

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN RESILIENSI PADA
SANTRI PESANTREN UMAR BIN KHATAB**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna

Mencapai Derajat Strata Satu Psikologi



Diajukan Oleh :

Raudy Hanafi

168110043

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2021

HALAMAN PENGESAHAN



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Raudy Hanafi

NPM : 168110043

Judul : HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN RESILIENSI PADA
SANTRI PESANTREN UMAR BIN KHATAB

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah benar-benar hasil karya penulis sendiri, bukan jiplakan dari orang lain serta belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana di perguruan tinggi manapun.

Apabila dikemudian hari skripsi saya tidak sesuai dengan pernyataan yang telah saya buat, saya bersedia jika gelar kesarjanaannya saya dicabut.

Pekanbaru, 28 Januari 2022

Yang menyatakan

Raudy Hanafi

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua yang selalu mendukung peneliti tanpa jenuh, semoga selalu sehat dan panjang umur. Semoga Allah selalu melindungimu.



HALAMAN MOTTO

Tidak ada sehelai daun pun yang gugur melainkan atas kehendak-Nya



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh,

Alhamdulillah, penulis mengucapkan syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan kekuatan yang diberikan-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Kecerdasan Emosi Terhadap Resiliensi Pada Santri Pesantren Umar Bin Khatab”** dan skripsi ini merupakan syarat untuk memenuhi gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru. Dalam penyelesaian penelitian penulis menerima banyak bantuan, baik berupa dukungan, semangat maupun sumbangan pemikiran dari berbagai pihak. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Yanwar Arief, M.Psi.,Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
2. Bapak Dr. Fikri,S.Psi.,M.si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
3. Ibu Lisfarika Napitupulu M.Psi.,Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Yulia Herawaty S.Psi.,M.A selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi.,Psikolog selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Bapak Didik Widianoro, M.Psi.,Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

7. Bapak Ahmad Hidayat, S.Th.I, M.Psi.,Psikolog selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing Skripsi yang memberikan waktu luangnya untuk penulis dan memberikan ilmunya untuk penulis serta arahan kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah memberikan segala ilmu pengetahuan yang bermanfaat selama ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam pembuatan skripsi ini, penulis mengharapkan kepada setiap pembaca skripsi ini untuk dapat memberikan masukan, kritikan, saran yang bersifat membangun, agar skripsi ini menjadi lebih baik sehingga dapat menjadi referensi penulisan bagi penelitian selanjutnya. Semoga apa yang penulis sampaikan dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarrakatuh

Pekanbaru, 28 Januari 2021

Raudy Hanafi

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
ABSTRAK	x
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Fokus Penelitian	6
1.3. Tujuan Penelitian	6
A. Secara Teoritis	6
B. Secara Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Kecerdasan Emosi	7
A. Pengertian Kecerdasan Emosi	7
B. Faktor-faktor Kecerdasan Emosi	10
C. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi	12
2.2. Resiliensi	14
A. Pengertian Resiliensi	14
B. Faktor-faktor Resiliensi	16
C. Aspek-aspek Resiliensi	17
2.3. Dinamika Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Resiliasi	18
2.4. Hipotesis	19
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian	21
3.2. Definisi Operasional	21
A. Resiliensi	21
B. Kecerdasan Emosi	21
3.3. Definisi Konseptual	22
A. Resiliensi	22
B. Kecerdasan Emosi	22
3.4. Subjek Penelitian	23
A. Populasi	23
B. Sampel	23
3.5. Teknik Pengumpulan Data	24
A. Skala Kecerdasan Emosi	24
B. Skala Resiliensi	26
3.6. Validitas dan Reabilitas	27
A. Validitas	27

B.	Reliabilitas.....	28
3.7.	Teknik Analisis Data.....	28
A.	Uji Normalitas.....	29
B.	Uji Linearitas.....	29
C.	Uji Hipotesis.....	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1.	Persiapan Penelitian.....	30
A.	Persiapan Penelitian.....	30
B.	Pelaksanaan Penelitian.....	30
4.2.	Deskripsi Data.....	30
A.	Deskripsi Data Penelitian.....	30
B.	Kategorisasi Kecerdasan Emosi.....	31
C.	Kategorisasi Resiliensi.....	32
4.3.	Hasil Analisis Data.....	32
A.	Uji Normalitas.....	32
B.	Uji Linearitas.....	33
C.	Uji Hipotesis.....	34
4.4.	Pembahasan.....	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		
5.1.	Kesimpulan.....	39
5.2.	Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala Kecerdasan Emosi Sebelum TO.....	25
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Kecerdasan Emosi Setelah TO.....	25
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi Sebelum TO	26
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi Setelah TO	27
Tabel 4.1 Rumus Kategorisasi	31
Tabel 4.2 Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi.....	31
Tabel 4.3 Kategorisasi Variabel Resiliensi	32
Tabel 4.4 Uji Normalitas	32
Tabel 4.5 Uji Linearitas Kecerdasan Emosi dan Resiliensi	33
Tabel 4.6 Uji Hipotesis Kecerdasan Emosi dan Resiliensi	34

Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Resiliensi Pada Santri Pondok Pesaantren Umar Bin Khattab

Raudy Hanafi
168110043

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

ABSTRAK

Dalam lingkungan pondok pesantren akan menemukan banyak persoalan yang mempengaruhi santri dalam kegiatan sehari-hari dipondok pesantren, salah satunya adalah mengenai kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri pondok pesantren Umar Bin Khattab. Populasi dalam penelitian ini adalah santri dengan jumlah 107 subjek dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosi dan skala resiliensi, dengan teknik analisis korelasi *Pearson Product Moment*. Hubungan menunjukkan hubungan yang positif pada kecerdasan emosi dengan resiliensi. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi pula resiliensi pada santri pondok pesantren Umar Bin Khattab, begitu juga dengan sebaliknya.

Kata Kunci: Kecerdasan emosi, resiliensi, santri

**The Relationship between Emotional Intelligence and Resilience in
Santri Pondok Pesantren Umar Bin Khattab**

**Raudy Hanafi
168110043**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRACT

In the islamic boarding school environment, there will be many problems that affect students in their daily activities at the islamic boarding school, one of which is about emotional intelligence with resilience in students. This research aims to determine the relationship between emotional intelligence and resilience in the students of the Umar Bin Khattab Islamic boarding school. The population in this study was students with a total of 107 subjects using a simple random sampling technique. Data collection used the emotional intelligence scale and the resilience scale, with pearson product moment choleration analysis techniques. Relationships show a positive relationship between emotional intelligence and resilience. The higher the emotional intelligence of eating, the higher the resilience in the students of the Umar Bin Khattab Islamic boarding school, so jukka with the opposite.

Keywords: Emotional intelligence, resilience, students

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

World Conference for Gifted and Talented Children (WCGTC) (1999) melakukan survey yang menunjukkan hasil bahwa Indonesia sebagai salah satu negara dari berbagai negara diseluruh dunia yang memberikan perhatian yang cukup besar terhadap permasalahan anak berbakat. Anak yang termasuk dalam kualifikasi anak cerdas berbakat setidaknya berjumlah 2,2% yang terdiri dari anak usia sekolah. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) (2006) anak usia sekolah di Indonesia berjumlah 52.989.800. Hal ini berarti bahwa terdapat sebanyak 1.059.796 anak yang cerdas dan berbakat di Indonesia (Napitupulu, Kompas.com). Banyak anak memilih untuk melanjutkan pendidikannya ke tingkat pesantren dan banyak juga dari dukungan dari orang tua untuk melanjutkan pendidikan berikutnya ke pesantren.

Secara Kuantitatif, jumlah pesantren di Indonesia mengalami peningkatan yang pesat. Dalam kurun waktu satu dekade terakhir, jumlah pesantren terus meningkat dengan pesat di Indonesia. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Balitbang Diklat Kemenag menunjukkan bahwa sebanyak 14.656 pesantren pada tahun 2003-2004 mengalami peningkatan dengan jumlah sebanyak 28.961 pesantren pada tahun 2014-2015.

Meluasnya pesantren dan adanya keberagaman pesantren dalam bidang pendidikan, agama, dan sosial menjadi asas atas kebutuhan dilakukannya pengukuran terhadap kapasitas pesantren yang memiliki akurasi serta penetapan

komponen-komponen yang argumentatif baik secara teori, operasional, serta terukur. Pada hakikatnya, kapasitas pesantren memberikan gambaran terhadap isi, muatan, kandungan, kemampuan, kapabilitas, kesanggupan, ataupun kebolehan dari suatu pesantren (mitra.nu.or.id).

