Dwi Yuniar Ramadhani, S.Kep.Ns, M.Kep.

Monograf

KECERDASAN EMOSIONAL

DAN RESILIENSI MAHASISWA

Monograf

KECERDASAN EMOSIONAL

DAN RESILIENSI MAHASISWA

Biografi

Dwi Yuniar Ramadhani, S.Kep.Ns, M.Kep. lahir di Surabaya. Penulis adalah dosen Stikes Adi Husada. Penulis memulai Pendidikan Tinggi di D3 Keperawatan Poltekes Kemenkes Surabaya (2001-2004), kemudian studi lanjut di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya (2005-2008) dan memperoleh gelar (S.Kep.Ns), kemudian melanjutkan program magister keperawatan di Fakultas Kedokteran Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Semarang (2014-2016) dan memperoleh gelar (M.Kep). Penulis aktif dalam berbagai kegiatan penelitian serta forum ilmiah baik nasional dan internasional.

eureka media aksara
Anggota IKAPI

0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
JL Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-487-025-1
9 786234 870251

MONOGRAF
KECERDASAN EMOSIONAL
DAN RESILIENSI MAHASISWA

Dwi Yuniar Ramadhani, S.Kep.Ns, M.Kep.

PENERBIT CV. EUREKA MEDIA AKSARA

MONOGRAF
KECERDASAN EMOSIONAL DAN RESILIENSI MAHASISWA

Penulis : **Dwi Yuniar Ramadhani, S.Kep.Ns, M.Kep.**

Editor : Darmawan Edi Winoto, S.Pd., M.Pd.

Desain Sampul : Eri Setiawan

Tata Letak : Via Maria Ulfah

ISBN : 978-623-487-025-1

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, MEI 2022**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:
Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekamediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2022

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan buku ini. Penulisan buku merupakan buah karya dari pemikiran penulis yang diberi judul **"Kecerdasan Emosional Dan Resiliensi Mahasiswa".**

Buku ini menggambarkan tentang kecerdasan emosional dan psikologi resiliensi mahasiswa saat menjalani perkuliahan baik yang tinggal bersama orang tua maupun tidak tinggal bersama orang tua pada masa pandemi Covid-19. Mahasiswa diharapkan dapat beradaptasi dalam berbagai kondisi dan bisa mengikuti proses pembelajaran dengan baik serta mendapatkan dukungan dari orang tua ataupun kerabat dekat.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih pada semua pihak yang telah membantu penyusunan buku ini. Penulis menyadari bahwa buku ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan guna penyempurnaan buku ini. Akhir kata semoga buku ini akan membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Surabaya, 23 Mei 2022

PENULIS

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....iii
DAFTAR ISI iv
BAB 1 PENDAHULUAN..... 1
BAB 2 KECERDASAN EMOSIONAL 6
A. Pengertian Kecerdasan Emosional.....6
B. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional 7
C. Aspek Kecerdasan Emosional 8
D. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional 10
E. Cara Meningkatkan Kecerdasan Emosional 11
BAB 3 RESILIENSI MAHASISWA.....13
A. Pengertian Resiliensi 13
B. Fungsi Resiliensi 14
C. Aspek Pembentuk Resiliensi 14
D. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi.....16
E. Mahasiswa.....17
BAB 4 PSIKOLOGI RESILIENSI DAN KECERDASAN EMOSIONAL 19
A. Kecerdasan Emosional Mahasiswa 19
B. Resiliensi Mahasiswa.....22
C. Perbedaan Kecerdasan Emosional dan Resiliensi Mahasiswa.....24
D. Kesimpulan 26
DAFTAR PUSTAKA 27
TENTANG PENULIS.....30

BAB 1 PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang belajar di perguruan tinggi yang dikategorikan kedalam remaja akhir umur 18-21 tahun. Mahasiswa juga harus menyesuaikan diri dengan lingkungan kampusnya. Kecerdasan emosional mampu membentuk karakter dalam diri seseorang sehingga dia mampu mengenali dan mengelola emosi diri, dan mampu mengenali emosi orang lain, mampu memotivasi diri dan mampu untuk mengadakan hubungan sosial dengan orang lain (Wuwung, 2020). Daniel Goleman yakni seorang ahli psikologi perkembangan dari Universitas Harvard memaparkan beberapa hasil penelitiannya mengenai kecerdasan lain dalam kejiwaan manusia. Ia mengatakan bahwa koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila seseorang mampu menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain, orang tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan serta lingkungannya (Tridhonanto & Agency, 2013).

Penelitian yang dilakukan Kinman (2011) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang besar dalam mengembangkan resiliensi. Hal ini berarti, semakin tinggi kecerdasan emosi, maka semakin tinggi pula resiliensi seseorang. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi, maka semakin rendah pula resiliensi seseorang. Daniel Stern (dalam Goleman, 2009) berkeyakinan bahwa pelajaran-pelajaran paling dasar akan kehidupan emosional diletakkan pada saat-saat intim orang tua dengan anak di masa-masa awal kehidupannya.

