

**PERBEDAAN KECERDASAN EMOSI DAN EFIKASI DIRI MAHASISWA YANG  
SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DITINJAU DARI JENIS KELAMIN**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S1) dalam  
Ilmu Psikologi (S.Psi)



**Diajukan Oleh:**

**Indar Yusronal Abizar**

**NIM : 1907016071**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

**SEMARANG**

**2023**

## NOTA PENGESAHAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : PERBEDAAN KECERDASAN EMOSI DAN EFIKASI DIRI  
MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DITINJAU  
DARI JENIS KELAMIN

Penulis : Indar Yusronal Abizar

NIM : 1907016071

Program Studi : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam bidang Ilmu Psikologi.

Semarang, 30 Maret 2023

### DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Widiastuti, M.Ag.

NIP : 197503192009012003

Penguji II

Dra. Hj. Maria Ulfah, M.Si.

NIP : 196008071986122001

Penguji III

Dewi Khurun Aeni, M.A.

NIP : 198605232018012002

Penguji IV

Nadva Arivani Hasanah N, M.Psi, Psikolog

NIP : 199210172019022019

Pembimbing I

Dra. Hj. Maria Ulfah, M.Si.

NIP : 196008071986122001

Pembimbing II

Siti Hikmah, S.Pd, M.Si.

NIP : 197502052006042003

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Indar Yusronal Abizar

NIM : 1907016071


Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**PERBEDAAN KECERDASAN EMOSI DAN EFIKASI DIRI MAHASISWA  
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DITINJAU DARI JENIS  
KELAMIN.**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya tulis pribadi, kecuali pada beberapa bagian yang terdapat rujukan sumbernya.

Semarang, 25 Februari 2023



Indar Yusronal Abizar

## NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu 'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PERBEDAAN KECERDASAN EMOSI DAN EFIKASI DIRI MAHASISWA  
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DITINJAU DARI JENIS  
KELAMIN

Nama : Indar Yusronal Abizar  
NIM : 1907016071  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu 'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

**Hj. Maria Ulfah, M.Si**  
NIP 19600807 198612 2 001

Semarang, 28 Februari 2023  
Yang bersangkutan

**Indar Yusronal Abizar**  
NIM 1907016071

## NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu 'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PERBEDAAN KECERDASAN EMOSI DAN EFIKASI DIRI MAHASISWA  
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DITINJAU DARI JENIS  
KELAMIN

Nama : Indar Yusronal Abizar  
NIM : 1907016071  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu 'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II,

**Hj. Siti Hikmah S.Pd., M.Si**  
NIP 19750205 200604 2003

Semarang, 28 Februari 2023  
Yang bersangkutan

**Indar Yusronal Abizar**  
NIM 1907016071

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbilamin.

Puji syukur senantiasa kepada Allah SWT yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Kecerdasan Emosi dan Efikasi Diri Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Ditinjau Dari Jenis Kelamin”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam Ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam menyelesaikan laporan skripsi ini juga memiliki kendala dan kekurangan. Namun hal tersebut peneliti selesaikan dengan cara berdiskusi dengan dosen pembimbing serta dukungan dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih sebesar- besarnya kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, serta inayahnya yang telah diberikan sehinggapenulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
2. Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajaranya.
3. Prof. Dr. Syamsul Ma’arif, M. Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya,
4. Wening Wihartati, S.Psi, M.Si selaku Ketua Jurusan Psikologi,
5. Ibu Hj. Maria Ulfah, M. Si selaku dosen wali sekaligus pembimbing yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi, dan waktunya selama proses penyusunan skripsi.
6. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmunya serta membimbing dan arahan kepada penulis.
7. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang,
8. Keluarga tercinta, kedua orang tua saya, Bapak Tugiyar dan Almarhumah

Ibu Endang Sri Haryani, dan adik saya tercinta Allam Naufal Mahindara yang selalu mendukung, mendoakan, dan selalu memberi semangat.

9. Kepada seluruh pihak di UIN Walisongo Semarang yang sudah memberikan izin untuk menjadi tempat penelitian, dan bersedia menjadi subjek penelitian penulis.
10. Kepada Wases, Irfan Jindi, Ghifar, Ulin, Wildan, Willy, Selfino, Lintang, Chrysmawan, Septian, Ade Amalia, Nisrina Azzhira, Rizqi Arif, Ade Saputra, Nilna Munatal, Elfany Alia, Delia Rahmayanti, Nurul Azka, Putri Tasqya, dan Hutiva Anggun yang selalu memberikan dukungan dan semangat selama menjalani masa perkuliahan.
11. Kepada Ade Yulian, Dipa Surya, Farrel Farian, Nurullah, Crossita, Rangga Mufin, Mizano, Jafits, dan Zahratul yang selaku kakak tingkat memberikan bimbingan selama menjalani masa perkuliahan.
12. Kepada Alvieto, Fahrezi, Suprianto, Zidny, Gusta, Risman Wardana, Rizafin, Gilang Virgiawan, Rasikh, Ghibran, Zamzam, Hakim, Savira Meydiana, Febrian, Aurra Amalia yang selaku adek tingkat memberikan dukungan selama menjalani masa perkuliahan.
13. Kepada semua pihak yang namanya tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Penulis mengakui pada penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Akan tetapi penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun.

Semarang, 25 Februari 2023

Penulis,



Indar Yusronal Abizar

## PERSEMBAHAN


Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Ibu Hj. Maria Ulfah, M. Si selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing yang telah banyak membantu, membimbing dan mengarahkan selama menempuh studi di Fakultas Psikologi dan Kesehatan.
2. Bapak Tugiyar dan Almarhumah Ibu Endang Sri Haryani beserta saudara dan keluarga tercinta yang selalu mendukung, mendoakan, dan selalu memberi semangat kepada penulis.
3. Seluruh teman-teman seangkatan 2019 Fakultas Psikologi dan Kesehatan khususnya teman-teman Psikologi B yang telah memberi motivasi, semangat dan banyak membantu selama menjalani proses perkuliahan.
4. Kepada sahabat dekat selama menjalani perkuliahan Wases, Irfan, Ghifar, Ulin, Wildan, Willy, Selfino, Lintang, Chrismawan, Septian, Ade Yulian, Dipa Surya, Alvieta, Fahrezi, Suprianto, Zidny, Gusta, Ade Amalia yang selalu mendukung dalam keadaan apapun dan selalu ada untuk membantu disaat-saat sulit.
5. Kepada keluarga Las Vegas yang selalu menjadi tempat untuk berbagi keluh kesah, berbagi kebahagiaan dan keceriaan dalam menjalani kehidupan penulis.
6. Kepada seluruh pihak di UIN Walisongo Semarang yang memberikan izin untuk menjadi tempat penelitian penulis.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebut satu-persatu dan telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap bahwa skripsi ini dapat berguna bagi banyak orang.

Semarang, 25 Februari 2023

Penulis,



Indar Yusronal Abizar



## **MOTTO**

“Jangan menunggu kesempatan datang padamu, Ciptakanlah!” – Indar Yusronal

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	vi
PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO.....	ix
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
ABSTRAK .....	1
BAB I PENDAHULUAN .....	2
A. Latar Belakang .....	2
B. Rumusan Masalah .....	13
C. Tujuan Penelitian Dan Manfaat Penelitian.....	14
D. Keaslian Penelitian.....	15
BAB II LANDASAN TEORI .....	18
A. Kecerdasan Emosional .....	18
B. Efikasi Diri.....	31
C. Jenis Kelamin.....	42
D. Perbedaan Kecerdasan Emosional Dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Ditinjau Dari Jenis Kelamin .....	44
E. Hipotesis Penelitian.....	50
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	51
A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	51
B. Variabel Penelitian .....	51
C. Definisi Operasional.....	52
1. Kecerdasan Emosional .....	52
2. Efikasi Diri .....	52
3. Jenis Kelamin .....	53
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	53
E. Sumber dan Jenis Data .....	53
F. Subjek Penelitian.....	54
G. Metode dan Alat Pengumpulan Data .....	55
H. Validitas dan Realibilitas.....	60

I. Teknik Analisis Data .....	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	67
A. Hasil Penelitian .....	67
1. Deskripsi Subjek .....	67
2. Kategorisasi Variabel Penelitian.....	68
3. Hasil Uji Asumsi.....	72
4. Hasil Uji Hipotesis .....	74
B. Pembahasan .....	75
BAB V PENUTUP .....	84
A. Kesimpulan .....	84
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA .....	86
LAMPIRAN .....	90