Ahmad, Widodo, dan Romdin (2005) menjelaskan pesantren sebagai salah satu lembaga pendidikan yang menjadikan nilai keagamaan yang bersumber dari nilai-nilai agama Islam sebagai dasar yang memiliki tujuan menyatukan nilai dan ajaran agama Islam dengan terstruktur dan sesuai dengan realitas sosial yang kemudian agar dapat diterapkan dalam kehidupan. Elvi Andriani (dalam Medan Bisnis, 2012) mengatakan bahwa adanya perbedaan suasana lingkungan serta segala aktivitas yang dilakukan oleh santri baru mampu menjadi penyebab timbulnya permasalahan sehingga perlu menjadi perhatian terhadap kesiapan anak ketika memasuki pesantren. Adanya tekanan yang dirasakan anak ketika memasuki perantren perlu menjadi perhatian meskipun tidak adanya batasan usia yang efektif bagi anak untuk memasuki pesantren. Umumnya masyarakat Indonesia beranggapan bahwa anak dengan usia 12-15 tahun sudah mampu memasuki pesantren karena dianggap sudah mampu hidup terpisah dengan keluarga.

Namun ada beberapa hal dalam kehidupan di pondok pesantren yang berbeda dengan kehidupan remaja yang bersekolah di sekolah umum lainnya. Lingkungan pesantren akan menuntut santri mereka untuk mampu beradaptasi dengan baik terhadap segala peraturan dan kegiatan yang berlaku di lingkungan tersebut. Situasi kegiatan yang berlaku di lingkungan pesantren antara lain yaitu padatnya kegiatan yang wajib diikuti oleh setiap santri, kurangnya perhatian dari

orang tua, peraturan yang ketat dan wajib dilaksanakan oleh santri, serta setiap kehidupan yang terjadi di pondok pesantren yang telah diatur. Santri dituntut untuk mampu beradaptasi di segala aktivitas, kebiasaan, serta budaya yang ada di lingkungan pesantren. Hal ini dikarenakan setiap santri akan diwajibkan untuk tinggal di pondok pesantren. Agar terjalannya proses pembelajaran dengan baik, setiap santri wajib untuk menaati segala peraturan dan kegiatan di pondok pesantren. Akan tetapi, adanya peraturan yang ketat dan disertai kegiatan yang padat di pondok pesantren dapat membuat beberapa santri memiliki problematika yang harus dihadapi.

Santrock (2003) menjelaskan pengalaman normatif dapat dialami oleh setiap anak ketika mengalami masa transisi dari sekolah dasar menuju ke sekolah menengah pertama. Masa transisi tersebut mampu memicu stres atau tekanan dengan disertai perubahan dalam diri individu. Perubahan yang terjadi tersebut mencakup beberapa hal yang terkait dengan pubertas serta perhatian kepada citra tubuh, munculnya aspek-aspek pemikiran operasional formal, hal ini juga termasuk perubahan pada kemampuan sosial dan kognisi, menurunnya ketergantungan pada orang tua dan meningkatnya tanggung jawab, memasuki struktur sekolah yang lebih besar serta memiliki peraturan yang berbeda dari pada sebelumnya.

Perubahan lainnya yang terjadi pada masa remaja yaitu munculnya keinginan untuk melepaskan diri dari kekuasaan orang tua dan munculnya perasaan negatif pada anak. Masa ini oleh Abu dan Sholeh (2005) juga disebut sebagai masa negatif. Dengan kondisi lingkungan pesantren yang memiliki peraturan dan kebiasaan yang berbeda pada umumnya, santri harus mampu menyesuaikan dirinya

terhadap tekanan, kebiasaan baru, lingkungan baru sehingga mampu meraih prestasi dan kemampuan santri dalam berbagai hal yang telah ditetapkan pesantren. Hal ini sejalan dalam Handerson (2003) sekolah atau pesantren merupakan suatu lingkungan kritis bagi siswa untuk dapat berkembang. Siswa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan baik dan benar terhadap segala kondisi yang kritis serta menekan. Oleh sebab itu, setiap siswa perlu memiliki kemampuan resiliensi. Sehingga siswa tetap mampu memiliki prestasi secara akademik, mempunyai hubungan sosial yang baik, dan dapat menyelesaikan studi tepat waktu.

Banyaknya tugas perkembangan di masa remaja, peran anak selain menjadi siswa juga diharapkan dapat memenuhi setiap kebutuhan perkembangan sosial dan emosi. Oleh sebab itu, anak memerlukan kemampuan diri dalam menghadapi segala permasalahan yang terjadi di masa remaja yang dikenal dengan resiliensi. Resiliensi perlu dikembangkan untuk tujuan agar anak mampu menghadapi setiap krisis dalam kehidupannya. Perkembangan yang baik pada anak memiliki manfaat untuk menjadi bekal bagi anak dalam menghadapi setiap situasi sulit yang akan ia hadapi.

Resiliensi merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan dalam setiap kehidupan manusia. Hal ini dikarenakan di setiap kehidupan manusia senantiasa diwarnai oleh kondisi yang tidak menyenangkan yang disebut juga sebagai adversity. Adversity tersebut akan menjadi tantangan terhadap kemampuan manusia untuk dapat mengatasinya, untuk dipelajari, serta untuk berubah karena dirinya. Individu dapat dianggap resiliensi ketika individu tersebut saat mengalami berbagai masalah dan kekacauan mampu menggunakan kemampuan personal untuk menyelesaikan dan bangkit lebih kuat serta dapat berfungsi menjadi lebih baik lagi.

Resiliensi akan menjadikan individu dapat menyesuaikan diri ketika menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan, akademis, perkembangan sosial, kompetensi, maupun terhadap tekanan inheren saat ini (Desmita, 2009).

Keseharian atau rutinitas santri seperti belajar, menghafal alquran, sholat, membersihkan asrama, pengajian, dan kegiatan lainnya yang dilakukan berulang-ulang dengan kondisi dan tempat yang sama akan menimbulkan kejenuhan pada santri. Santri dituntut mampu melakukannya dengan baik, santri memerlukan ketahanan yang tinggi dan tidak mempengaruhi kualitas perkembangan pada remaja, dan santri harus mampu menghadapi situasi yang dijalankannya.

Resiliensi oleh Vaishnavi (2007) didefinisikan sebagai sifat individu yang mampu dan berhasil ketika menghadapi segala kesulitan. Resiliensi juga dapat menjadi suatu parameter kesuksesan individu ketika melakukan coping stress. Sebagai suatu proses yang dinamis, individu yang resiliensi akan menunjukkan adaptasi yang positif walaupun dalam suatu pengalaman yang traumatis dan sulit. Hal ini dituntut untuk santri agar mampu menjalankan rutinitas, rutinitas yang berulang akan menimbulkan tekanan mental pada santri yang mengakibatkan stress, jenuh, lelah, dan banyak hal lainnya. Santri diminta untuk bisa menjalankan rutinitas ini dengan baik agar santri menjadi yang terbaik.

Dalam dinamika psikologi, pengalaman yang tidak menyenangkan ataupun kondisi sulit disebut sebagai resiko faktor. Ada beberapa faktor pelindung yang mampu membuat individu bisa mengatasi segala tekanan dalam kehidupan mereka. Adapun aspek resiliensi diantaranya yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, analisis penyebab, optimisme, empati, efikasi diri, dan menjangkau. Salah satu aspek yang

memberi pengaruh terhadap resiliensi yaitu regulasi emosi atau kontrol emosi. Inti dari kontrol emosi yaitu kecerdasan emosi yang dijelaskan sebagai kemampuan individu dalam memberi kontrol pada emosi. Aspek lainnya yang termasuk dalam kecerdasan emosi yaitu empati. Adanya kesamaan aspek mampu menghubungkan kecerdasan emosi dengan resiliensi (Ahmad, Junaedi & Tarmidi, 2012).

1.2. Fokus Penelitian

Berdasarkan dari penjelasan latar belakang yang telah peneliti jabarkan, peneliti tertarik untuk mengangkat sebuah rumusan permasalahan mengenai “Hubungan Kecerdasan Emosi Terhadap Resiliensi pada Santri Pesantren Umar Bin Khatab”

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan agar dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis antara lain yaitu:

A. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan memperkaya khasanah keilmuan psikologi klinis pendidikan yang dapat difungsikan sebagai literatur maupun sumber informasi tambahan di bidang psikologi dan dapat dijadikan pengembangan penelitian selanjutnya.