BAB 2

KECERDASAN EMOSIONAL

A. Pengertian Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman seorang ahli psikolog menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa. Dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya dengan porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Goleman juga menyebutkan bahwa kecerdasan emosi jauh lebih berperan ketimbang IQ atau keahlian dalam menentukan siapa yang akan jadi bintang dalam suatu pekerjaan. Kecerdasan Intelektual (IQ) hanya berperan 20% dalam mengantarkan keberhasilan seseorang, sementara kecerdasan emosional memberikan kontribusi sampai 60%. (Thoha & Taufikurrahman, 2016)

Orang yang mempunyai kecerdasan emosional akan lebih luas pengalamannya dan pengetahuannya dari pada individu yang lebih rendah kecerdasan emosionalnya. Individu yang mempunyai kecerdasan emosional tinggi akan lebih kritis dan rasional dalam menghadapi berbagai macam masalah. Dan kemampuan individu akan lebih untuk bersikap ramah, kemauan untuk bekerja sama dan dapat mengatasi konflik secara tepat, menciptakan kondisi lingkkungan yang menyenangkan. Sebaliknya, jika kecerdasan emosional seseorang rendah yaitu sikapnya yang selalu khawatir dan bersikap pesimis, sulit mengetahui situasi emosi orang lain sehingga dia sulit berempati dengan orang lain yang sedang

BAB 3

RESILIENSI MAHASISWA

A. Pengertian Resiliensi

Resiliensi merupakan kompetensi yang aling tepat dalam menyikapi beratnya tantangan hidup (Olson dan DeFrain, 2003) dan memegang peran kunci dalam mencapai perkembangan manusia yang sehat secara mental (Masten, 2001; Reivich dan Shatte, 2002; Cleveland, 2003; Ungar, 2004; Walsh, 2006) dalam (Hendriani, 2018) Resiliensi dalam berbagai kajian dipandang sebagai keuatan dasar yang menjadi ponasi berbagai karakter positif dalam diri seseorang. Secara umum, resiliensi ditandai oleh sejumlah karakteristik, antara lain kemampuan menhadapi stress ataupun bangkit dari trauma yang dialami (Luthar, 2003). Resiliensi ditandai oleh kemampuan individu untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif yang sangat menekan, akibat adanya peristiwa traumatik atau kesulitan yang signifikan.

Menurut (Gutman, Sameroff dan Cole, 2003), menyatakan bahwa istilah untuk kondisi sulit yang akhirnya menghasilkan suatu kesuksesan disebut dengan resiliensi. Resiliensi adalah suatu kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi dengan suatu yang terlihat salah atau tidak sesuai. Resiliensi sangat penting dalam membantu individu untuk mengatasi segala kesulitan setiap hari (Grotberg, 1999). Dengan meningkatkan resiliensi maka individu akan mampu mengatasi kesulitan apapun yang muncul didalam kehidupan ini. Resiliensi akan mampu mempengaruhi kesehatan fisik, kesehatan mental, dan kualitas hubungan interersonal. (Fonny et al., 2006)

BAB 4

PSIKOLOGI RESILIENSI DAN KECERDASAN EMOSIONAL

Penelitian ini menggunakan desai analitik komparasi yang membandingkan tingkat kecerdasan dan resiliensi mahasiswa yang tinggal bersama orang tua dengan tidak tinggal bersama orang tua. Populasi dalam penelitian yaitu seluruh mahasiswa STIKes Adi Husada sebanyak 128 orang, besar sampel 97 orang dengan tehnik sampling: *simple random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner untuk kecerdasan emosional dan resiliensi. Analisa data yaitu melalui tahapan editing, coding, tabulating, skoring dan dilanjutkan dengan uji statistik *Mann Whitney*.

Pengumpulan data penelitian dilakukan menjadi beberapa tahap yaitu peneliti mengajukan ijin penelitian ke Ketua STIKes Adi Husada, mengajukan etik penelitian ke Komisi Etik STIKes Adi Husada, dilanjutkan dengan memilih responden dan responden yang bersedia selanjutnya mengisi *informed consent*. Sebelum penelitian dilaksanakan responden diberikan penjelasan tentang tujuan penelitian, manfaat yang akan diperoleh dan kerahasiaan dari jawaban.

A. Kecerdasan Emosional Mahasiswa

Hasil penelitian pada mahasiswa STIKes Adi Husada yang tinggal bersama orang tua 64 responden (66%) mempunyai kecerdasan emosional baik sebanyak 33 responden (51,6%) sedangkan kecerdasan emosional kategori kurang berjumlah 31 responden (48,4%). Pada mahasiswa yang tidak tinggal bersama orang tua 33 responden mempunyai

DAFTAR PUSTAKA

Amelia, S., Asni, E., & Chairilsyah, D. (2014a). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Jurnal Online Mahasiswa*, *1*(2), 6.

Amelia, S., Asni, E., & Chairilsyah, D. (2014b). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Jom FK, Volume 1*(No.2), 1–9.