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jawaban Responden Terhadap Faktor-Faktor Yang mempengaruhi Kecerdasan Emosi dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi .....	6
Tabel 2. Kategori Penilaian Aitem .....	56
Tabel 3. Blue print skala kecerdasan emosional.....	58
Tabel 4. Blue print skala efikasi diri.....	59
Tabel 5. Hasil uji validitas skala kecerdasan emosional.....	61
Tabel 6. Hasil uji validitas skala efikasi diri .....	62
Tabel 7. Hasil reliabilitas skala kecerdasan emosional.....	64
Tabel 8. Hasil reliabilitas skala efikasi diri .....	64
Tabel 9. Deskripsi usia subjek.....	67
Tabel 10. Deskripsi Angkatan Subjek .....	68
Tabel 11. Deskripsi data penelitian laki-laki.....	68
Tabel 12. Deskripsi data penelitian perempuan .....	69
Tabel 13. Rumus kategorisasi.....	69
Tabel 14. Hasil kategorisasi skor Kecerdasan Emosi Laki-Laki.....	70
Tabel 15. Hasil kategorisasi skor Kecerdasan Emosi Perempuan.....	70
Tabel 16. Hasil kategorisasi skor Efikasi Diri Laki-laki.....	71
Tabel 17. Hasil kategorisasi skor Efikasi Diri Perempuan .....	71
Tabel 18. Hasil Uji Normalitas.....	72

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan kerangka konseptual perbedaan kecerdasan emosi dan efikasi diri ditinjau dari jenis kelamin.....	49
--	----

## PERBEDAAN KECERDASAN EMOSI DAN EFIKASI DIRI MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DITINJAU DARI JENIS KELAMIN

### ABSTRACT

*This study aims to look at differences in emotional intelligence and self-efficacy in male and female students who are preparing their thesis. The subjects in this study were 80 people consisting of 40 male students and 40 female students. This study uses a quantitative approach with a comparative method. Data collection in this study using techniques purposive sampling. The collection of data used is by using a scale of emotional intelligence and self-efficacy scale prepared using the Likert answer method. The data is then analyzed using independent sample t-test. The results of the data analysis yielded a T value of 13.154 ( $p < 0.000$ ) for the emotional intelligence variable, and a T value of 10.474 ( $p < 0.000$ ) for the self-efficacy variable. These results indicate that there are significant differences in emotional intelligence and self-efficacy between male and female students. It can be seen from the difference in the value of emotional intelligence for men (Mean = 94.18; SD = 5.953), women (Mean = 95.15; SD = 7.104). In addition, men's self-efficacy values (Mean = 70.50; SD = 9.361), female (Mean = 73.18; SD = 10.849).*

*Keywords: emotional intelligence, self-efficacy, gender (male students, female students)*

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan kecerdasan emosi dan efikasi diri pada mahasiswa laki-laki dengan perempuan yang sedang menyusun skripsi. Subjek dalam penelitian ini adalah 80 orang yang terdiri dari 40 mahasiswa laki-laki dan 40 mahasiswa perempuan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode komparasi. pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan menggunakan skala kecerdasan emosi dan skala efikasi diri yang disusun dengan menggunakan metode jawaban Likert. Data kemudian dianalisis dengan menggunakan *independent sample t-test*. Hasil analisis data menghasilkan nilai T sebesar 13,154 ( $p < 0,000$ ) untuk variabel kecerdasan emosi, dan nilai T sebesar 10,474 ( $p < 0,000$ ) untuk variabel efikasi diri. Hasil tersebut menunjukkan terdapat perbedaan kecerdasan emosi dan efikasi diri yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Dapat dilihat dari perbedaan nilai kecerdasan emosi laki-laki (Mean = 94,18; SD = 5,953), perempuan (Mean = 95,15; SD = 7,104). Selain itu nilai efikasi diri laki-laki (Mean = 70,50; SD = 9,361), perempuan (Mean = 73,18; SD = 10,849).

Kata kunci : kecerdasan emosi, efikasi diri, jenis kelamin (mahasiswa laki-laki, mahasiswa perempuan)

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perguruan tinggi merupakan salah satu pendidikan formal di Indonesia yang menyiapkan individu untuk menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi agar siap untuk berkompetensi (Aziz & Raharjo, 2013:85). Mahasiswa merupakan peserta didik dalam jenjang perguruan tinggi (Wulan & Abdullah, 2014:54). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah individu yang sedang belajar di perguruan tinggi. Berdasarkan teori psikologi perkembangan Santrock (2011:62), mahasiswa termasuk dalam tahap remaja akhir menuju dewasa awal yang berkisar pada umur 18-22 tahun, sedangkan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berkisar antara 21-25 tahun dimana usia tersebut digolongkan dalam tahap dewasa awal (Wingkel, 2004:76).

Pada masa dewasa awal, terdapat berbagai kemungkinan di mana banyak orang merasa optimis dengan rencana masa depan. Meski demikian, bagi beberapa orang peralihan ke masa dewasa awal kurang begitu mudah karena meningkatnya tanggung jawab serta kemandirian dimasa dewasa terbukti merupakan hal yang sulit dihadapi (Arnett, dalam Upton 2012:45). Dalam tahapan dewasa awal, individu mempunyai beban tugas yang lebih banyak dari pada tahap sebelumnya. Tuntutan lingkungan dengan peran sosial yang mesti dilakukan terutama pada rentang usia 20-30 tahun sangatlah banyak dan untuk mencapainya memerlukan waktu yang tidak sebentar.

Mahasiswa memiliki beragam tanggung jawab baik secara akademis maupun non akademis yang harus dijalani. Tanggung jawab mahasiswa setingkat strata 1 perguruan tinggi perlu menyelesaikan skripsi sebagai bagian dari studi mereka (Poerwadarminta dalam Gunavati, 2006:62). Seluruh mahasiswa diwajibkan untuk mengambil SKS (satuan kredit semester) skripsi dan dianjurkan mengambilnya pada semester 7. Hal ini dikarenakan skripsi merupakan salah satu syarat yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana.

Skripsi adalah laporan tertulis hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dengan bimbingan dosen pembimbing skripsi untuk dipertahankan di hadapan penguji skripsi sebagai syarat untuk memperoleh derajat sarjana. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh seorang mahasiswa sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana. Berdasarkan definisi awam yang dirumuskan skripsi mengandung komponen pengertian berikut antara lain karya tulis, ilmiah, hasil penelitian, dilakukan oleh mahasiswa, berkualifikasi sarjana (Rahyono, 2010:97).

Menurut Maryaeni (2000:26) skripsi adalah istilah yang digunakan di Indonesia untuk mengilustrasikan suatu karya tulis ilmiah berupa paparan tulisan hasil penelitian sarjana S1 yang membahas suatu permasalahan dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah yang berlaku. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian lapangan atau studi kepustakaan yang disusun mahasiswa sesuai dengan bidang studinya sebagai tugas akhir dalam studi formalnya di Perguruan Tinggi. Skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis mahasiswa Program S1 yang membahas topik atau bidang tertentu berdasarkan



hasil kajian pustaka yang diteliti oleh para ahli, hasil penelitian lapangan atau hasil pengembangan atau eksperimen.

Mahasiswa yang ingin melanjutkan ke pendidikan tinggi dapat menyelesaikan studi dalam jangka waktu yang ditentukan. Orang tua ingin anak-anak mereka mendapatkan gelar yang dapat dibanggakan. Tuntutan, motivasi dan ambisi untuk diri sendiri, dan dukungan orang tua dapat mempengaruhi motivasi seorang mahasiswa untuk menyelesaikan studinya dalam tenggat waktu yang ditentukan. Namun sebenarnya, menyelesaikan pendidikan perguruan tinggi tidaklah mudah. Untuk mendapatkan gelar sarjana, mahasiswa harus menghadapi berbagai kesulitan dan hambatan. Salah satu kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan studinya adalah mengerjakan tugas akhirnya yaitu skripsi (Ulfah, 2010:43).

Dalam proses bimbingan skripsi tidak jarang mahasiswa dengan susah payah menyusun tulisan yang kemudian dikoreksi dan dievaluasi oleh pembimbing lalu diminta untuk memperbaiki lagi. Hal ini terjadi karena kurangnya kemampuan mahasiswa dalam memahami standar penyusunan skripsi yang telah ditentukan. Skripsi dapat menjadi stresor bagi sebagian mahasiswa, namun dapat pula dianggap sebagai tantangan positif yang harus dihadapi bagi mahasiswa yang lain (Prianto, 2010:193).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mujiyah, dkk (dalam Akbar, 2013:98) diperoleh hasil bahwa kendala-kendala yang biasa dihadapi mahasiswa dalam menulis skripsi sebagai berikut bingung dalam mengembangkan teori (3,3%), kurangnya pengetahuan penulis tentang metodologi (10%), kesulitan

menyusun pembahasan (10%), kesulitan menguraikan hasil penelitian (13%), kesulitan menentukan judul (13,3%). Persepsi lain semisal takut bertemu dengan dosen pembimbing (6,7%), malas (40%), motivasi rendah (26,7%), dosen terlalu sibuk (13,3%), dosen pembimbing sulit ditemui (36,7%), minimnya waktu bimbingan (23,3%), kurang jelas memberikan bimbingan (26,7%), kurang koordinasi dan kesamaan persepsi antara pembimbing I dan pembimbing II (23,3%), kurangnya buku-buku referensi yang focus pada permasalahan penelitian (53,3%), dan referensi yang ada merupakan buku-buku edisi lama (6,7%). Hal-hal tersebut membuat mahasiswa menjadi cemas apakah dirinya dapat mengerjakan skripsi dan menyelesaikannya tepat waktu.