B. Secara Praktis

Penelitian mampu memberikan wawasan atau informasi pengetahuan kepada anak sekolah, orang tua, instansi atau peneliti lainnya untuk mengetahui kecerdasan emosi terhadap resiliensi pada seseorang.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kecerdasan Emosi

A. Definisi Kecerdasan Emosi

Secara terminologi kecerdasan emosi terdiri dari kata kecerdasan dan emosi. Emosi berasal dari kata *move* yang berasal dari bahasa latin yang memiliki arti "menggerak, bergerak" kemudian ditambah awalan "e-" untuk diartikan sebagai "bergerak menjauh". Hal ini kemudian diartikan bahwa setiap kecenderungan individu untuk bertindak merupakan suatu yang mutlak dalam emosi. Goleman (2004) memberikan definisi emosi sebagai setiap aktivitas atau pergolakan perasaan, pikiran, nafsu; setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) memberi penjelasan "emosi bermakna: (1) Luapan perasaan yang berkembang dan surut dalam waktu singkat, (2) keadaan dan reaksi psikologis yang berfisiologi (seperti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan); keberanian yang bersifat subjektif, (3) marah. Sedangkan kecerdasan (Intelligence) merupakan sebuah konsep abstrak yang sulit untuk didefinisikan karena sampai sekarang masih belum bisa ditemukan definisi yang bisa diterima secara universal".

Kecerdasan intelektual yang tinggi belum cukup untuk dijadikan pedoman individu untuk menuju kesuksesan yang diinginkan. Sukmadinata (2005) mengatakan bahwa individu yang sukses selain memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi mereka juga memiliki kestabilan emosi yang baik pula, mampu mengelola stres dalam menjalani suatu hal, tidak mudah putus asa, memiliki

motivasi yang tinggi dan lain sebagainya. Oleh karena itu dapat diperkuat bahwa kecerdasan emosi juga memiliki peran penting selain dari kecerdasan intelektual. Individu yang cerdas secara emosi akan mampu memberi kendali terhadap diri mereka, mampu memacu motivasi agar dapat tetap berusaha dan pantang menyerah atau putus asa, mampu menerima kenyataan serta mampu mengelola stres dengan baik. Sekolah saat ini menjadi wadah bagi setiap individu untuk memenuhi kebutuhan pokok saat ini yaitu pendidikan dimana sekolah menjadi salah satu sarana bagi anak untuk dapat mengembangkan keterampilan dan kemampuan interaksinya. Sebagai media untuk mengembangkan kecerdasan emosi pada anak, sekolah menjadi motivator yang membentuk dan mengembangkan minat dan bakat anak serta media untuk meningkatkan kepercayaan diri pada anak.

Goleman (dalam Wahyuningsih, 2004) menjelaskan bahwa kecerdasan emosi merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam mengelola kehidupan emosi dan intelegensinya (to manage our emotional life with intelligence) serta menyeimbangkan emosi dan pengungkapannya (the appropriateness of emotional and it's expression) melalui kemampuan pengendalian diri, kesadaran, motivasi, keterampilan sosial dan empati.

Goleman (dalam Mar'at, 2009) menjelaskan bahwa di berbagai penelitian psikologi khususnya dibidang psikologi anak menunjukkan hasil bahwa setiap anak yang memiliki nilai yang tinggi pada kecerdasan emosi akan menunjukkan perilaku yang lebih bahagia, lebih percaya diri, sukses dan populer di sekolah. Anak dengan kecerdasan emosi yang baik akan lebih mampu mengontrol emosinya, mampu manajemen stres dengan baik, mampu menjalin hubungan baik dengan orang

lain serta mempunyai kesehatan mental yang baik pula. Anak-anak dengan kecerdasan emosi yang baik akan dilihat sebagai siswa yang rajin dan disukai oleh teman-temannya.

Daniel Goleman (2004) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan individu dalam mengatur suasana hati, kemampuan motivasi diri agar mampu bertahan menghadapi tekanan, kemampuan mengendalikan dorongan emosional dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, serta kemampuan individu untuk menjaga agar kemampuan berpikir, berempati dan berdoa dapat digunakan saat mengalami beban stres.

Menurut Agus Efendi (2005) kecerdasan emosi dapat dijelaskan sebagai jenis kecerdasan yang berfokus pada mengenali, memahami, mengelola, merasakan, dan memimpin perasaan sendiri dan perasaan orang lain dan mampu menerapkan kemampuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Dr Hamzah B. Uno (2006) juga memberikan penjelasan terkait kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi dijelaskan sebagai kemampuan individu dalam mengenali perasaan dirinya dan mengenali perasaan orang lain serta kemampuan individu untuk mengelola emosi dirinya dengan baik dan dalam hubungannya dengan individu lainnya.

Kecerdasan emosi merupakan sebuah domain dari trait. Kecerdasan emosi di pengaruhi beberapa faktor, baik faktor yang bersifat pribadi, sosial ataupun gabungan beberapa faktor. Terdapat banyak faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi.

B. Faktor-faktor Kecerdasan Emosi

Goleman (dalam Nggermanto, 2002) mengemukakan dua faktor yang dapat menjadi pengaruh terhadap kecerdasan emosi, yaitu:

1) Faktor internal

Otak menjadi faktor utama dalam faktor internal yang merupakan faktor bawaan dari diri individu tersebut. Neokorteks, amygdala, lobus prefrontal, dan sistem limbik merupakan bagian yang berperan sebagai pengaruh terhadap emosi individu.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal disebut juga sebagai faktor yang berasal dari luar individu yang mampu memberi pengaruh dan membuat perubahan pada sikap individu baik secara perorangan, kelompok, ataupun individu yang dipengaruhi kelompok juga sebaliknya. Faktor eksternal juga dapat bersifat tidak langsung seperti melalui perantara media.

Agustian (2007) juga mengemukakan faktor-faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosi antara lain yaitu:

1) Faktor psikologis

Faktor psikologis menjadi faktor internal dalam diri individu. Faktor ini memberi pengaruh pada individu untuk mengelola, mengendalikan, mengontrol, maupun mengkoordinasikan keadaan emosi agar terwujudnya perilaku secara afektif. Goleman (2004) mengatakan otak memiliki kaitan yang erat dengan kecerdasan emosi. Bagian otak yang memiliki peran dalam pengaturan emosi yaitu

sistem limbik. Bagian ini terletak didalam hemisfer otak besar dan memiliki peran yang besar terhadap pengaturan emosi dan impuls.

Secara fisiologis kecerdasan emosi dapat ditingkatkan dengan berpuasa. Tidak hanya berperan sebagai pengendali dorongan fisiologis, puasa juga mampu memberi kontrol pada emosi. Puasa yang dapat dilakukan seperti puasa sunnah Senin Kamis.

2) Faktor pelatihan emosi

Suatu aktivitas yang dilakukan terus-menerus mampu menciptakan suatu kebiasaan. Suatu kebiasaan yang rutin tersebut mampu memberikan pengalaman yang pada akhirnya akan membentuk suatu nilai (value). Begitu pula halnya dengan reaksi emosional. Reaksi emosi juga dapat menjadi suatu kebiasaan apabila dilakukan berulang-ulang. Tanpa dilatih, kontrol diri tidak dapat muncul begitu saja. Melalui sebuah aktivitas seperti puasa sunnah Senin Kamis akan menjadi sarana individu untuk mampu mengatasi segala dorongan, reaksi emosi, maupun keinginan yang negatif agar tidak dilampiaskan begitu saja sesuai dengan tujuan dari berpuasa tersebut. Dengan melakukan puasa sunnah senin kamis tersebut akan menimbulkan kejernihan hati yang menjadi landasan penting bagi peningkatan kecerdasan emosi.

3) Faktor pendidikan

Salah satu sarana bagi individu untuk meningkatkan kecerdasan emosi yaitu adanya pendidikan. Pendidikan menjadi sarana bagi individu untuk mengenal berbagai bentuk emosi dan bagaimana mengelola setiap emosi tersebut. Tidak hanya disekolah, pendidikan juga dapat terjadi dilingkungan keluarga dan

masyarakat. Sistem pendidikan yang dijalankan sekolah tidak hanya berfokus pada kecerdasan akademis saja, tidak juga memisahkan antara kehidupan dunia dan akhirat, serta tidak boleh menjadikan agama hanya sekedar ritual. Adanya puasa sunnah Senin Kamis secara rutin dapat meningkatkan pengalaman keagamaan yang sejalan dengan peningkatan kecerdasan emosi. Dengan berpuasa, individu akan belajar untuk jujur, berkomitmen, kreatif, komitmen, sehat mental, adil, bijaksana, kepercayaan, penguasaan diri atau sinergi yang menjadi bagian dari pondasi kecerdasan emosi.

C. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi dalam penelitian ini diukur dengan skala kecerdasan emosi yang disusun oleh Aprilia (2007) yang berdasar pada aspek kecerdasan emosi yang telah dikemukakan oleh Goleman (2015). Aspek-aspek tersebut terdiri dari mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.

1) Kemampuan Mengenali Emosi Diri

Kemampuan ini merupakan kemampuan dasar dari kecerdasan emosi. Kemampuan ini menjelaskan bagaimana individu mampu untuk mengenali perasaannya sendiri ketika emosi ataupun perasaan itu muncul. Individu yang mampu memahami emosi dirinya ketika individu tersebut memiliki kepekaan yang tajam terhadap apa yang mereka rasakan sebenarnya. Sehingga, individu yang peka terhadap perasaan mereka akan mampu mengambil keputusan dengan baik. Contohnya bagaimana sikap individu saat menentukan pilihan seperti memilih sahabat, sekolah, pekerjaan, maupun pasangan hidup.

2) Kemampuan Mengelola Emosi

Kemampuan ini menjelaskan bagaimana individu mampu mengelola perasaannya sendiri sehingga tidak memberikan pengaruh yang negatif terhadap tingkahlakunya. Hal ini dapat diibaratkan seperti seorang pilot yang berhasil menerbangkan pesawat ke suatu kota dan berhasil mendaratkan pesawat dengan baik. Contoh lainnya yaitu ketika individu sedang marah akan tetapi individu tersebut mampu mengendalikan amarahnya sehingga ia tidak melakukan sesuatu yang buruk yang mungkin akan ia sesali di kemudian hari.

3) Kemampuan Memotivasi Diri

Kemampuan ini dijelaskan sebagai kemampuan dimana individu dapat memberi dorongan pada dirinya sendiri untuk melakukan sesuatu yang memberi manfaat bagi dirinya. Dengan memotivasi diri individu akan memiliki harapan dan optimis yang tinggi sehingga individu tersebut terdorong untuk lebih semangat dalam melakukan suatu kegiatan seperti belajar, menolong orang lain, bekerja dan sebagainya.

4) Kemampuan Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan ini merupakan kemampuan bagaimana individu dapat memahami perasaan dan kebutuhan orang lain dan bagaimana orang lain merasakan senang ketika dimengerti. Kemampuan mengenali emosi orang lain ini sering disebut sebagai kemampuan empati dan kemampuan menangkap pesan non verbal dari orang lain. Individu dengan kemampuan ini akan lebih cenderung untuk disukai orang lain.

5) Kemampuan Membina Hubungan

Kemampuan ini merupakan kemampuan yang mampu menciptakan keterampilan sosial yang tinggi dan memperluas relasi dengan kemampuan mengelola emosi orang lain. Individu dengan kemampuan ini mampu mempunyai banyak teman, lebih populer, serta pandai bergaul.

2.2. Resiliensi

A. Pengertian Resiliensi

Henderson dan Milstein (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai sebuah sikap individu ketika individu tersebut mampu untuk bangkit kembali atau pulih dari pengalaman hidupnya yang negatif serta menjadi jauh lebih tegar dan kuat setelah pengalaman tersebut. Schoon (2006) juga memberikan definisi mengenai resiliensi yakni sebagai suatu proses yang dinamis. Proses dinamis tersebut menjelaskan bagaimana individu mampu menunjukkan fungsi adaptif atau adaptasi dieinya ketika menghadapi peristiwa yang tidak menyenangkan yang memiliki peran penting terhadap dirinya. Definisi resiliensi juga dikemukakan oleh Hefferon dan Boniwell (2011) yang menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk bangkit kembali setelah menghadapi pengalaman emosi yang negatif dan merupakan suatu keadaan yang fleksibel ketika menghadapi perubahan tuntutan situasional. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan sikap bangkit atau bertahan yang dimiliki individu setelah menghadapi masalah atau pengalaman hidup yang negatif, seperti yang menyebabkan munculnya kesengsaraan atau traumatik.

Henderson dan Milstein (2013) mengemukakan 3 bentuk fenomena untuk menjelaskan resiliensi. Fenomena tersebut antara lain yaitu: perkembangan positif yang terjadi pada anak yang tinggal di lingkungan berisiko seperti kemiskinan ataupun adanya kekerasan yang terjadi antara orang tua kepada anak, menahan suatu keadaan yang memiliki kemungkinan untuk terjadinya stres dalam waktu panjang seperti terjadinya perceraian orang tua, pulih dari pengalaman traumatis seperti pasca perang atau pasca bencana suatu bencana. Berdasarkan tiga fenomena yang dijabarkan, dapat diketahui bahwa resiliensi muncul melalui dorongan pada individu selain dari diri sendiri yaitu berasal dari keadaan lingkungan dan keluarga.

Hefferon dan Boniwell (2011) membagi resiliensi menjadi tiga bagian yaitu recovery, resistensi dan reconfiguration. Recovery dijelaskan sebagai suatu kesembuhan atau suatu situasi kembalinya level dasar yang aktif. Sedangkan resistensi merupakan suatu keadaan yang ditunjukkan individu setelah menghadapi pengalaman traumatik yang tidak ditunjukkan dengan adanya tanda gangguan. Adapun reconfiguration adalah suatu keadaan individu yang mampu kembali ke susunan hemostatis dalam proses yang berbeda formasi atau dijelaskan bahwa individu tersebut dapat berubah dari pengalaman yang traumatis. Setiap individu memiliki ciri yang sama pada sikap resiliensi. Henderson dan Milstein (2003) mengatakan bahwa individu yang resiliensi akan memiliki ciri-ciri mampu berpikir kritis, mampu bersosialisasi dengan baik, mampu memecahkan masalah, dan mempunyai inisiatif. Individu yang resiliensi akan dapat meramalkan masa depan yang positif bagi diri mereka. Hal ini dikarenakan individu yang resiliensi akan memiliki rasa tertarik untuk menjalani hidup, mempunyai motivasi, dan

mempunyai arah tujuan hidup serta mampu menerima apapun yang terjadi di dalam hidupnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Howard dan Johnson (2000) remaja yang resilien akan menganggap setiap permasalahan yang mereka hadapi sebagai suatu tantangan. Mereka tidak memiliki anggapan bahwa mereka adalah korban dari keadaan yang mereka alami, mereka tidak menganggap bahwa kelemahan ataupun kesalahan pribadi mereka sebagai suatu hal yang tidak bisa berubah yang justru menghambat mereka menggapai masa depan.

Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi merupakan suatu kemampuan dimana individu mampu memberikan respon dengan baik serta bagaimana individu tetap produktif saat menghadapi adversity (kesengsaraan) ataupun peristiwa traumatis, yang sangat diperlukan untuk menghadapi setiap tekanan hidup sehari-hari. Resiliensi memiliki peranan penting dalam pengambilan keputusan yang sulit dan berat serta dalam suatu keadaan yang mendesak. Dengan resiliensi, individu akan mampu beradaptasi dan tetap tegar ketika mengalami situasi sulit.

B. Faktor-faktor Resiliensi

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi munculnya resiliensi pada individu khususnya pada remaja. Carr (2004) memberikan penjelasan terhadap faktor-faktor tersebut yaitu:

1) Family Factors

Faktor keluarga seperti keterlibatan ayah, pola asuh autoritatif, serta merasakan kasih sayang.

2) Community Factors

Terdiri dari dukungan sosial yang baik, status sosial ekonomi yang baik, memiliki pengalaman pendidikan yang positif, serta memiliki hubungan baik dengan teman sebaya ataupun organisasi.

3) Psychological Traits

Level kemampuan yang tinggi, temperamen yang mudah.

4) Self-Evaluative Beliefs

Internal locus of control, harga diri tinggi, optimis, tugas yang berkaitan dengan keyakinan diri.

5) Coping Skills

Mempunyai kemampuan terhadap perancangan suatu hal, kemampuan empati, selera humor yang baik, mampu melepaskan diri dari role model yang menyimpang dan peer group, pengalaman sekolah yang positif, mampu untuk membangun sebuah hubungan yang memberi dukungan sosial seperti menikah, dan mengembangkan bakat unik.

