stabil yang berimbas pada jaringan, dll), tentang fasilitas (biaya beli paket data, gadget yang tidak memadai, dll), tentang pemahaman perkuliahan (sulit memahami kuliah materi, kesulitan menggunakan aplikasi pembelajaran

online, dll), dan tentang pekerjaan (belajar sambil bekerja, membantu orang tua bekerja, dll). Dari beberapa fenomena tersebut diungkapkan bahwa mahasiswa memerlukan resiliensi akademik yang merupakan kemampuan mahasiswa untuk berperilaku tekun dalam mengerjakan tugas kuliah dan kegiatan di perkuliahan, mencari bantuan dan memiliki rasa optimis yang kuat untuk mencapai tujuan (Pambudhi, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ononye, dkk (2022) ditemukan beberapa hasil, yaitu : Pertama, resiliensi akademik dan kecerdasan emosional merupakan faktor kinerja akademik yang mendahului, dilihat dari efek positifnya. Kedua, resiliensi akademik berhubungan positif dengan kecerdasan emosional, membuktikan pengaruh prediktif resiliensi akademik terhadap kecerdasan emosional. Ketiga, kecerdasan emosional memediasi hubungan positif antara ketahanan akademik dan kinerja akademik, dan mediasi dianggap saling melengkapi karena efek langsung dan tidak langsungnya serupa.

Menurut Daulay & Mirwan (2021) berdasarkan penelitian yang sudah dilaksanakan terhadap responden sebanyak 100 siswa salah satu Madrasah Aliyah Tahfidzil Qur'an di Medan dilibatkan dalam penelitian ini. Maka diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa stres akademik siswa tergolong rendah sebanyak 16 siswa (16%), sedang 57 siswa (57%), dan tinggi 27 siswa (27%). Berdasarkan analisis uji hipotesis, terbukti bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan stres akademik ( $r = 0,497$ ;  $p < 0,01$ ), yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional siswa, semakin rendah stres akademiknya. Kecerdasan emosional dapat mempengaruhi stres akademik sebesar 24,7%. Penelitian ini mengimplikasikan bahwa salah satu faktor internal mahasiswa seperti kecerdasan emosional dapat meminimalisir stres akademik saat belajar di rumah selama masa pandemi *COVID-19*

Menurut Astuti & Rusmawati (2021) mengatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro di tengah pandemi *COVID-19*. Semakin tinggi kecerdasan emosional individu maka dapat memprediksi tingginya resiliensi. Sebaliknya, kecerdasan emosional yang rendah dapat memprediksi rendahnya kemampuan resiliensi individu. Berikutnya dijelaskan bahwa ketika seorang individu mampu menyadari emosi yang dimiliki, maka individu tersebut akan berusaha untuk mengolah emosi dengan baik untuk dapat merespon secara tepat situasi yang tengah dihadapi. Selanjutnya individu juga akan menunjukkan keinginan yang kuat dalam bertahan dari situasi yang tengah dihadapi dan berusaha membangun hubungan yang hangat dengan orang lain melalui cara yaitu berempati. Dan selanjutnya di ungkapkan bahwa resiliensi yang rendah juga mengganggu proses interaksi sosial individu yang bersangkutan dikarenakan individu kurang mampu dalam menyadari perasaan orang lain dan memahami perspektif orang lain.

Menurut Nyiagani & Kristinawati (2021) menyatakan hal yang sama seperti yang diungkapkan oleh Astuti & Rusmawati dalam penelitiannya. Dimana didapatkan bahwa adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan resiliensi remaja laki-laki dan perempuan yang tinggal di panti asuhan. Arah hubungan yang terjadi berarti semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi resiliensi remaja yang tinggal di panti asuhan dan begitu pula sebaliknya. Resiliensi dan kecerdasan emosi yang dimiliki remaja laki-laki dan perempuan panti asuhan pada penelitian ini berada pada kategori sedang. Tidak terdapat perbedaan kecerdasan emosi dan resiliensi antara remaja laki-laki dan perempuan panti asuhan, hanya sedikit perbedaan rata-rata. Jenis kelamin bukan menjadi salah satu faktor yang memberikan perbedaan tinggi rendahnya kecerdasan emosi dan resiliensi yang dimiliki individu.