Hasil wawancara peneliti dengan 15 mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang angkatan 2019, 13 mahasiswa diantaranya menyatakan bahwa Subjek mengeluh ketika dihadapkan dengan hasil bimbingan bersama dosen pembimbing yang tidak sesuai akhirnya menimbulkan kekecewaan yang kemudian berujung melampiaskan segala emosinya dengan cara yang tidak sehat. Kemudian hampir seluruh Subjek tidak dapat berkonsentrasi pada tugasnya, setelah itu muncul kekhawatiran akan masa yang akan datang, yang membuat Subjek merasa ketakutan tidak dapat mengejar tujuannya. Seluruh mahasiswa sepakat bahwa menulis karya tulis atau yang dapat disebut skripsi bukanlah hal yang mudah, tentunya banyak kendala dan hambatan. Akan tetapi setiap permasalahan yang dihadapi selama menyusun skripsi adalah suatu upaya yang harus lewati untuk mendapatkan gelar sarjana. Disaat menulis skripsi mahasiswa membutuhkan keyakinan diri yang seimbang dengan kemampuan diri

disaat menulis skripsi. Mereka percaya bahwa menulis makalah membutuhkan proses dan perjuangan, bahwa setiap perjuangan memiliki hasil. Seluruh mahasiswa percaya bahwa usaha tidak akan mengkhianati hasil, sehingga jika menginginkan hasil yang memuaskan, mereka harus optimis dalam berjuang.

Kesulitan yang dialami tersebut adalah tidak adanya orientasi ke masa depan yang berakibat pada munculnya rasa malas dari dalam diri mahasiswa dan adanya hambatan keuangan dan sulitnya mendapatkan sumber pustaka (Utomo, 2009:28). Selain itu, mahasiswa juga mengalami kesulitan dalam menentukan tema dan judul, kesulitan dalam mengungkapkan gagasan dalam bentuk tulisan, serta kesulitan mencari subjek (Kurniawati, 2010:26). Jika siswa memiliki kualitas pertemanan yang kurang baik maka situasi atau lingkungan sekolah akan kurang nyaman, dan akan berdampak pada rendahnya rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas di sekolah (Mudzkiyyah & Wahib, 2022:29). Agar dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi, maka dibutuhkan suatu kecerdasan emosi dan keyakinan dalam diri mahasiswa atau yang disebut efikasi diri.

Hal ini terlihat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi dan efikasi diri berperan pada beberapa pernyataan terkait fenomena yang terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi adalah sebagai berikut :

**Tabel 1. Jawaban Responden Terhadap Faktor-Faktor Yang mempengaruhi Kecerdasan Emosi dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi**

No	Pernyataan	Jenis Kelamin (Laki-laki)	Jenis Kelamin (Perempuan)
----	------------	------------------------------	------------------------------

		Ya (%)	Tidak (%)	Ya (%)	Tidak (%)
<b>Kecerdasan Emosi</b>					
1.	Saya merasa mudah berkonsentrasi ketika mengerjakan skripsi.	40%	60%	30%	70%
2.	Ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi, Saya mampu mengontrol emosi diri.	40%	60%	25%	75%
3.	Saya merasa termotivasi dalam mengerjakan skripsi.	45%	55%	45%	55%
4.	Jika merasa kesulitan dalam mengerjakan skripsi saya selalu mencari teman yang dapat membantu.	55%	45%	30%	70%
<b>Efikasi Diri</b>					
5.	Saya merasa skripsi mudah untuk dikerjakan.	35%	65%	55%	45%
6.	Saya percaya dapat segera menyelesaikan skripsi.	25%	75%	50%	50%
7.	Saya merasa tidak kecewa saat dosen pembimbing memberikan revisi pada skripsi.	30%	70%	40%	60%
8.	Saya mampu menyelesaikan segala permasalahan ketika mengerjakan skripsi.	35%	65%	40%	60%

Sumber: Kuesioner Pra Survei, 2022

Dari hasil pra survei yang dilakukan terhadap 40 mahasiswa UIN Walisongo terdiri dari 20 responden laki-laki dan 20 responden perempuan ditemukan fenomena yang menjadi faktor kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hal tersebut meliputi beberapa indikator mengenai kecerdasan emosional dan efikasi diri pada mahasiswa mendapatkan hasil yang cenderung negatif. Banyak mahasiswa tidak percaya dapat segera menyelesaikan skripsi, mahasiswa berpikir itu sangat sulit karena ada begitu banyak coretan dari dosen pembimbing yang mereka pikir tidak memahami sama sekali. Mahasiswa juga enggan bertanya kepada dosen, dan banyak mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi karena mereka sendiri tidak mengetahui isi dan topik dari karya ilmiah tersebut. Kurangnya pemahaman mahasiswa terhadap isi skripsinya sendiri, hal tersebut yang menjadi faktor mahasiswa kurang termotivasi untuk mengerjakan skripsi. Banyak juga mahasiswa yang ragu-ragu ketika mengerjakan skripsi, mereka khawatir tidak menyelesaikan dengan baik sehingga menimbulkan kontrol emosi yang kurang terkendali. Mahasiswa yang mengalami permasalahan dalam menyelesaikan skripsi lebih memilih untuk menyelesaikan masalahnya terlebih dulu.

Seseorang dengan kecerdasan emosional yang tinggi memiliki kemampuan untuk memproses emosinya, sehingga lebih mudah dalam mengelola emosi atau rasa kecemasan. Metode yang efektif untuk mengatasi kecemasan membutuhkan pemahaman tentang emosi dan keadaan di sekitar diri. Pemahaman ini membutuhkan kesadaran diri, yang sulit dicapai tanpa bantuan teknik relaksasi diri (Goleman, 2016: 19).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk merasakan emosi, menerima dan membangkitkan emosi, menenangkan pikiran, memahami emosi dan pengetahuan diri, serta menyesuaikan emosi sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan pengetahuan pribadi. Kecerdasan emosional terdiri dari empat komponen: persepsi emosi, manajemen emosi diri sendiri, manajemen emosi orang lain, dan manajemen emosi (Salovey dan Mayer, 1990: 55). Orang dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung menghadapi segala sesuatu dengan tenang, tanpa rasa cemas, khawatir, dan selalu berpikir dua kali sebelum melakukan sesuatu. Di sisi lain, orang dengan kecerdasan emosional rendah seringkali rentan terhadap kecemasan karena tidak dapat mengontrol emosinya dan tidak beradaptasi dengan baik.

Goleman (2004:117) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai seperangkat keterampilan pribadi, emosional, dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan lingkungan dan stres.

Kecerdasan emosional telah digambarkan sebagai bentuk kecerdasan sosial yang melihat emosi dan perasaan diri sendiri serta orang lain kemudian menggunakannya sebagai referensi untuk berpikir dan bertindak, sedangkan Goleman (2004:123) menunjuk pada kecerdasan emosional diri sendiri yakni kontrol diri, kemampuan beradaptasi terhadap masalah, kontrol impuls, motivasi diri, regulasi emosi, empati, dan kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain.

Goleman (2004:147) mengatakan 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 mahasiswa dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Dapat disimpulkan kecerdasan emosional akan sangat membantu mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya.

Kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor internal yang berasal dari dalam diri individu yang memiliki pengaruh dalam menyelesaikan skripsi. Setiap mahasiswa yang memiliki kemampuan kecerdasan emosi yang baik akan dapat mengelola perubahan dengan baik, berkomunikasi dengan orang lain secara efektif, mengendalikan emosinya, mampu membangun hubungan walaupun dalam situasi yang buruk, dan mampu memecahkan permasalahan mereka juga memiliki empati, dan tetap optimis pada saat menghadapi kesulitan dalam hidupnya (Aldily, 2019:217).

Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat menanggulangi emosi mereka sendiri dengan baik, dan memperhatikan kondisi emosinya, serta merespon dengan benar emosinya untuk orang lain. Hal tersebut senada dengan buku yang ditulis oleh Charles Darwin yang berjudul "The Expression of the Emotions in Man and Animals", Charles Darwin menyatakan bahwa emosi berkembang seiring waktu untuk membantu manusia memecahkan masalah. Emosi sangat berguna karena "memotivasi" orang untuk terlibat dalam tindakan penting agar tetap bertahan hidup, emosi sangat berpengaruh terhadap tingkah laku manusia (Lailatul dan Jauhar, 2014:165).

Mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah menganggap diri mereka kurang

siap, tidak percaya diri dalam melanjutkan progres penyusunan skripsi dan merasa takut jika revisi tidak diterima atau harus dikerjakan ulang. Dinyatakan bahwa mahasiswa yang sedang menulis skripsi cenderung berpikir pesimis sebelum memulai, hal ini dapat mempengaruhi kepercayaan diri mereka untuk mencoba mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Seperti yang dinyatakan Yulikhah dan Bukhori (2019:67) individu dengan efikasi diri rendah cenderung tidak percaya pada kemampuan mereka dan mudah menyerah.

Bandura (1997:47) menggambarkan efikasi diri sebagai keyakinan bahwa setiap individu akan mengambil tindakan untuk menghadapi suatu situasi untuk mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri adalah bagian dari diri yang dapat mempengaruhi jenis kegiatan yang dipilih seseorang, usaha yang dilakukan seseorang, dan kesabarannya dalam menghadapi sebuah masalah.

Efikasi diri juga mempengaruhi usaha dan ketahanan individu dalam menghadapi kesulitan. Orang dengan efikasi diri yang tinggi melihat tugas yang sulit sebagai tantangan, bukan ancaman yang harus dihindari. Seseorang memiliki tingkat komitmen yang tinggi untuk mencapai tujuan, melakukan banyak usaha serta mampu berpikir strategis ketika mereka gagal. Secara pribadi, saya melihat kegagalan sebagai upaya yang kurang berhasil. Selanjutnya, individu dengan cepat mendapatkan kembali rasa pemberdayaan setelah mengalami kegagalan (Bandura, 1997:48).

Memiliki efikasi diri yang tinggi membuat mahasiswa termotivasi untuk bertindak dan bekerja keras untuk menulis skripsi, sebaliknya semakin rendah efikasi diri, mahasiswa yang kurang termotivasi untuk menulis skripsi, dan mereka



tidak berusaha mengambil tindakan saat menulis skripsi. Efikasi diri berkaitan dengan kemampuan yang dirasakan tiap individu untuk memperoleh hasil dan menggapai tujuan yang telah ditentukan. Kompetensi mahasiswa berkaitan dengan kemampuan dalam memaksimalkan kinerjanya. Seperti yang diketahui dengan baik bahwa keberhasilan akademis seseorang dipengaruhi oleh kemampuan kognitifnya. Mahasiswa dengan potensi efikasi diri tinggi lebih berhasil daripada mahasiswa dengan kemampuan rendah.

Di dunia manusia diciptakan dengan dua jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan. Perbedaan antara laki-laki dan perempuan merupakan prinsip yang universal dalam masyarakat, dimana keduanya memiliki perbedaan dari beberapa segi baik fisik, karakteristik dan emosi. Perempuan umumnya lebih bersifat tidak agresif, memelihara, lemah lembut dan keibuan sehingga cenderung sensitif sedangkan laki-laki cenderung bersifat agresif dan penuh energi untuk menguasai situasi ruang lingkup hidupnya. Berdasarkan perbedaan tersebut maka kemungkinan perempuan akan lebih mudah berempati sehingga menjadi lebih mudah memaafkan dari pada laki-laki ketika disakiti orang lain.

Jenis kelamin merupakan faktor yang bersifat bawaan, yang dibawa sejak lahir. Menurut Goleman (2006:54) jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi. Perempuan cenderung menekan pada perasaan dan laki-laki cenderung menonjolkan kekuatan fisik atau logika. Kepekaan perempuan dalam memahami isyarat komunikasi yang halus dan samar ini sering disebut sebagai intuisi perempuan yang sebenarnya adalah kemampuan perempuan yang luar biasa dalam mendeteksi perubahan kenampakan atau perilaku orang lain.

Perbedaan kecerdasan emosional antara laki-laki dan perempuan sering muncul dalam peran sosial dan hubungan dengan orang lain (Goleman, 2015:56).

Menurut Martono (2010:58), perempuan relatif lebih berprestasi daripada laki-laki karena perempuan lebih termotivasi untuk belajar dan bekerja lebih rajin daripada laki-laki. Selain itu, wanita memiliki harga diri yang lebih tinggi daripada pria. Wanita lebih mungkin dibandingkan pria untuk tertarik membaca. Anak laki-laki mendapat nilai lebih rendah daripada anak perempuan karena anak laki-laki bekerja lebih sedikit dan lebih pesimis.

Menurut data yang dikutip di situs Pew Research Center, catatan dari organisasi penelitian Pew Research Center menunjukkan bahwa setengah dari mahasiswi di AS lulus dari perguruan tinggi empat tahun dan lulus lebih awal dengan nilai bagus. 37% lulusan laki-laki lulus tepat waktu. Hal ini menyoroti kesulitan yang dihadapi mahasiswa, terutama mahasiswa laki-laki, yang kurang percaya diri dalam menyelesaikan skripsinya, sehingga menghambat kelulusannya.

Dalam konteks latar belakang masalah di atas, muncul pertanyaan apakah ada perbedaan kecerdasan emosional dan efikasi diri antara mahasiswa laki-laki dan perempuan saat mengerjakan skripsi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut.

1. Apakah terdapat perbedaan kecerdasan emosional pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin?

2. Apakah terdapat perbedaan efikasi diri pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin?

## **C. Tujuan Penelitian Dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecerdasan emosional dan efikasi diri pada kalangan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan masukan atau tambahan pengetahuan bagi praktisi akademik atau peneliti lain yang tertarik untuk mengembangkan masalah kecerdasan emosional dan efikasi diri mahasiswa saat mengerjakan skripsinya. Peneliti berharap hasil penelitian ini akan menghasilkan ide-ide baru untuk penelitian yang lebih luas.

#### **b. Manfaat Praktis**

Bagi seluruh mahasiswa, peneliti berharap hasil studi ini dapat bermanfaat guna mengelola emosi yang baik melalui kecerdasan emosi yang dimiliki serta efikasi pada diri yang optimal antara keyakinan diri dengan kemampuan diri yang dimiliki, khususnya disaat sedang menyusun skripsi.

#### D. Keaslian Penelitian

Belum banyak yang dilakukan untuk membahas variabel-variabel yang akan diteliti. Untuk menghindari duplikasi hasil penelitian, variabel penjelas dikaitkan dengan penelitian terdahulu. Berdasarkan hasil penelusuran peneliti, ditemukan beberapa penelitian yang memiliki kesamaan dengan apa yang akan peneliti kerjakan.

1. Sebuah studi tahun 2016 oleh Surya Arrachaman berjudul "Efikasi Diri Mahasiswa Aktivistik Bekerja". Subjek penelitian ini berjumlah 3 orang mahasiswa, hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga berpengaruh signifikan terhadap work-life balance karyawan wanita, dan besarnya pengaruh variabel dukungan keluarga sebesar 26% terhadap pekerjaan. Hal ini menunjukkan bahwa dampak pencapaian keseimbangan kehidupan kerja lebih besar ketika karyawan memiliki tingkat dukungan keluarga yang tinggi.
2. Sebuah studi tahun 2016 oleh Agus Salim berjudul "Perbedaan *Self-Efficacy* dari Partisipasi Mahasiswa dalam Organisasi". Subyek penelitian adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang yang mengikuti perkuliahan selama satu tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang bergabung dengan organisasi cenderung memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak.

3. Sebuah penelitian tahun 2019 oleh Qurrota A'yunin berjudul "Efikasi Diri Aktivis di Organisasi Kemahasiswaan Universitas Islam Nasional Maulana Malik Ibrahim Malang". Subyek penelitian atau informan dipilih berdasarkan individu yang dianggap berkinerja baik, dengan IPK di atas rata-rata, dan yang dianggap aktif berkontribusi pada organisasinya. Menurut penelitian yang dilakukan, hasil yang diperoleh adalah rasa efikasi diri yang kuat kenyataannya dapat diimplementasikan dilapangan, seperti perencanaan menggunakan keterampilan berpikir, motivasi mengerjakan tugas, kemampuan menyelesaikan tugas yang telah dimulai dan mengelola emosi diri yang baik.
4. Penelitian Cynthia Hutabarat 2016 berjudul "Perbedaan Kecerdasan Emosional Narapidana Remaja Di Kota Medan Ditinjau Dari Jenis Kelamin". Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah narapidana remaja yang ada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Klas IA Medan dan juga di Lembaga Pemasarakatan Wanita Klas IIA Medan yang berjumlah 104 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosional narapidana remaja ditinjau dari jenis kelamin, yakni laki-laki dan perempuan.
5. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Syahrizal Ramadhan pada tahun 2021 berjudul "Perbedaan Kecerdasan Emosional Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Gayo Lues Di Banda Aceh".