C. Aspek-Aspek Resiliensi

Reivich dan Chatte (Arrjani, 2015) mengungkapkan bahwa resiliensi terdiri dari dua unsur yang dimana didalamnya termasuk resiliensi pada santri. Kedua unsur tersebut yaitu merespon situasi sulit dengan cara yang sehat serta merespon situasi sulit dengan tetap produktif:

1) Merespon Situasi Sulit Dengan Cara Yang Sehat

Seseorang yang memiliki resiliens dalam dirinya akan merespon situasi yang sulit dengan cara yang sehat, seerta ia akan memandang hidup sebagai suatu proses

yang sedang berjalan sehingga individu tersebut akan mempertahankan sikap positif terhadap situasi yang sulit.

2) Merespon Situasi Sulit Dengan Tetap Produktif

Individu yang resilien akan tetap menjalani hari-harinya dengan produktif meskipun dihadapkan pada situasi yang sulit, dan kesulitan yang dialaminya tidak akan mengganggu produktivitas dan kesejahteraannya. Individu yang resilien merupakan sosok yang tetap berusaha untuk menghasilkan sesuatu serta melakukan aktivitas yang membawa manfaat meskipun sedang menghadapi suatu kesulitan hidup dan mampu membentuk pola pikir yang membuat individu gemar mencari pengalaman.

2.3. Dinamika Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Resiliensi

Kecerdasan emosi merupakan suatu kemampuan individu dalam mengatur suasana hati, kemampuan motivasi diri agar mampu bertahan menghadapi tekanan, mampu dalam mengelola dorongan emosional dan tidak berlebihan dalam memberi respon perasaan senang, juga kemampuan individu untuk mempertahankan agar kemampuan berpikir, berempati dan berdoa dapat digunakan saat mengalami beban stres (Daniel Goleman, 2004).

Reivich dan Shatte (2002) memberikan penjelasan mengenai resiliensi sebagai suatu kemampuan seseorang dalam memberi respon yang sehat dan tetap mampu produktif ketika menghadapi suatu adversity atau traumatis yang kemudian berguna untuk menghadapi tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Resiliensi bagi individu memiliki kemampuan untuk tegar dan dapat beradaptasi dalam situasi sulit.

Reivich dan Chatte (dalam Arjani, 2015) menjelaskan bahwa individu yang memiliki resiliensi tinggi dalam dirinya akan merespon situasi yang sulit dengan cara yang sehat, serta ia akan dapat bertahan dalam sikap positif. Begitu juga bagi seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, mampu mengendalikan perasaan yang negatif dalam berperilaku dalam suatu hal, sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilaku secara baik (Goleaman, 2015).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Gustina, dkk. (2015) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara resiliensi dengan kecerdasan emosi. Jika resiliensi tinggi begitu juga dengan kecerdasan emosi juga akan tinggi.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Apriani (2019) juga menunjukkan hal yang serupa. Berdasarkan hasil penelitian didapati bahwa kecerdasan emosi mampu menjadi prediktor yang signifikan terhadap resiliensi. Regulasi emosi merupakan suatu aspek kecerdasan emosional yang berkaitan dengan aspek resiliensi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Tima (2014) juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosi merupakan faktor yang penting dalam perkembangan manusia ketika berhadapan dengan segala situasi hidup, baik menyenangkan maupun tidak. Kecerdasan emosi dapat memberikan peningkatan terhadap resiliensi pada diri seseorang yang menghadapi tekanan dari dalam maupun dari luar dirinya.

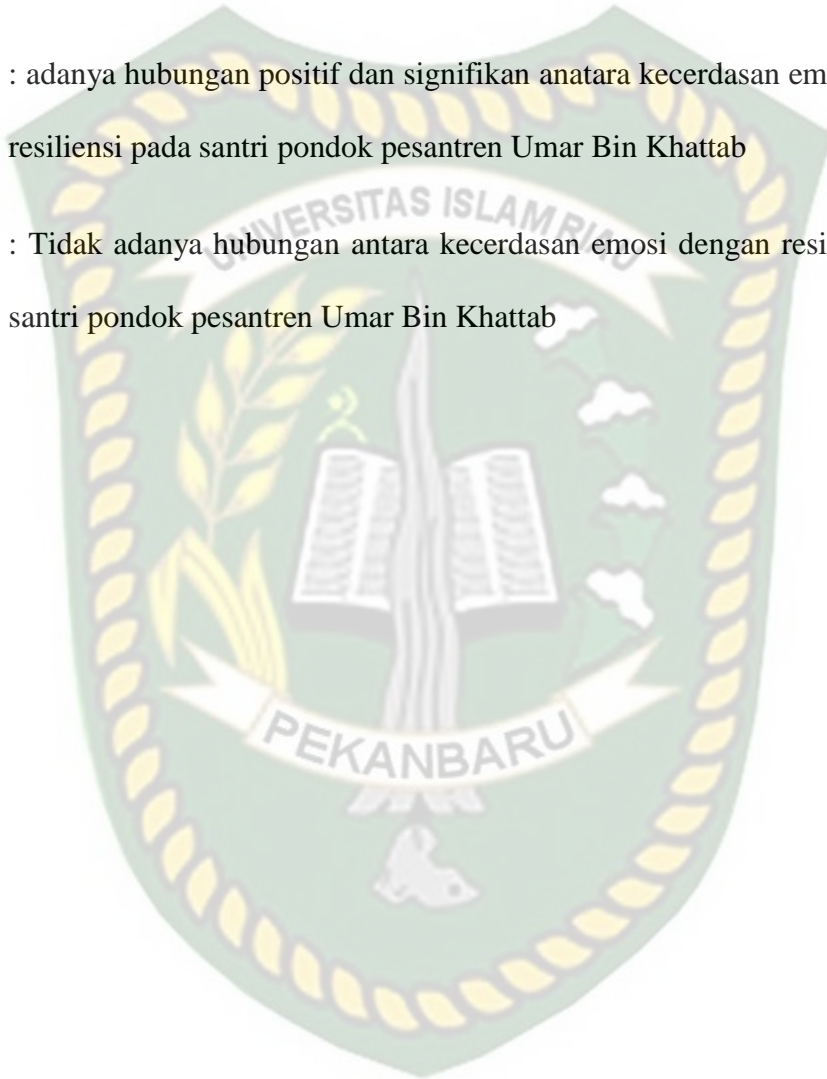
2.4. Hipotesis

Menurut (Bungin, 2005) Hipotesis didefinisikan sebagai suatu kesimpulan yang belum lengkap atau sebuah kesimpulan yang masih belum sempurna.

Berdasarkan kerangka penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti membagi hipotesis menjadi dua bentuk yaitu hipotesis akhir (H_a) dan hipotesis nol (H_0).

H_a : adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri pondok pesantren Umar Bin Khattab

H_0 : Tidak adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri pondok pesantren Umar Bin Khattab



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam berbagai penelitian psikologi dan sosial, tidak mungkin satu variabel hanya berhubungan dengan satu variabel lain saja. Akan tetapi variabel tersebut akan selalu saling memberi pengaruh dengan banyak variabel. Oleh sebab itu penting bagi peneliti untuk terlebih dahulu melakukan indentifikasi terhadap variabel penelitian (Azwar, 2010).

- Variabel Bebas : Kecerdasan Emosi
- Variabel Terikat : Resiliensi

3.2. Definisi Operasional

A. Resiliensi

Resiliensi merupakan suatu kemampuan terhadap santri untuk menghadapi beberapa masalah yang dihadapi di pesantren, santri diharapkan mampu menghadapi berbagai situasi. Banyak berbagai hal yang dilakukan oleh santri berupa belajar, menghafal, tugas dari ustad, keseharian atau rutinitas dengan teman santri lainnya. Santri harus memiliki kemampuan dalam mengontrol kesulitan secara positif, mampu berusaha dalam kesulitan dan melakukan aktivitas yang bermanfaat.

B. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi yang harus dimiliki santri adalah untuk kemampuan dalam mengenali emosi dalam menyikapi masalah yang dihadapi selama di

pesantren, mengelola emosi diri, mengenali emosi dengan santri lain, karena setiap individu memiliki kriteria yang berbeda agar dalam mengendalikan emosi lebih baik lagi. Santri harus dapat menjalin hubungan baik dengan santri lainnya, agar proses aktivitas keseharian seperti belajar, tugas, kegiatan lainnya berjalan lebih baik lagi.