Hasil penelitian yang dilaksanakan Choudhary (2019) menunjukkan adanya hubungan yang positif dan sedang antara resiliensi dengan kecerdasan emosional pada remaja ( $r=0,41$ ) sehingga dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi kecerdasan emosional pada remaja dan sebaliknya. Dimana selanjutnya diungkapkan bahwa Kemampuan untuk secara akurat memahami, mengakses, dan mengontrol emosi dapat membantu dalam pengembangan beberapa proses pengaturan diri yang di dalamnya terdapat pengaturan emosi dan juga motivasi yang dapat memberikan kemungkinan bagi seseorang supaya dapat menjalani kondisi kehidupan yang sulit dengan lebih baik, dan melakukan penyesuaian terhadap tujuan yang ingin dicapai.

## **2.4 KERANGKA KONSEPTUAL**

Menurut Goleman (2001) memberikan definisi mengenai kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan juga perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, keterampilan sosial.

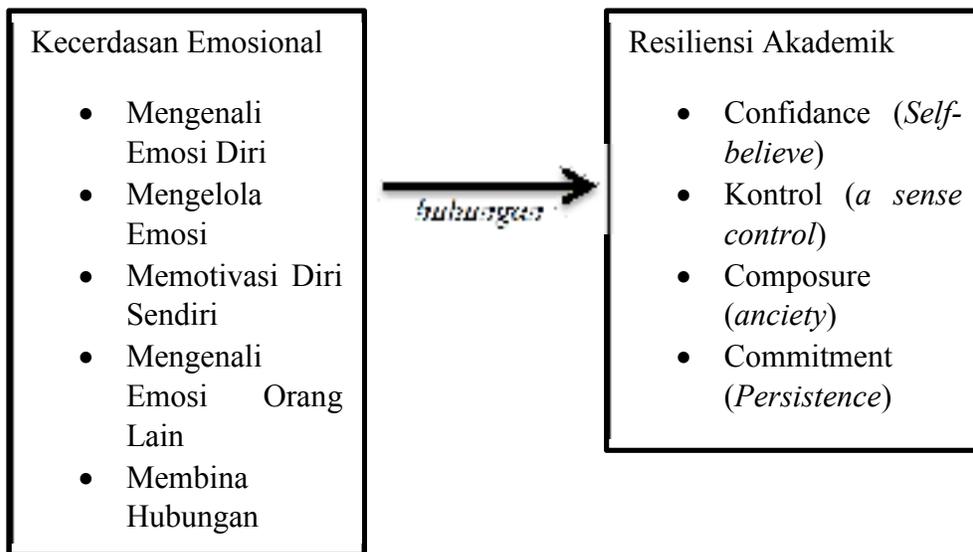
Menurut Salovey, dkk (dalam Choudhary, 2019) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat lebih mampu menghadapi dengan lebih baik berbagai tantangan-tantangan emosional yang dialami, karena mereka mampu secara baik dalam menilai dan juga memahami setiap kondisi emosi yang cenderung tidak tetap, mampu untuk mengerti bagaimana dan kapan untuk mengekspresikan perasaan mereka, dan dapat secara efektif mengontrol kondisi suasana hati pada saat tantangan datang. Ononye, dkk (2022) mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi cenderung memiliki kapasitas lebih baik

untuk terlibat dalam proses kecerdasan emosional (memahami, memfasilitasi, dan mengatur emosi) untuk mengatasi tuntutan dan keadaan akademik yang berubah. Dalam resiliensi akademik, kemampuan menghadapi tekanan selalu berhubungan dengan kepandaian individu dalam mengendalikan emosinya, dimana individu yang bisa bertahan mengalami situasi sulit dalam proses pembelajarannya lebih dominan mencari solusi ketika sedang merasa tertekan atau jenuh yang dirasakan dan memaksimalkan pengelolaan emosi supaya tidak merasa panik akibat situasi pembelajaran yang tidak menetap (Ainnayyah & Nursalim, 2022). Sehingga dengan itu, mahasiswa yang resilien akan lebih mampu mengendalikan setiap situasi yang penuh dengan tantangan serta selalu bertindak secara positif dalam menghadapi situasi akademik yang selalu berubah.