Jenis penelitiannya kuantitatif komparasi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah jenis kelamin terikatnya adalah kecerdasan emosi. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 417 mahasiswa Gayo Lues. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* sehingga diperoleh jumlah sampel 216 dari 417 mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kecerdasan emosional laki-laki dan perempuan pada mahasiswa Gayo Lues di Banda Aceh

6. Studi Penelitian tahun 2013 oleh Intan Dyah Perwitasari berjudul “Perbedaan Efikasi Diri Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Ditinjau Dari Jenis Kelamin”. Penelitian ini melibatkan 80 mahasiswa dengan kategori 40 laki-laki dan 40 perempuan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya perbedaan efikasi diri antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang terletak pada aspek-aspek efikasi diri.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kecerdasan Emosional**

##### **1. Pengertian Kecerdasan Emosional**

Pada tahun 1990 konsep kecerdasan emosional diusulkan untuk pertama kalinya oleh dua psikolog Amerika, Peter Sarovay dan John Mayer. Temuan mereka tentang hal ini membentuk dasar untuk penelitian lebih lanjut dibidang ini (McCormack, 2006:8).

Menurut Papalia, 2014:145, Salovey dan Mayer 1990 menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memahami, mengendalikan, dan mengatur emosi seseorang untuk mencapai tujuan. Kecerdasan emosional memungkinkan seseorang untuk menggunakan emosinya secara efektif dalam interaksi sosial. Perspektif yang sama diungkapkan oleh Meyer 2007: 58 menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, memotivasi orang lain, membangun hubungan secara efektif dan menginterpretasikan perasaan terhadap orang lain.

Stein dan Book berpendapat bahwa gagasan kecerdasan emosional atau EQ penting untuk memahami dunia secara keseluruhan. Ini terdiri dari kecerdasan pribadi, sosial, dan pertahanan serta kepekaan dan akal sehat.. Pekerjaan penting setiap hari. Lalu seperti yang dinyatakan oleh Goleman bahwa “kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika

menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain”.

Goleman mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, mengatur emosi seseorang, dan mencegah beban stres mengganggu kemampuan seseorang untuk berpikir, berempati, dan lebih bersyukur daripada memikirkan kesejahteraan orang lain. Daniel Goleman menjelaskan pandangannya bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan mengelola emosi melalui cara yang dapat diekspresikan secara tepat dan efektif, daripada kemampuan ini dimaksudkan untuk memberikan kebebasan emosional (Manizar 2016:34).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti meyakini bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengamati, memahami, dan mengelola emosi pada diri sendiri, sehingga untuk memotivasi diri sendiri dan berkomunikasi dengan baik dengan orang lain serta membangun hubungan emosional yang kuat.

## **2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional tidak ditentukan sejak lahir, tetapi dapat dicapai melalui proses belajar. Menurut Goleman (2016:88), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional individu, yaitu:

### **a. Lingkungan keluarga.**

Hubungan pertama yang dimiliki seorang anak dengan keluarganya adalah bagaimana mereka mengatasi emosinya.



Sejak lahir, orang tua membantu menumbuhkan kecerdasan emosional melalui ekspresi dan segala aktivitas. Bayi mempelajari hal ini sangat dini, maka itu penting bahwa peran orang tua tetap terlibat untuk mengajarkan pelajaran ini. Kehidupan emosional yang dibina di rumah sangat berguna bagi anak dikemudian hari, misalnya: mengembangkan kebiasaan hidup yang disiplin dan bertanggung jawab, kemampuan berbelas kasih, peduli, dll. Hal ini memudahkan anak untuk memproses dan menenangkan dirinya saat menghadapi masalah, sehingga anak dapat berkonsentrasi dengan baik dan tidak banyak mengalami masalah perilaku seperti kekasaran dan perilaku negatif.

b. Lingkungan non keluarga.

Kecerdasan emosional membantu anak tumbuh secara fisik dan mental. Ini juga berkembang seiring dengan pemahaman mereka tentang lingkungan masyarakat, yang mereka pelajari melalui bermain. Inilah sebabnya mengapa banyak permainan yang ditujukan untuk anak-anak menggunakan skenario pura-pura untuk mengajarkan konsep baru. Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memahami dan memproses emosi orang lain. Ini berkembang secara alami pada anak-anak, dan dapat ditingkatkan melalui pelatihan kepercayaan diri, pelatihan empati, dan teknik lainnya.

Sedangkan menurut Salovey dan Mayer (1997:43) faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah sebagai berikut:

a. Jenis Kelamin

Seorang pria yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi memiliki keramah tamahan, menyenangkan, sosialisasi yang baik, tidak memiliki ketakutan ataupun kekhawatiran. Pria mempunyai kemampuan untuk berkomitmen terhadap orang lain, bertanggung jawab, memiliki pandangan yang etis, simpati dan caring dalam membina hubungan. Mereka juga memiliki kenyamanan dengan diri sendiri, orang lain dan lingkungan sosial. Namun pada kondisi tertekan, tidak berdaya atau dikritik, seorang pria cenderung mengekspresikan marah, yang mungkin beresiko menjadi perilaku kekerasan. Wanita yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi cenderung asertif, mampu mengekspresikan perasaan secara langsung, memiliki perasaan positif terhadap diri sendiri, wanita juga lebih mampu mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi dengan akurat.

b. Status Perkawinan

Status perkawinan pada wanita yang menikah lebih akurat dalam mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi dibandingkan pria. Wanita yang menikah lebih mampu menunjukkan respon verbal yang sesuai dengan ungkapan emosinya dibandingkan pria yang menikah yang tidak bahagia.

Pasangan suami istri yang bahagia dalam pernikahannya lebih mampu mengidentifikasi dan mengekspresikan emosinya daripada pasangan suami istri yang tidak bahagia.

c. Usia

Usia berhubungan dengan kematangan atau tingkat kedewasaan seseorang individu yang memiliki usia yang lebih tua dan pengalaman kerja yang lebih lama umumnya memiliki kecerdasan emosional yang lebih baik. Tingkat kecerdasan emosional seseorang selama bertahun-tahun menunjukkan bahwa orang semakin lama akan semakin baik dalam kemampuan kecerdasan emosional, sejalan dengan semakin terampil dirinya dalam menangani emosinya sendiri, memotivasi diri dan mengasah empati serta kecakapan sosialnya. Selain itu, masa jabatan jika dinyatakan sebagai pengalaman kerja, dapat dijadikan sebuah dasar perkiraan yang baik untuk produktivitas pekerjaan individu. Individu yang memiliki pengalaman kerja yang lebih lama diharapkan mampu menghasilkan produktivitas kerja yang lebih baik.

d. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi intelektualnya. Individu yang memiliki kemampuan intelektual akan mampu mempelajari pekerjaannya dengan lebih cepat, lebih mampu beradaptasi dalam keadaan yang berubah dan lebih

baik dalam menentukan solusi untuk meningkatkan kinerjanya. Tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi pula pemanfaatan pengetahuan dan keterampilan.

Berbeda dengan Le Dove (2009:20-32) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi antara lain:

a. Fisik

Secara fisiologis, bagian yang paling menentukan atau berpengaruh terhadap kecerdasan emosional seseorang adalah anatomi syaraf emosionalnya. Bagian otak yang digunakan untuk berpikir adalah konteks (biasa disebut neo-konteks). Sebagai bagian otak yang memproses emosi, sistem limbik, namun sebenarnya di antara kedua bagian inilah yang menentukan kecerdasan emosional seseorang. Bagian ini merupakan bagian terlipat sekitar 3 mm yang membungkus belahan otak.

b. Konteks

Konteks memainkan peran penting dalam memahami sesuatu secara mendalam, menganalisis mengapa Anda mengalami perasaan tertentu, dan melakukan sesuatu. Lingkungan khusus di korteks prefrontal dapat bertindak sebagai sakelar peredam, memberi makna pada situasi emosional sebelum tindakan.

c. Sistem limbik

Sering disebut sebagai emosi otak, segmen ini terletak

jauh di belahan otak dan terutama bertanggung jawab untuk mengatur emosi dan impuls. Sistem limbik meliputi hipokampus, tempat berlangsungnya proses pembelajaran emosi dan tempat penyimpanan emosi. Ada juga segmen amigdala, yang dianggap sebagai pusat kendali emosi di otak.

d. Psikis

Selain dipengaruhi oleh kepribadian individu, kecerdasan emosional dapat dipupuk dan diperkuat dalam diri individu. Kecerdasan emosional tidak hanya dipengaruhi oleh kepribadian individu, tetapi juga dapat dipupuk dan diperkuat dalam diri individu.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang yaitu lingkungan, fisiologis dan psikis.