3.3. Definisi Konseptual

A. Resiliensi

Resiliensi merupakan suatu kemampuan dimana individu mampu untuk bangkit dari pengalaman emosi yang negatif, dapat melakukan penyesuaian diri terhadap tuntutan situasi, dapat mengembangkan kompetensi, dapat menghadapi masalah, dapat menguatkan diri dan bahkan mampu melakukan perubahan pada kehidupan yang tidak menyenangkan menjadi hal lumrah. Dalam menjadi resiliensi individu akan mampu mengontrol emosi, optimis, mampu mengendalikan dorongan, mampu mengidentifikasi masalah, efikasi diri, mampu mencapai tujuan dan empati.

B. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi merupakan suatu kecakapan atau kemampuan individu dalam manajemen emosi (non kognitif) yang termasuk didalamnya kemampuan mengenal dan memahami emosi dan perasaan diri sendiri, kemampuan mengungkapkan emosi, percaya diri, kesadaran diri, serta kemampuan dalam pengambilan keputusan. Kecerdasan emosi mengacu pada kecakapan individu dalam mengolah emosi diri saat melalui tekanan tertentu serta mengacu pada kemampuan dalam memahami emosi individu lainnya. Individu dengan kecerdasan

emosi yang baik akan mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain serta mampu memproses perasaan yang kemudian digunakan untuk memotivasi dalam menggapai tujuan.

3.4. Subjek Penelitian

Dalam memperoleh keterangan dan data dalam penelitian hal yang menjadi sumber utama untuk memperolehnya adalah subjek penelitian. Adapun subjek penelitian dalam penelitian ini adalah santri di pondok pesantren Umar Bin Khatab.

A. Populasi

Populasi didefinisikan sebagai kelompok objek yang menjadi target dalam penelitian yang umumnya berupa manusia. Kelompok subjek yang termasuk dalam suatu populasi harus memiliki karakteristik yang menjadi pembeda dengan kelompok lainnya (Azwar, 2010). Populasi dapat didefinisikan sebagai jumlah keseluruhan dari objek penelitian ketika individu dalam suatu wilayah penelitian menginginkan untuk meneliti semua elemen. Karakteristik atau ciri-ciri dalam suatu populasi tidak terbatas sebagai variasi lokasi, namun ciri-ciri tersebut dapat terdiri dari karakteristik individu. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Santri yang bersekolah di Pesantren Umar Bin Khatab sebanyak 160 santri.

B. Sampel

Sampel didefinisikan sebagian dari populasi. Oleh karena itu dalam sampel penelitian harus mempunyai karakter yang dimiliki populasi tersebut. Hadi (2000) menyebutkan bahwa keberhasilan penelitian harus memiliki syarat utama yaitu

sampel penelitian harus menjadi cerminan dari keadaan populasi tersebut. Pengambilan sampel adalah untuk mewakili seluruh populasi (Bugin, 2004).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik ini disebut juga sebagai teknik pengambilan sampel secara acak dari jumlah populasi sampai jumlah yang ditentukan terpenuhi.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan metode skala. Adapun format respon jawaban yang umum digunakan dalam skala psikologi yaitu empat pilihan respon jawaban terhadap setiap aitem yang berupa pernyataan (Azwar, 2012). Penelitian ini menggunakan alat ukur yang terdiri dari skala resiliensi dan skala kecerdasan emosi. Skala dalam penelitian ini menggunakan jenis skala likert yang didefinisikan sebagai suatu metode pengukuran yang digunakan untuk mengukur pendapat, sikap dan persepsi individu atau suatu kelompok individu terhadap fenomena sosial (Fajar, 2014).

A. Skala Kecerdasan Emosi

Pengukuran variabel kecerdasan emosi dilakukan dengan menggunakan skala. Skala yang digunakan tersebut terdiri dari dua bagian pernyataan yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Skala kecerdasan emosi menggunakan model skala likert yang dibuat dalam 4 alternatif jawaban yang secara berurutan yaitu: Setuju Sekali (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Pemberian nilai pada setiap pernyataan *favourable* yaitu Setuju Sekali diberi sklor 4, Setuju diberi sklor 3, Tidak Setuju diberi sklor 2, dan Sangat Tidak Setuju diberi sklor 1. Adapun nilai pada setiap pernyataan *unfavourable* yaitu Setuju Sekali diberi sklor 1, Setuju diberi sklor 2, Tidak Setuju diberi sklor 3, dan Sangat Tidak Setuju diberi sklor 4.

Tabel 3.1
Blueprint Skala Kecerdasan Emosi Sebelum TO

Aspek Kecerdasan Emosi	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
Mengenali emosi diri	12, 37, 10, 42, 18, 35, 3	40, 11, 41, 19, 36, 46, 9	14
Mengelola emosi diri	29, 6, 39	5, 38, 4	6
Memotivasi diri sendiri	43, 47, 21, 45	34, 48, 17, 20	8
Mengenali emosi orang lain	16, 32, 2, 28, 8	31, 44, 13, 1, 7	10
Membina hubungan	24, 14, 26, 33, 49, 23	15, 27, 25, 22, 50, 30	12
Jumlah			50

Tabel 3.2
Blueprint Skala Kecerdasan Emosi Setelah TO

Aspek Kecerdasan Emosi	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
Mengenali emosi diri	10, 18, 35,	11, 19, 36, 9	7
Mengelola emosi diri	29, 6	5, 38, 4	5
Memotivasi diri sendiri	47, 21	34, 17, 20	5
Mengenali emosi orang lain	16, 32, 28, 8	31, 1	6
Membina hubungan	26, 33	15, 30	4
Jumlah			27

B. Skala Resiliensi

Pengukuran variabel resiliensi pada santri dilakukan dengan menggunakan skala. Skala kecerdasan emosi menggunakan model skala likert yang dibuat dalam 4 alternatif jawaban yang secara berurutan yaitu: Setuju Sekali (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Pemberian nilai pada setiap pernyataan *favourable* yaitu Setuju Sekali diberi sklor 4, Setuju diberi sklor 3, Tidak Setuju diberi sklor 2, dan Sangat Tidak Setuju diberi sklor 1. Adapun nilai pada setiap pernyataan *unfavourable* yaitu Setuju Sekali diberi sklor 1, Setuju diberi sklor 2, Tidak Setuju diberi sklor 3, dan Sangat Tidak Setuju diberi sklor 4.

Tabel 3.3
Blueprint Skala Resiliensi Sebelum TO

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Merespon situasi sulit dengan cara yang sehat	1.Menyikapi kesulitan secara positif	1, 13, 22	3, 7, 26, 30	7
	2.Emosi Positif dalam menghadapi kesulitan	5, 9, 17, 23	11, 15, 19, 21, 27	9
Merespon situasi sulit dengan tetap produktif	1.Berusaha mencapai tujuan/gigih	4, 8, 12, 24	6, 28, 31	7
	2.Melakukan aktivitas bermanfaat	16,20, 2, 25	10,14, 18, 29	8
			TOTAL	31

Tabel 3.4
Blueprint Skala Resiliensi Setelah TO

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Merespon situasi sulit dengan cara yang sehat	1.Menyikapi kesulitaasn secara positif	13, 22	3, 7, 26, 30	6
	2.Emosi Positif dalam menghadapi kesulitan	9, 23	11, 15, 19, 21, 27	7
Merespon situasi sulit dengan tetap produktif	1.Berusaha mencapai tujuan/gigih	4, 8, 12, 24	28, 31	6
	2.Melakukan aktivitas bermanfaat	20, 2, 25	10,14, 29	6
			TOTAL	25

3.6. Validitas dan Reliabilitas

A. Validitas

Setiap penelitian tentunya menginginkan hasil yang benar-benar menggambarkan keadaan dari permasalahan yang diteliti dan hasil yang benar-benar objektif. Oleh karena itu sudah seharusnya alat ukur yang digunakan dalam setiap penelitian memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Azwar (2010) menjelaskan validitas diambil dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur dalam mengukur sesuatu dan bagaimana alat ukur mampu menunjukkan hasil yang sesuai terhadap tujuan dilakukannya pengukuran.

B. Reliabilitas

Secara bahasa, reliabilitas adalah terjemahan dari kata rely dan ability. Reliabilitas mempunyai beberapa arti atau pun nama lainnya seperti keandalan, keterpercayaan, keajengan, konsistensi, kestabilan, dan lain sebagainya, akan tetapi gagasan utama yang terkandung pada konsep reliabilitas itu sendiri yaitu sejauh mana pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2014).