Menurut Martin & Marsh (2003) mengungkapkan bahwa resiliensi akademik adalah suatu kemampuan untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), stres atau tekanan secara efektif dalam konsep akademik. Selanjutnya dijelaskan bahwa resiliensi akademik secara khusus meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, pengelolaan serta dapat mengurangi kecemasan yang dialami. Dimana dengan ini menjadi cara utama untuk meningkatkan kapasitas mahasiswa untuk menghadapi kemunduran, stres, serta tekanan yang dialami di lingkungan akademik secara lebih baik.

Menurut Astuti & Rusmawati (2021) mengatakan bahwa Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro di tengah pandemi *Covid-19*. Semakin tinggi kecerdasan emosional individu maka dapat memprediksi tingginya resiliensi. Sebaliknya, kecerdasan emosional yang rendah dapat memprediksi rendahnya kemampuan resiliensi individu. Berikutnya dijelaskan bahwa ketika seorang individu mampu menyadari emosi yang dimiliki,

maka individu tersebut akan berusaha untuk mengolah emosi dengan baik untuk dapat merespon secara tepat situasi yang tengah dihadapi. Oleh karena itu, masuk akal untuk menyimpulkan bahwa mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi cenderung memiliki kapasitas lebih untuk terlibat dalam proses kecerdasan emosional (memahami, memfasilitasi, memahami, dan mengatur emosi) untuk mengatasi tuntutan dan keadaan akademik yang berubah.



**Gambar 2.1** Kerangka konseptual hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademi

## 2.5 HIPOTESIS

Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

H1 : Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan selama pembelajaran daring masa pandemik *Covid-19*.

H0 : Tidak ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan selama pembelajaran daring masa pandemik *Covid-19*.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN**

Menurut Sugiyono (2013) variabel penelitian didefinisikan sebagai suatu atribut yang memiliki variasi yang diperoleh dari subjek, obyek, atau kegiatan yang dapat dipelajari dan diteliti untuk dapat dibuat kesimpulannya. Dalam penelitian ini terdapat sebanyak 2 (dua) variabel penelitian, yaitu: variabel bebas dan variabel tergantung. Adapun yang menjadi variabel dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel Bebas (X) : Kecerdasan Emosional
2. Variabel Tergantung (Y) : Resiliensi Akademik

#### **3.2 DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN**

##### **3.2.1 KECERDASAN EMOSIONAL**

Kecerdasan emosional merupakan kapabilitas yang dimiliki untuk mampu memahami perasaan diri sendiri dan juga orang lain, sehingga memiliki daya secara mandiri dalam memotivasi diri sendiri dan juga memiliki kesanggupan untuk mengontrol emosi dengan baik dalam mewujudkan hubungan yang baik terhadap orang lain. Kecerdasan emosional diukur dengan menggunakan skala kecerdasan emosional yang disusun sesuai dengan dasar pembentuk kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman (2001) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

### **3.2.2 RESILIENSI AKADEMIK**

Resiliensi akademik merupakan kemampuan seorang individu untuk bisa beradaptasi terhadap setiap tantangan akademik, baik dalam mengelola emosi dan juga dalam meningkatkan ketekunan serta kepercayaan diri untuk bisa bangkit dari kejatuhan yang dialami. Resiliensi akademik diukur dengan menggunakan skala resiliensi akademik yang disusun sesuai dengan aspek – aspek yang dikemukakan oleh Martin & Mars (2003) yaitu *Confidence (self-belief)*, *Control (a sense of control)*, *composure (anxiety)*, *commitment (persistence)*.