### **3. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional**

Menurut Goleman (2016:58), terdapat berbagai aspek kecerdasan emosional, berbagai aspek kecerdasan emosional tersebut ialah:

a. Mengenali emosi diri

Mengenali emosi diri merupakan kemampuan untuk secara akurat mengidentifikasi emosi saat terjadi pada diri sendiri. Identifikasi emosi, termasuk keadaan kesadaran diri atau refleksi diri, dengan mengamati dan menjelajahi pengalaman yang mencakupnya. Seseorang yang pandai

mengenali emosinya akan mampu mengendalikan dirinya. Seseorang harus sangat peka terhadap diri mereka sendiri untuk mengenali emosi mereka.

b. Mengelola emosi diri

Mengelola emosi adalah kemampuan untuk mengidentifikasi emosinya sendiri sebelum kemampuannya untuk mengendalikannya agar dapat mengekspresikannya dengan tepat. Kemampuan mengelola emosi memungkinkan individu untuk merasa tenang dan bebas dari kendali emosi ketika menghadapi masalah hidup.

c. Motivasi

Motivasi adalah kemampuan untuk mengatur emosi dan keinginan seseorang, untuk menginspirasi kepositifan, untuk memungkinkan diri menjadi lebih siap, untuk mencapai tujuan, untuk bertahan dari tantangan, dan untuk bangkit kembali dari sebuah kegagalan. Motivasi ini dapat menjadikan pribadi yang lebih baik dan efisien dalam aktivitas sehari-hari.

d. Mengenali emosi orang lain

Mengenali emosi orang lain adalah kemampuan untuk mengekspresikan keadaan pada suatu emosi orang lain. Keahlian ini mencakup empati, memahami perasaan orang lain dan dapat mempengaruhi individu. Kemampuan mengenali emosi ini berarti bahwa seseorang telah meningkatkan

kesadarannya terhadap lingkungan mereka.

e. Mengelola hubungan dengan orang lain

Mengelola hubungan dengan orang lain merupakan kemampuan seseorang untuk membangun relasi yang baik dan berkualitas sehingga terciptanya kedekatan emosional. Kemampuan berhubungan dengan orang lain meliputi kemampuan untuk mempengaruhi orang lain, membangun keintiman, dan membuat seseorang merasa nyaman.

Berbeda dengan pandangan Goleman, menurut Al-Tridhonanto (2009:5) aspek kecerdasan emosi adalah:

- a. Personal skills, yaitu kemampuan mengelola diri sendiri.
- b. Keterampilan sosial, kemampuan untuk menangani hubungan.
- c. Keterampilan sosial, kemampuan untuk memperoleh tanggapan yang diinginkan dari orang lain.

Aspek kecerdasan emosional yang dimunculkan Gorman setelah dilakukan penelitian lebih lanjut oleh peneliti merupakan penjabaran dari pendapat Al Tridhonanto. Hal ini terlihat dalam setiap diskusi. Misalnya, dalam diskusi pribadi, menurut Al Tridhonanto, ada beberapa aspek kecerdasan emosional yang dimunculkan oleh Goleman dengan mengidentifikasi emosi seseorang, mengelola emosinya, dan memotivasi diri sendiri. Kemudian dalam diskusi sosial terdapat aspek kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi orang lain. Selain itu, ketika membahas keterampilan sosial, ada juga aspek kecerdasan emosional, yaitu

peningkatan hubungan interpersonal.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini menggunakan aspek-aspek kecerdasan emosional dari teori Goleman, antara lain: mengidentifikasi emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membangun relasi. Hal ini karena aspek yang diusulkan Goleman mencakup keseluruhan dan lebih detail.

#### **4. Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Islam**

Keberhasilan dalam kehidupan manusia dipengaruhi oleh faktor kecerdasan emosional. Ini berarti bahwa faktor-faktor ini berkontribusi pada kesuksesan dalam hidup. Hal ini tentunya tidak terlepas dari usaha yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Bahkan dari beberapa penelitian yang diungkap Goleman, terlihat bahwa faktor emosional lebih penting untuk mencapai kesuksesan.

Singkatnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman merupakan ilmu yang menjelaskan konsep hubungan baik antara manusia satu dengan yang lainnya yang juga diajarkan dalam ilmu Islam, tetapi dalam Islam kecerdasan emosional ini tidak dapat dipisahkan dari *Hablumminallah* (hubungan manusia kepada Allah SWT, Sang Pencipta). Pada aspek mengelola emosi diri dari kajian di atas merupakan keharusan tiap individu untuk dapat mengendalikan emosinya.

*Hablumminallah* adalah konsep bagaimana manusia dapat berhubungan dengan Sang Maha Pencipta Allah SWT dengan mengikuti



segala perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya.

Dalam perspektif Islam, kecerdasan emosional pada hakekatnya adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosinya. Hal ini sejalan dengan ajaran Islam, Allah SWT telah memerintahkan manusia untuk menguasai emosi batinnya, mengendalikannya dan juga mengelolanya. Kecerdasan emosional adalah proses dimana seseorang belajar tentang diri mereka sendiri sehingga mereka dapat menemukan kelemahan dan kekuatan mereka sendiri. Dalam menggali diri ini, manusia akan memahami bahwa segala sesuatu yang dimilikinya adalah anugerah dari Allah SWT.

Islam sangat dianjurkan untuk menjaga hati dari kerusakan hingga tercemarnya hati. Menjaga hati yang suci akan memunculkan kecerdasan emosional dengan sangat baik. Hal-hal berkaitan dengan kemampuan emosional dan spiritual Islam, seperti cobaan dan ketaatan (tawakkal), integritas dan kesempurnaan (ihsan), kerendahan hati (tawaddhu'), ketabahan (istiqamah). Kecerdasan emosional merupakan peran Islam yang diajarkan oleh Rasulullah SAW jauh sebelum konsep kecerdasan emosional diperkenalkan saat ini (Ginanjar, 2005:276).

Menurut QS Ali Imran ayat 134, Islam menuntut pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari;

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ  
١٣٤

Artinya adalah sebagai berikut: "(yaitu) mereka yang selalu memberi tepat waktu dan jangka pendek, mereka yang mengendalikan

amarahnya, dan mereka yang memaafkan (salah) orang lain. Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik."

Kemenag (2019) juga mengomentari Ayat tersebut:

“Biasanya orang yang kecanduan amarah tidak akan dapat mengontrol pikirannya, dia akan bertindak kejam dan jahat, dan jika dia menyadari bahwa dia akan menyesali perbuatannya, dia akan bertanya-tanya mengapa dia menjadi seperti ini. Ketika seseorang marah, ia harus terlebih dahulu berusaha mengendalikan amarahnya. Jika seseorang melatih dirinya dengan cara ini, maka dia tidak akan bertindak diluar batas, dan bahkan berpikir bahwa perlakuan tidak adil terhadapnya mungkin karena kesalahan dan tidak disengaja, yang kemudian akan memaafkannya. Allah menjelaskan bahwa menekan amarah adalah cara yang saleh. Orang yang benar-benar religius harus dapat mengendalikan diri saat marah.”

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain. Selain itu, kecerdasan emosional juga merupakan kemampuan seperti memotivasi diri sendiri dan mengatasi kemunduran, mampu mengendalikan hati bukan berlebihan dengan kegembiraan. Kunci utama kecerdasan emosional adalah kemampuan mengendalikan diri dan memahami lingkungan sekitar. Dalam firman Allah SWT juga memberikan petunjuk bagi manusia dalam surah Al-'Alaq ayat 1-5 yang artinya:

“Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu yang menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha pemurah. Yang mengajar manusia dengan perantaraan kalam. Dia mengajarkan kepada manusia apa yang tidak diketahuinya.”

Agama Islam menganggap emosi dan nafsu adalah hal yang sama. Fakta bahwa seseorang memiliki keinginan membuat mereka lebih baik atau lebih buruk. Adalah mungkin bagi individu yang cerdas secara emosional untuk memiliki kendali atas emosi mereka. Al-Qur'an

diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang mengajarkan umat manusia jalan menuju kesuksesan. Karena itu, ajaran Islam menekankan pentingnya mengendalikan emosi seseorang. Karena Allah memerintahkan manusia untuk selalu berada di jalan yang benar, umat Islam dihimbau untuk selalu menjaga pola pikir positif. Al-Qur'an adalah kitab yang membimbing umatnya untuk tetap berada di jalan yang benar, seperti yang dikatakannya dalam suratnya Al Isra' ayat 9:

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا

Artinya: “Sesungguhnya Al Qur’an ini memberikan petunjuk kepada (jalan) yang lebih lurus dan memberi kabar gembira kepada orang-orang mu’min yang mengerjakan amal saleh bahwa bagi mereka ada pahala yang besar.”