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana konsistensi alat ukur jika dilakukan pada kelompok subjek yang berbeda selama aspek yang diukur pada subjek tidak berubah. Koefisien reliabilitas dilihat untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas. Tingkat reliabilitas yang baik akan ditunjukkan dengan tingginya koefisien reliabilitas (Azwar, 2014). Koefisien reliabilitas yang mendekati 1,0 menandakan semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya jika reliabilitasnya mendekati angka 0, maka semakin rendah tingkat reliabilitasnya.

Sebagai upaya peningkatan reliabilitas alat ukur itu sendiri dilakukan seleksi butir aitem dengan cara menghitung koefisien korelasi antara skor subjek pada butir skala yang bersangkutan dengan skor total skala (indeks daya beda item).

3.7. Teknik Analisis Data

Dalam suatu penelitian data yang diperoleh tidak dapat digunakan secara langsung melainkan data yang diperoleh harus dapat dipahami, teliti, dan jelas. Metode yang digunakan adalah analisis statistic. Analisis statistik merupakan metode ilmiah yang digunakan untuk menyimpulkan, menyajikan, menyusun, dan menganalisa setiap data penelitian yang berupa angka. Prosedur ini dilakukan guna mencari kesimpulan yang benar (Hadi, 2001).

A. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mencari tahu apakah data yang didapat berdistribusi normal atau tidak. Hadi (2001) beranggapan bahwa setiap nilai variabel yang diuji mengikuti hukum sebaran normal baku dari Gauss. Apabila sebaran data yang diperoleh normal, maka tidak ada perbedaan yang signifikan pada frekuensi yang diamati terhadap frekuensi teoritis kurva.

B. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji linearitas dalam penelitian ini untuk mencari tahu hubungan antara kecerdasan emosi dan resiliensi

C. Uji Hipotesis

Uji yang dilakukan setelah uji asumsi yaitu uji yang terdiri dari uji normalitas dan linearitas yaitu uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Persiapan Penelitian

A. Persiapan Penelitian

Penelitian ini menggunakan subjek penelitian sebanyak 110 orang santri di Pesantren Umar Bin Khattab. Sebelumnya peneliti mengurus proses administrasi seperti surat permohonan izin kepada Pihak Yayasan di Pesantren Umar Bin Khattab dengan nomor surat 073/E-UIR/27.F.Psi/2021 untuk selanjutnya segera melakukan penelitian.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 18 Januari 2021. Jumlah sampel penelitian yaitu 110 orang santri di Pesantren Umar Bin Khattab. Dalam pelaksanaan saat menyebar skala sebanyak 110, yang diterima setelah menyebarkan skala sebanyak 107 orang, dikarenakan 3 orang santri tidak hadir pada saat itu karena santri sakit.

4.2. Deskripsi Data

A. Deskripsi Data Penelitian

Setelah dilakukannya proses skoring dan pengolahan data pada kedua variabel terkait judul penelitian pada santri pesantren ummar bin khattab dengan menggunakan aplikasi SPSS *versi 22.0 for windows*, maka kemudian peneliti menggunakan rumus kategorisasi dibawah ini untuk dapat mengukur hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi :

Tabel 4.1
Rumus Kategorisasi

Rumus	Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

Keterangan :

M : Mean/rata-rata

SD : Standar Deviasi

B. Kategorisasi Kecerdasan Emosi

Dapat kita ketahui kategorisasi dalam tabel variabel Kecerdasan Emosi berikut ini:

Tabel 4.2
Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	7	6,5%
Tinggi	31	29%
Sedang	31	29%
Rendah	31	29%
Sangat Rendah	7	6,5%
Jumlah	107	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian paling banyak berada pada Kecerdasan Emosi dikategorisasi tinggi, sedang dan rendah dengan persentase sebesar 29%

C. Kategorisasi Resiliensi

Dapat kita ketahui kategorisasi dalam tabel variabel Resiliensi berikut ini:

Tabel 4.3
Kategorisasi Variabel Resiliensi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	9	8,5%
Tinggi	26	24%
Sedang	36	34%
Rendah	27	25%
Sangat Rendah	9	8,5%
Jumlah	107	100%

Berdasarkan tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa mayoritas subjek penelitian berada pada Resiliensi dikategorisasi sedang dengan hasil persentase 34%.

4.3. Hasil Analisis Data

A. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak normal. Metode yang digunakan adalah metode *non-parametric*es yaitu *one-sample Kolmogrov-Smirnov Test* dengan menggunakan program SPSS. Hasil uji normalitas tersebut dapat kita lihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.4
Uji Normalitas

Variabel	Sig (P>0,05)	Keterangan
Kecerdasan Emosi	0,05	Normal

Resiliensi	0,200	Normal
------------	-------	--------

Berdasarkan analisis data pada tabel 4.4 diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil analisis data dilihat dari nilai Asymp. Sig pada variabel (X) $0.05 > 0,05$ dan variabel (Y) $0.200 > 0,05$ artinya hasil analisis data dari kedua variabel berdistribusi normal.

B. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel Kecerdasan Emosi dan Resiliensi memiliki hubungan yang linear atau tidak linear. Dapat kita lihat tabel dibawah ini:

Tabel 4.5
Uji Linearitas Kecerdasan Emosi dan Resiliensi

	Sig.	Keterangan
<i>Linearity</i>	0.002	Linier

Berdasarkan uji linearitas hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Resiliensi dapat dinilai bahwa nilai signifikan sebesar 0,002 dimana ($p < 0,05$). Oleh karena itu, Kecerdasan Emosi dan Resiliensi memiliki hubungan yang linier.

C. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisa korelasi *product moment* dari *pearson* untuk melihat hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Resiliensi. Seperti yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.6
Uji Hipotesis Kecerdasan Emosi dan Resiliensi

	Kecerdasan Emosi	Resiliensi
Kecerdasan Emosi	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0.283
	N	107
		107
Resiliensi	Pearson Correlation	0.283
	Sig. (2-tailed)	0.003
	N	107
		107

Berdasarkan pada tabel di atas dapat kita ketahui bahwa sig. (2-tailed) yang diperoleh sebesar 0.003 ($p < 0.05$) dan koefisien korelasi sebesar 0.283. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada Santri Pesantren Umar Bin Khattab (Ha diterima)

4.4. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kecerdasan emosi dan resiliensi. Hasil analisis data dari uji normalitas pada variabel Kecerdasan Emosi dan Resiliensi adalah kedua variabel berdistribusi normal. Oleh karena itu, uji hipotesis dilakukan dengan analistis statistik parametric

dengan kolerasi produk momen oleh Pearson. Pada hasil uji linearitas juga dapat kita lihat bahwa terdapat hubungan yang linear antara Kecerdasan Emosi dan Resiliensi.

Resiliensi merupakan suatu sikap individu ketika mampu pulih atau bangkit dan menjadi lebih kuat serta tegar dari pengalaman hidup yang negatif (Henderson & Milstein, 2003). Individu yang resilien akan menganggap setiap permasalahan yang mereka hadapi sebagai suatu tantangan. Mereka tidak memiliki anggapan bahwa mereka adalah korban dari keadaan yang mereka alami, mereka tidak menganggap bahwa kelemahan ataupun kesalahan pribadi mereka sebagai suatu hal yang tidak bisa berubah yang justru menghambat mereka menggapai masa depan (Howard & Johenson, 2000).

Berdasarkan data yang diperoleh, dapat diketahui bahwa sebagian santri memiliki resiliensi pada kategori sedang dengan frekuensi sebanyak 36 santri dan persentase sebesar 34 persen.

Kecerdasan emosi dijelaskan sebagai sebagai kemampuan individu dalam mengatur suasana hati, kemampuan motivasi diri agar mampu bertahan menghadapi tekanan, kemampuan mengendalikan dorongan emosional dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, serta kemampuan individu untuk menjaga agar kemampuan berpikir, berempati dan berdoa dapat digunakan saat mengalami beban stres (Goleman, 2004).

Kecerdasan emosi meliputi kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan (Goleman, 2015). Berdasarkan yang diperoleh dapat diketahui bahwa

sebagian besar santri memiliki kecerdasan emosi pada kategori tinggi, sedang dan rendah dengan masing-masing frekuensi sebanyak 31 santri dengan persentase sebanyak 29 persen.