Ariani, D., & Rizki, A. (2018). Gambaran Kompetensi Kognitif Mahasiswa Profesi Dokter di Rumah Sakit Pendidikan FK UNISMA. *Islamic Health Journal*, *7*(02), 32–38.

Aryo, B., & Lubis, H. R. (2014). *Kebencanaan dan Kesejahteraan: Konsep dan Praktek*. Lembaga Kemitraan Pembangunan Sosial.

Aulia, N. R. (2019). *Hubungan Antara Self Esteem dengan Resiliensi Siswa SMA PAB 4 Sampali*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Cahyono, H. T. I. (2010). *Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Perilaku Belajar Mahasiswa dengan Stres Kuliah*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Darmawan, B. S. (2016). *Hubungan Gaya Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecerdasan Emosi Remaja Di SMP Negeri 1 Kalisat Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember*. Universitas Jember.

Difa, S. F. (2016). Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Mahasiswa Perantau UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. In *TAZKIYA Journal of Psycholog* (Vol. 4, Issue 2). https://doi.org/https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i2.10840

Fonny, Waruwu, E. F., & Lianawati. (2006). Jurnal Provitae : Resiliensi dan Prestasi Akademik Pada Anak Tuna Rungu. In *Jurnal Provitae* (1st ed.). Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara. https://doi.org/5830.9988

Gafur, H. (2015). *Mahasiswa & Dinamika Dunia Kampus*. Jakarta : CV. Rasi Terbit.

Goleman, D. (2009). *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar* (1st ed.). Jakarta : Prenadamedia Grup.

Heriyanto, M. (2020). *What Type of Your Personality*. Yogyakarta : Moeh Media Digital.

Hidayat, A. A. A. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika.

Kadir. (2018). *Statistik terapan : konsep, contoh dan analisis data dengan program SPSS/lister dalam penelitian* (3rd ed.). Depok : Rajawali Press.

Maulidia, E. (2015). *Studi Korelasi Antara Kecerdasan IQ dan EQ Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam Siswa Al-Islam Krian Sidoarjo*. Universitas Negeri Sunan Ampel.

Nisa, K. M. (2016). Studi Tentang Daya Tangguh (Resiliensi) Anak Di Panti Asuhan Sidoarjo. In *Jurnal BK UNESA* (Vol. 6, Issue 3).

Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis* (4th ed.). Jakarta : Salemba Medika.

Rini, A. V. M. (2016). *Resiliensi siswa SMA Negeri I Wuryantoro*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Roellyana, S., & Listiyandini, A. R. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, *1*(1), 29–37.

Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2016). *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis* (5th ed.). Jakarta : CV Agung Setyo.

Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, R. D. (2010). Hubungan Antar Kecerdasan Emosional Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Penghuni Rumah Damai. *Jurnal Psikologi Undip*, *7*(1), 71. https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jpu.7.1.67-77

Solihah, B. (2008). *Pengembangan Kecerdasan Emosi Siswa Melalui Pembelajaran aktif di SMA Khadijah Surabaya*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.

Thoha, M., & Taufikurrahman. (2016). *Aktualisasi Nilai-Nilai Kecerdasan Emosional Dalam Manajemen Sumber Daya Manusia Di Perguruan Tinggi* (M. Afandi (ed.)). Duta Media Publishing.

Tiyo, R. P. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Bullying Siswa Kelas VI A Dan B Sekolah Dasar

Negeri Simokerto 1/134 Surabaya. In *Adi Husada Nursing Journal*. STIKes Adi Husada Surabaya.

Tridhonanto, A., & Agency, B. (2013). *Melejitkan Kecerdasan Emosi (EQ) buah hati*. Jakarta : Elex Media Computindo.

Wijaya, E., & Basaria, D. (2017). Pembuatan Norma Alat Ukur Kecerdasan Emosi dan Norma Alat Ukur Humor Pada Remaja. *Provitae Jurnal Psikologi Pendidikan*, *7*(2), 60–79.

Wijono, E. S. (2020). *Cara untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional*. Klik Dokter.

Wuwung, C. O. (2020). *Strategi Pembelajaran & Kecerdasan Emosional* (N. Azizah (ed.); 1st ed.). Surabaya : Scopindo Media Pustaka.

Gail Kinman, Louise Grant, Exploring Stress Resilience in Trainee Social Workers: The Role of Emotional and Social Competencies, *The British Journal of Social Work*, Volume 41, Issue 2, March 2011, Pages 261–275, https://doi.org/10.1093/bjsw/bcq088

TENTANG PENULIS

Dwi Yuniar Ramadhani, M.Kep

Penulis lahir di Surabaya. Penulis adalah dosen Stikes Adi Husada. Penulis memulai Pendidikan Tinggi di D3 Keperawatan Poltekes Kemenkes Surabaya (2001-2004), kemudian studi lanjut di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya (2005-2008) dan memperoleh gelar (S.Kep.Ns), kemudian melanjutkan program magister di Fakultas Kedokteran Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Semarang (2014-2016) dan memperoleh gelar (M.Kep). Penulis aktif dalam berbagai kegiatan penelitian serta forum ilmiah baik nasional dan internasional.