Al-Isra' (17):9 berisi firman Allah SWT untuk kemakmuran dan kebahagiaan bagi umat-Nya. Seluruh ayat-ayat Al-Qur'an tentu memiliki makna ajaran, sehingga selalu meningkatkan keimanan berada di jalan yang benar, sabar, optimis, selalu berpengharapan, dan tidak mudah putus asa. Orang dengan kecerdasan emosional tertinggi adalah mereka yang sabar. Ketika seseorang memiliki kebaikan, itu dapat mendidik emosi seseorang. Keyakinan yang benar adalah bahwa seseorang dapat bermanfaat bagi semua orang, bukan hanya dirinya sendiri dan Allah SWT.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa agama Islam membahas kemampuan setiap manusia. Kecerdasan emosional

setiap orang tidak terlepas dari tuntunan Allah SWT.

## **B. Efikasi Diri**

### **1. Pengertian Efikasi Diri**

Pada tahun 1977, psikolog Albert Bandura memperkenalkan istilah efikasi diri. Hal ini menggambarkan kepercayaan seseorang memiliki kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas dalam situasi tertentu (Howard S.Friedman dkk, 2008:283).

Efikasi diri adalah konsep teoritis yang dikemukakan oleh Bandura berdasarkan teori kognitif sosial. Teori kognitif sosial Bandura dan rekan-rekannya (1997:45) menegaskan bahwa orang secara aktif menggunakan pikiran mereka untuk memprediksi, menganalisis, dan menentukan perilaku yang sesuai. Hubungan timbal balik seseorang dengan lingkungan mereka dan orang lain disorot dalam proses berpikir. Teori Bandura menyatakan bahwa setiap manusia bukanlah makhluk yang pasif, tetapi hanya menerima pengaruh dari luar, seperti dorongan naluriah atau faktor lingkungan. (Pervin & John dalam Manara, 2008).

Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan mereka. Selaras seperti yang didefinisikan oleh Albert Bandura, Byrne dan Baron (Baron & Byrne, 2004: 183). Menurut (Alwisol, 2009:98) mendefinisikan “efikasi diri sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri sendiri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan”.

Teori kognitif sosial percaya bahwa efikasi diri adalah mekanisme kognitif yang mengontrol individu mengatasi stres, karena efikasi diri menekankan keyakinan individu pada kemampuan seseorang untuk melakukan tugas. Individu merasa gelisah dan cemas jika mereka merasa tidak memiliki kendali atas situasi dan lingkungan yang mereka hadapi dan bahkan mereka mengancam. Sebaliknya, jika individu merasa dapat mengatasi stres dari lingkungannya, maka mereka tidak mengalami kecemasan. Individu memandang situasi dan keadaan yang penuh tekanan sebagai tantangan dan kemudian mengambil tindakan yang terstruktur dan terencana (Nurlaila, 2011:22).

Seperti apa yang ditunjukkan Bandura bahwa "kemandirian diri mengacu pada keyakinan pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan prestasi tertentu" (Bandura, 1997:48). Pandangan Bandura dapat dipahami sebagai efikasi diri adalah keyakinan seseorang pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan untuk menghasilkan hasil yang diinginkan. Efikasi diri mempengaruhi bagaimana individu bertindak, seberapa keras individu bekerja pada tugas, berapa lama individu dapat bertahan, dan respon emosional terhadap situasi tertentu (Bandura dalam Manara, 2008:49).

Setiap individu secara alami memiliki tingkat kepercayaan diri tertentu mengenai kemampuan yang mereka miliki. Maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan diri bahwa seseorang

dapat mencapai tujuan dengan segala kemampuan yang dimiliki. Efikasi diri bukan tentang seberapa banyak yang dapat dilakukan seseorang, tetapi tentang percaya apa yang dapat dilakukan dengan apa yang dimiliki dalam berbagai macam kondisi.

## **2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri**

Bandura (1997:55) menyampaikan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri, yakni:

### **a. Sifat tugas yang dihadapi**

Situasi dan jenis tugas yang dihadapi membutuhkan kinerja yang lebih berat daripada yang lain. Semakin sulit tugas yang dihadapi, semakin besar keraguan akan kemampuannya. Sebaliknya, jika tugas yang dihadapi mudah, efikasi diri sukses meningkat.

### **b. Jenis Kelamin**

Jenis kelamin juga berpengaruh terhadap efikasi diri. Hal ini dapat dilihat dari penelitian Bandura yang menyatakan bahwa wanita efikasi diri lebih tinggi dalam mengelola perannya. Wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga juga sebagai wanita karir akan memiliki efikasi diri yang tinggi dibandingkan dengan pria yang bekerja. Pada penelitian yang lainnya pada beberapa bidang pekerjaan tertentu pria memiliki efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita, begitu juga sebaliknya efikasi diri wanita unggul dalam

beberapa pekerjaan dibandingkan dengan pria. Pria biasanya memiliki efikasi diri yang tinggi dengan pekerjaan yang menuntut keterampilan teknis matematis.

c. Insentif eksternal

Motivasi yang diterima adalah salah satu bentuk dari insentif eksternal. Bandura percaya bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan efikasi diri adalah kemampuan atau motivasi, insentif yang diberikan oleh orang lain yang mencerminkan keberhasilan. Misalnya diberi pujian, materi, dll.

d. Status atau peran individu dalam lingkungan

Status sosial seseorang mempengaruhi rasa hormat dan kepercayaan orang lain. Individu yang memiliki status sosial tinggi cenderung memiliki efikasi diri yang lebih tinggi daripada orang dengan status sosial rendah. Status sosial yang lebih tinggi membuat individu lebih dihargai oleh orang yang menghormatinya, yang juga mempengaruhi kepercayaan diri mereka.

e. Informasi tentang kemampuan diri

Ketika seseorang menerima informasi positif atau negatif tentang dirinya, rasa efikasi diri dapat meningkat atau menurun. Ini berarti bahwa jika individu menerima informasi positif tentang diri mereka sendiri, rasa efikasi diri mereka meningkat. Sebaliknya, jika individu menerima informasi negatif tentang

kemampuannya, efikasi diri akan menurun.

Efikasi diri adalah keyakinan seseorang pada dirinya sendiri bahwa ia akan mampu melakukan perilaku yang diperlukan untuk suatu tugas yang dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Azwar (1996:33), faktor yang mempengaruhi efikasi diri ada dari individu itu sendiri, efikasi diri merupakan salah satu penentu keberhasilan kinerja di masa depan dan dapat juga menjadi faktor dalam menentukan pola keberhasilan atau kegagalan yang dialami oleh seseorang.

Selain faktor-faktor tersebut di atas, Atkinson (1995:78) menyatakan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

- a. Seorang individu berpartisipasi dalam peristiwa yang dialami oleh orang lain, yang membuat individu tersebut merasa memiliki kemampuan yang sama atau lebih dari yang lain. Hal ini akan meningkatkan motivasi individu untuk berprestasi.
- b. Persuasi verbal yang mencakup saran dan bimbingan realistik yang dialami individu dapat meningkatkan kepercayaan diri individu terhadap kemampuannya untuk membantu mereka mencapai tujuan yang diinginkan, suatu pendekatan yang sering digunakan untuk meningkatkan efikasi diri.
- c. Seseorang disaat harus menilai situasi mental individu untuk menilai kompetensi diri.
- d. Kekuatan, dan ketenangan pikiran untuk kegagalan atau kekuatan untuk semua orang. Individu mungkin lebih berhasil



dalam menghadapi situasi stres sebelumnya di mana ia berhasil melakukan tugas dengan baik.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh sifat tugas, motivasi ekstrinsik, posisi atau peran individu dalam lingkungan, dan informasi tentang kemampuannya.

### **3. Aspek-Aspek Efikasi Diri**

Pendapat Bandura (1997:42-44) yakni efikasi diri dapat dilihat dari tiga dimensi, yaitu:

#### **a. Level (tingkatan)**

Skala level mengacu pada tingkat kesulitan tugas yang sedang dihadapi yakin dapat diatasi. Orang memiliki tingkat efikasi diri yang berbeda-beda. Hal ini terkait pada kesulitan tugas yang sedang dihadapi dalam menentukan efikasi diri. Jika tidak ada hambatan yang pasti, tugas tersebut harus mudah diselesaikan dan setiap orang harus memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi untuk tugas tersebut.