Reivich dan Chatte (dalam Arjani, 2015) menjelaskan bahwa individu yang memiliki resiliensi tinggi dalam dirinya akan merespon situasi yang sulit dengan cara yang sehat, serta ia akan dapat bertahan dalam sikap positif. Begitu juga bagi seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik, mampu mengendalikan perasaan yang negatif dalam berperilaku dalam suatu hal, sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilaku secara baik (Goleman, 2015).

Berdasarkan uji hipotesis dengan menggunakan teknik kolerasi produk momen oleh Pearson, diketahui bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi. Hal ini di tunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar $p < 0,05$ yaitu pada nilai 0,003 dengan koefisien kolerasi = 0.283. oleh karena itu dapat digambarkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosi dan resiliensi pada santri di Pesantren Umar Bin Khattab dan dapat disimpulkan bahwa H_a diterima serta H_0 di tolak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (dalam Aripah, 2019). Berdasarkan hasil dari penelitiannya, hipotesis di terima, yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada ibu yang memiliki anak penyandang disabilitas. Semakin tinggi kecerdasan emosi tersebut maka akan semakin tinggi pula resiliensi. Ini bertujuan agar pola asuh ibu pada anak berkebutuhan khusus, agar dapat terus membimbing dan menjaga putra-putrinya.

Penelitian (dalam Apriani, 2019) menyatakan bahwa mengingat pentingnya kecerdasan emosi terhadap resiliensi pada remaja di panti asuhan, kecerdasan emosi merupakan prediktor yang signifikan bagi resiliensi. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif, hal ini mengindikasikan bahwa remaja panti asuhan memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, maka akan lebih mampu untuk bangkit dari permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Ana Setyowati, Dra. Sri Hartati, MS., Dian Ratna Sawitri, S.Psi., M.Si (2010) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional siswa Rumah Damai berada pada kategori rendah dengan rata-rata empirik 105,19 dan mencapai 11 siswa. Tingkat EQ kelas yang lebih rendah mungkin disebabkan oleh fakta bahwa siswa masih dalam kursus dasar dan masuk kembali. Kursus utama dirancang untuk mempelajari cara mengatasi hasrat dan stres, meningkatkan motivasi, menghadapi masa depan, membangun hubungan dan komunikasi, dan mengubah perilaku, gagasan, dan kebiasaan lama siswa terkait narkoba.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri pondok pesantren Umar bin khattab.

Demikian, bahwasanya ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri di pesantren ummar bin khattab. Penelitian ini memiliki hipotesis “kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri di pesantren ummar bin khattab”. Karena semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi maka semakin tinggi juga tingkat resiliensi dan sebaliknya.

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, peneliti dapat memberi kesimpulan bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri di pesantren ummar bin khattab. Penelitian ini memiliki hipotesis “kecerdasan emosi dengan resiliensi pada santri di pesantren ummar bin khattab”. Karena semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi pada santri maka semakin tinggi juga resiliensinya, begitu pula sebaliknya.

5.2. Saran

Peneliti menyarankan pada peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian lebih lanjut terkait variabel yang sama agar memastikan apakah ada faktor-faktor lainnya yang dapat memberikan pengaruh terhadap resiliensi. Peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian pada populasi atau di pesantren lainnya dengan variabel yang sama untuk mengetahui sejauh mana santri mendapatkan resiliensi ditempat yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmadi, H & Sholeh M. 2005. Psikologi Perkembangan (Edisi Revisi). PT. Rineka Cipta. Jakarta.
- Agus Effendi. (2005). *Revolusi Kecerdasan Abad 21*, H. 172. Bandung: Alfabeta
- Agustian, A. G. 2007. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam*. Jakarta: ARGA Publishing
- Ahmad, Junaedi S.P&Tarmidi., 2012. Gambaran Resiliensi Siswa SMA Yang Beresiko Puutus Sekolahh Di Masyarakat Pesisir, Jurnal.. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Ahmad, R., Widodo, R. B., A. Romdin. (2005). Pemberdayaan Pesantren Menuju Kemandirian Dan Profesionalisme Santri Dan Metode Daurah Kebudayaan. Yogyakarta: PT Pelangi Aksara Yogyakarta.
- Apriani Fitri (2019) Kecerdasan Emosi Sebagai Prediktor Resiliensi Psikologis Pada Remaja Di Pantu Asuhan. *Jurnal psikologi Indonesia* 8 (2)
- Aripah, AN, Harsanti, I, Salve, HR. (2019) Kecerdasan Emosional Dan Resiliensi Pada Ibu Dengan Anak Disabilitas. *Jurnal psikologi* 12(1)
- Azwar,S. (2010). *Penyusunan Skaala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Bugin, B. (2004), *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Kencana
- Desmita, 2009, *Psikologi Perkembangan*, Cetakan Kelima, PT. Remaja Rosdakarya, Bandung
- Apriani, F.(2019) *Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan*. Surabaya: Vol.8 No.2
- Goleman, Daniel. 2004. *Kecerdasan Emosi; Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ* (Alex Tri Kantjono W; Penerjemah). Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama
- Golmen, Daniel. 2003. *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Alex Tri Kantjono W; Penerjemah). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Gustina, R, Sulistiani,NW. & rosliana, L,(2015) Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Resiliensi Pada Penghuni Lapas, Di Kelas IIA Samarinda. Samarinda: Vol 3 no.1
- Hadi, S. (2001). Statistik. Jilid I. Yogyakarta: Andi
- Hefferon, K. & Boniwell, I. (2011) *Positive Psychology: Theory, Research, And Application*. New York: Mc Graw Hill Companies.

- Henderson, N. Dan Milstein, M.M. (2003) *Resiliency In Schools: Making It Happen For Students And Educators*. California: Corwin Press, Inc
- Howard & Johnson. (2000). *Peer influence in relation to academic performance and socialization among adolescent*. Dissertation for the master of Science Degree with a Major in School Psychology. University of Wisconsin-Stout.
- Mar'at, Samsunuwiyati. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Medan Bisnis. (2012). *Berapa Usia Ideal Anak Masuk Pondok Pesantren?*. Retrieved From: [Http://Www.Medanbisnisdaily.Com/News/Arsip/Read/2012/09/09/91401/Berapa-Uusia-Ideal-Anak-Masuk-Pondok-Pesantren/](http://www.Medanbisnisdaily.Com/News/Arsip/Read/2012/09/09/91401/Berapa-Uusia-Ideal-Anak-Masuk-Pondok-Pesantren/) Posted Sept 09, 2012
- Napitupulu, E.L. Didik Anak Sesuai Potensi, Diakses Dari [Http://Kesehatan.Kompas.Com/Read/Xml/2009/03/17/03132718/Didik.Anak.Sesuai.Potensi](http://Kesehatan.Kompas.Com/Read/Xml/2009/03/17/03132718/Didik.Anak.Sesuai.Potensi) Pada Tanggal 19 Februari 2014, Pukul 20.00 WIB.
- Nggermanto, A. (2002). *Quantum Quotient (Kecerdasan Quantum): Cara Cepat Melejitkan IQ, EQ Dan SQ Secara Harmonis*. Bandung: Penerbit Nuansa.
- NU Online. (2017). *Pesatnya Perkembangan Pesantren Di Indonesia*. Sumber: [Https://Mitra.Nu.Or.Id/Post/Read/81953/Pesatnya-Perkembangan-Pesantren-Di-Indonesia](https://Mitra.Nu.Or.Id/Post/Read/81953/Pesatnya-Perkembangan-Pesantren-Di-Indonesia)
- Reivich, K. Dan Shalte, A (2002). *The Resilience Factor. Essential Skill For Overcoming Life'S Inevitable Obstacles* New York: Broadway Books
- Santrock, W. John. 2002. Remaja-Ed.II. Jakarta. Erlangga
- Schoon, I. 2006. *Risk And Resilience: Adaptations In Changing Times*. New York: Cambridge University Press.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2005. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*.
- Uno, Hamzah.B. (2006). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Vaishnavi, S., Connor, K., & Davidson, J. R. T.(2007). An Abbreviated Version Of The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), The CD-RISC2: Psychometric Properties And Applications In Psychopharmacological Trials. *Psychiatry Research*, 152, 293—297.
- Wahyuningsih, Amalia Sawitri. 2004. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas II SMU Lab School Jakarta Timur*. Skripsi. Jakarta: Universitas Persada Indonesia Y.A.I.