### **3.3 SUBJEK PENELITIAN**

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas HKBP Nommensen Medan. Adapun yang menjadi karakteristik dari subjek penelitian ini yaitu : Mahasiswa aktif yang menempuh pendidikan di Universitas HKBP Nommensen Medan

### **3.4 POPULASI DAN SAMPEL**

#### **3.4.1 POPULASI**

Menurut Sugiyono (2013) definisi populasi dalam penelitian adalah suatu wilayah yang meliputi seluruh karakteristik dan kualitas atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek yang hendak diteliti untuk dipelajari dan dibuat kesimpulannya. Berdasarkan pengertian diatas, maka dalam penelitian ini yang menjadi subjek populasi penelitian adalah sebanyak 8.718 responden yang merupakan seluruh mahasiswa aktif di Universitas HKBP Nommensen Medan.

### **3.4.2 SAMPEL**

Menurut Sugiyono (2013) sampel penelitian didefinisikan sebagai bagian dari populasi penelitian yang memiliki kualitas dan karakteristik yang sama dengan kualitas dan karakteristik populasi penelitian tersebut. Definsi lain juga berikan oleh Azwar (2017) bahwa sampel penelitian adalah sebagian dari populasi yang dapat merepresentasikan populasi penelitian tersebut. Teknik *sampling* dalam penelitian ini yaitu *accidental sampling* yang merupakan suatu teknik sampling yang didasarkan kebetulan, yaitu siapa saja subjek yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2013).

Dalam penelitian ini jumlah sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan uji korelasional pada aplikasi G\*Power. Dalam G\*Power 3.1. manual (2017), G\*Power 3.1. adalah suatu *software* untuk menghitung *statistical power* atau kekuatan uji statistic untuk berbagai uji t, uji F, uji  $\chi^2$ , uji z, uji korelasi, ukuran efek (*effect size*), dan uji statistik lainnya dengan menampilkannya secara grafis hasil analisis tersebut. Dalam perhitungan jumlah sampel penelitian yang diperoleh dari hasil penelitian sebelumnya, dengan efek size (r) sebesar 0,41 dengan *statistical power* sebesar 0,80, dan signifikansi  $p < 0,05$ , serta two tailed. Maka setelah

dihitung menggunakan *software* G\*Power 3.1 maka jumlah minimal dari responden yang diperlukan sebagai sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 265 orang.

### **3.5 TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi. Skala psikologi merupakan serangkaian item yang digunakan guna untuk mengungkapkan suatu atribut psikologi (Supratiknya, 2015). Dalam penyebaran skala ini nanti akan digunakan melalui *Google form*. Skala yang digunakan peneliti dalam pengumpulan datanya adalah dengan skala *likert*. Skala *likert* merupakan teknik pengukuran data dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberi pilihan jawaban antara kesetujuan atau ketidaksetujuan dalam masing-masing pernyataan (Noor, 2011). Skala yang digunakan adalah skala kecerdasan emosional dan skala resiliensi akademik.

#### **3.5.1 SKALA KECERDASAN EMOSIONAL**

Skala ukur yang digunakan untuk mengukur kecerdasan emosional yang disusun berdasarkan aspek dari Goleman (2001). Skala kecerdasan emosional dibuat berdasarkan format skala *likert*. Skala *likert* dalam pengukuran kecerdasan emosional memiliki 4 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

**Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Skala Likert “Kecerdasan Emosional”**

Pilihan Jawaban	Bentuk Pernyataan	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	1	4
S	2	3
TS	3	2
STS	4	1

### 3.5.2 SKALA RESILIENSI AKADEMIK

Skala ukur yang digunakan untuk mengukur resiliensi akademik yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Martin & Mars (2003). Skala resiliensi akademik dibuat berdasarkan format skala *likert*. Skala *likert* dalam pengukuran kecerdasan emosional memiliki 4 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

**Tabel 3.2 Kriteria Penilaian Skala Likert “Resiliensi Akademik”**

Pilihan Jawaban	Bentuk Pernyataan	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	1	4
S	2	3
TS	3	2
STS	4	1

## 3.6 PELAKSANAAN PENELITIAN

Prosedur dalam pelaksanaan penelitian ini terdiri dari 2 (dua) tahap, yaitu sebagai berikut :

### 3.6.1 TAHAP PERSIAPAN PENELITIAN

Penelitian ilmiah ini merupakan suatu cara yang bertujuan untuk menguji suatu kebenaran dari ilmu pengetahuan. Oleh sebab itu maka untuk mendapatkan data yang akurat dan tidak bias maka peneliti harus merencanakan dan menyikapkan langkah yang tepat untuk menyusun instrumen penelitian. Langkah-langkah tersebut adalah sebagai berikut :

### a. Pembuatan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbentuk skala yang disusun dan dikembangkan oleh peneliti. Skala kecerdasan emosional yang disusun berdasarkan aspek - aspek yang dikemukakan oleh Goleman (2001) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan. Penyusunan skala ini dilakukan dengan membuat *blueprint* dan kemudian dioperasionalkan dalam bentuk item-item yang berupa pertanyaan berdasarkan aspek-aspek yang telah ditentukan. Skala kecerdasan emosional terdiri dari 25 item. Item-item pertanyaan tersebut kemudian disusun menjadi instrumen uji coba. Sebaran uji coba skala kecerdasan emosional tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 3.3 Blue Print Uji Coba Skala Kecerdasan Emosional**

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengenali emosi diri	Kesadaran diri	1, 2	15	5
		Memantau perasaan dari waktu ke waktu.	3	16	
2.	Mengelola Emosi	Menangani perasaan,	4	17	5
		Mengendalikan emosi	5, 6	18	
3.	Memotivasi diri sendiri	Menyemangati diri sendiri,	7, 8	19, 20	6
		Penguasaan diri	9	21	
4.	Mengenali emosi orang	Memiliki kepedulian	10	22	

	lain	sosial			4
		Peka terhadap perasaan orang lain.	11	23	
5.	Membina Hubungan	Terampil mengelola emosi orang lain,	12, 13	24	5
		Bergaul dengan orang lain	14	25	
<b>Jumlah : 25 Item</b>					

Sedangkan untuk skala resiliensi yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Martin & Mars (2003) yaitu *Confidence (self-belief)*, *Control (a sense of control)*, *composure (anxiety)*, *commitment (persistence)*. Setiap skala terdiri dari item *favorable* dan item *unfavorable*. Skala kecerdasan emosional terdiri dari 25 item. Item-item pertanyaan tersebut kemudian disusun menjadi instrumen uji coba. Sebaran uji coba skala kecerdasan emosional tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 3.4 Blue Print Uji Coba Skala Resiliensi Akademik**

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Confidence (self-belief)</i>	Keyakinan	1	15	5
		Kepercayaan diri.	2, 3	16	
2.	<i>Control (a sense of control)</i>	Pengendalian diri,	4, 5	17, 18	8
		Mengelola tantangan.	6, 7	19, 20	
3.	<i>Composure (low anxiety)</i>	Perasaan gugup,	8, 9	21, 22	7
		Rasa khawatir	10, 11	23	

4.	<i>Commitment (persistence)</i> atau kegigihan	Ketekunan	12, 13	24	5
		Tetap berusaha menyelesaikan masalah.	14	24	
<b>Jumlah : 25 Item</b>					

### **b. Uji Coba Alat Ukur**

Setelah alat ukur disusun, maka tahap selanjutnya adalah melakukan uji coba alat ukur. Uji coba alat ukur digunakan untuk menguji apakah validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian nanti. Peneliti melakukan uji coba alat ukur pada mahasiswa di Universitas HKBP Nommensen Medan sebanyak 61 responden pada 28 Juli 2022 – 06 Agustus 2022, dengan proses penyebaran skalanya dilakukan secara online dalam bentuk *google form*. Uji coba ini tujuannya adalah untuk menguji setiap alat ukur yang sudah disusun apakah sudah menghasilkan item yang baik atau tidak.

Setelah melakukan uji coba, maka hasil yang diperoleh akan dianalisis dengan menggunakan SPSS 25.0 *for window* untuk mengetahui reliabilitas dan validitas dari kedua skala yang sudah disusun. Setelah itu item akan diseleksi nantinya. Setelah diseleksi maka akan ditemukan item yang tidak lolos, dan item yang tidak lolos ini akan dihilangkan/dihapus, untuk item yang lolos akan disusun kembali untuk dilakukan uji coba yang kedua kali dan ini akan digunakan kembali pada saat pelaksanaan penelitian yang sebenarnya.

### **c. Revisi Alat Ukur**

Skala uji coba yang telah terkumpul, kemudian diperiksa hasil dari keseluruhan skala yang telah disebarkan. Dimana peneliti dalam hal ini melakukan skoring dari setiap skala psikologi yang telah terisi kemudian membuat tabulasi untuk dihitung secara statistik untuk bisa mengetahui validitas tiap item dan reliabilitas skala yang dibuat. Berikut adalah tabel distribusi item-item dari skala penelitian setelah uji coba.

**Tabel 3.5 Blue Print Skala Kecerdasan Emosional (Setelah Uji Coba)**

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengenali emosi diri	Kesadaran diri	1, 2	15	5
		Memantau perasaan dari waktu ke waktu.	3	16	
2.	Mengelola Emosi	Menangani perasaan,	4	17	5
		Mengendalikan emosi	5, 6	18	
3.	Memotivasi diri sendiri	Menyemangati diri sendiri,	7, 8	19, 20 (19)	6
		Penguasaan diri	9	21 (20)	
4.	Mengenali emosi orang lain	Memiliki kepedulian sosial	10	22 (21)	4
		Peka terhadap perasaan orang lain.	11	23 (22)	
5.	Membina Hubungan	Terampil mengelola emosi orang lain,	12, 13	24 (23)	5
		Bergaul dengan orang lain	14	25	

**Jumlah : 23 Item**

**Tabel 3.6 Blue Print Skala Resiliensi Akademik (Setelah Uji Coba)**

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Confidence (self-belief)</i>	Keyakinan	1	15	5
		Kepercayaan diri.	2, 3	16	
2.	<i>Control (a sense of control)</i>	Pengendalian diri,	4, 5	17, 18	8
		Mengelola tantangan.	6, 7	19, 20	
3.	<i>Composure (low anxiety)</i>	Perasaan gugup,	8, 9	21, 22	7
		Rasa khawatir	10, 11	23	
4.	<i>Commitment (persistence) atau kegigihan</i>	Ketekunan	12, 13	24	5
		Tetap berusaha menyelesaikan masalah.	14	24	
<b>Jumlah : 25 Item</b>					

### 3.6.2 TAHAP PELAKSANAAN PENELITIAN

Pada tahap pelaksanaan penelitian, peneliti menyebarkan atau membagikan kuesioner dengan media *google form* kepada mahasiswa aktif yang menempuh perguruan tinggi di universitas HKBP Nommensen Medan melalui *Whatsapp, Line, dan Instagram*. Responden diminta untuk mengisi semua pernyataan yang ada dalam *google form* tersebut sesuai dengan dirinya. Peneliti juga menggunakan batas satu kali pengisian bagi setiap akun *e-mail*, sehingga tidak terjadi pengisian ganda pada hasil *google form* nantinya. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan 12 Agustus 2022 - 02 September 2022.

## **3.7 ANALISIS DATA**

### **3.7.1 UJI ASUMSI**

#### **1) Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan dengan program SPSS 25.0 *for windows* dengan uji normalitas *Kolmogorof-Smirnov* yang bertujuan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Jika data penelitian berdistribusi normal dengan nilai  $p > 0,05$  maka pengujian dapat menggunakan teknik analisis parametrik, namun jika data tidak normal dengan nilai  $p < 0,05$  maka menggunakan teknik statistik non-parametrik.

#### **2) Uji Linieritas**

Uji linieritas di lakukan dengan program SPSS 25.0 *for windows* dengan uji *Tes For Linearity* yang bertujuan untuk menguji apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung mengikuti garis lurus (linear) atau tidak. Dua variabel dikatakan mengikuti garis lurus jika memiliki nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh nilai  $p < 0,05$ .

### **3.7.2 UJI HIPOTESIS**

Uji hipotesis sebagai analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *pearson product moment* dengan menggunakan program SPSS 25.0 *for windows*. Teknik analisis *pearson product moment* ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional

dengan resiliensi akademik. Uji hipotesis penelitian dapat diterima apabila nilai sig  $p > 0,05$  dan jika  $p < 0,05$  maka hipotesis ditolak.