#### **b. Strength (kekuatan keyakinan)**

Aspek ini berkaitan dengan kekuatan efikasi diri tiap individu dalam menghadapi suatu tugas atau masalah. Pengalaman yang mengganggu dalam menangani tugas dapat dengan mudah melawan efikasi diri yang lemah. Di sisi lain, orang dengan keyakinan yang kuat akan bertahan bahkan ketika menghadapi tantangan dan rintangan yang besar. Dimensi ini

mencakup seberapa stabil seorang individu tentang keyakinannya. Jadi, stabilitas ditentukan dari kekuatan dan keyakinan individu.

c. Generality (generalitas)

Aspek ini mengacu pada berbagai situasi di mana penilaian efikasi diri dapat diterapkan. Setiap orang mungkin berpikir memiliki efikasi diri dalam menjalankan aktivitasnya. Semakin banyak keyakinan yang dapat diterapkan pada situasi yang berbeda, maka akan semakin tinggi efikasi diri seseorang.

Menurut Rizvi, Johana & Helly (1997:58), ada beberapa aspek efikasi diri, yaitu:

- a. Ekspektasi hasil adalah harapan dari kemungkinan hasil yang telah dikerjakan.
- b. Harapan efikasi adalah keyakinan seseorang bahwa dia dapat mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil.
- c. Nilai hasil (outcome value), yaitu nilai yang bermakna dari keuntungan yang didapat.

Sedangkan menurut Laust (1988:30), orang dengan efikasi diri yang positif dapat dilihat dari beberapa hal berikut:

- a. Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri merupakan sikap positif seseorang yang memahami dan serius terhadap apa yang akan dilakukannya.
- b. Sikap optimis tentang diri sendiri dan perlakuan diri sendiri

dengan sikap positif terhadap semua yang dimiliki, harapan, dan kemampuan.

- c. Individu yang memiliki kepercayaan diri untuk melihat tugas atau masalah dari segi fakta yang sebenarnya, bukan dari segi subjektivitas pribadi.
- d. Tanggung jawab merupakan kesediaan individu untuk menerima sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasionalitas dan realitas, yaitu analisis individu terhadap suatu masalah, suatu peristiwa dengan sudut pandang ideologis yang dapat diterima secara rasional dan realistis.

Ada banyak pendapat dari tokoh-tokoh yang ada, pendapat Bandura digunakan sebagai acuan; untuk menentukan tingkat kesulitan tugas yang dihadapi oleh seorang individu, stabilitas keyakinan seseorang tentang kemampuan sendiri, dan berbagai situasi dimana pengaplikasian efikasi diri dapat dilakukan. Pendapat ini dijadikan acuan karena konsisten untuk mengukur tinggi rendahnya efikasi diri yang akan diteliti.

#### 4. Efikasi Diri Dalam Perspektif Islam

Efikasi diri dalam Alwisol (2009:287) adalah keyakinan bahwa setiap orang mampu melakukan tindakan yang diinginkan. Islam juga menyiratkan perilaku ini dalam Firman Allah SWT:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ  
حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ  
مِنْ وَّالٍ

“Bagi manusia, ada malaikat yang selalu bergiliran mengikutinya,

sebelum dan sesudahnya, mereka melindunginya dengan perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum kecuali mereka mengubah batinnya. Jika Allah benar Suatu kaum memiliki niat jahat, maka tidak ada yang dapat menolaknya, kecuali dia mereka sama sekali tidak memiliki pelindung" (Qurankemenag.go.id Surah Ar-Ra'd: 11).

Ayat di atas berarti bahwa setiap orang memiliki kesempatan yang sama untuk mengubah setiap kondisinya dengan bersedia mengubah situasi dalam diri individu. Hamka (1982:73) mengemukakan bahwa setiap orang memiliki akal untuk mengendalikan diri dengan cara yang ampuh selama mereka tetap dalam lingkup Allah dan di bawah naungan Allah SWT.

Menurut M. Quraish Shihab, setiap orang dapat berubah dan melakukan perubahan dalam bentuk apapun, seperti dari negatif ke positif dan sebaliknya. Bandura (dalam S. Yulikhah dan B. Bukhori, 2019:67) menyatakan bahwa setiap individu akan menunjukkan atau tidak menunjukkan perilaku tertentu sesuai dengan efikasi diri yang dimilikinya, sehingga individu tersebut akan mencapai sesuatu dengan pengaruh tingkat kepercayaan dirinya. Individu tidak memiliki rasa efikasi diri, individu tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk berprestasi.

Keyakinan akan kemampuan diri individu dan keikhlasan dalam berjuang untuk mencapai hal tersebut sejalan dengan Ayat 6 Al Insiyiqq yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدًّا فَمَلَأْتَهُ ٦

“Hai manusia, sesungguhnya kamu telah bekerja dengan sungguh-sungguh menuju Tuhanmu, maka pasti kamu akan menemui-Nya”

Dari ayat ini jelas bahwa dengan keimanan dan keikhlasan seseorang dapat bertemu dengan Allah. Hal ini menunjukkan setiap orang yang sungguh-sungguh dan percaya diri berusaha keras untuk mencapai tujuannya, bahwa tujuan akan tercapai.

Kemudian pada ayat 286 Surat Al Baqarah juga dijelaskan tentang iman dan usaha untuk mengatasi berbagai rintangan.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا<sup>٢٨٦</sup> لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ<sup>٢٨٧</sup> رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا<sup>٢٨٨</sup> إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا<sup>٢٨٩</sup> رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا<sup>٢٩٠</sup> رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ<sup>٢٩١</sup> وَاعْفُ عَنَّا<sup>٢٩٢</sup> وَارْحَمْنَا<sup>٢٩٣</sup> أَنْتَ مَوْلَانَا<sup>٢٩٤</sup> فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ<sup>٢٩٥</sup> □

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya." (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir"

Kitab suci Al-Qur'an menjelaskan bahwa Allah SWT membagi beban hanya sesuai dengan kemampuan hamba-Nya. Jika seseorang beriman kepada Allah dan percaya terhadap dirinya sendiri, maka diyakini bahwa ia mampu melakukan berbagai tugas, memikul tanggung jawab dan mengatasi berbagai kendala yang dihadapinya.

Perjuangan individu untuk menyelesaikan berbagai tugas terkadang

melemahkan batin mereka, yang dijelaskan dalam bagian 139 Surat Ali Imran yang berbunyi sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ١٣٩

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

Ayat ini mendorong manusia untuk bersikap tegas dan serius dalam segala macam rintangan yang menyusahkan, dan keimanan yang tinggi kepada Allah akan menjadikan individu juga memiliki sifat-sifat yang baik.

Berbagai interpretasi tersebut merupakan gambaran efikasi diri dari perspektif Islam. Efikasi diri individu yang tinggi dan kuat akan membuat individu berani mengambil resiko, rela berkorban, berpikiran positif, tidak mudah menyerah, memiliki kesabaran, rasa syukur, cinta dan kepercayaan (Noornajihan, 2014: 95). Bahkan menurut Efendi (2013: 65), rasa syukur kepada Tuhan merupakan salah satu faktor efikasi diri. Rasa syukur ini merupakan salah satu perbedaan antara efikasi diri Barat dan efikasi diri dari perspektif Islam.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri berkaitan dengan keyakinan pribadi. Al-Qur'an kitab suci umat Islam, juga memberikan penjelasan tentang kepercayaan diri atau efikasi diri, kesabaran, rasa syukur, dan amanah, yang berguna dalam mencapai tujuan.

### **C. Jenis Kelamin**

Jenis kelamin atau yang disebut gender didefinisikan sebagai istilah biologis berdasarkan perbedaan anatomis dan fisik antara laki-laki dan perempuan. Menurut Fakih (2012:281), gender adalah karakteristik atau pembagian dua jenis kelamin (laki-laki dan perempuan) yang melekat pada manusia yang ditentukan secara biologis. Ada berbagai perbedaan antara pria dan wanita dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini menyebabkan terjadinya disparitas gender, khususnya di bidang pendidikan. Perbedaan gender dalam pendidikan dapat tercermin dalam kinerja akademik. Pria dan wanita secara biologis berbeda satu sama lain. Perbedaan ini disebabkan oleh adanya hormon yang berbeda dalam tubuh mereka. Hal ini menyebabkan perlakuan yang berbeda bagi perempuan yang tidak ada pada laki-laki. Gender memainkan peran penting dalam perkembangan psikologis mahasiswa. Hal ini karena faktor psikologis yang berbeda mempengaruhi setiap jenis kelamin. Faktor psikologis yang berhubungan dengan kecerdasan, kewaspadaan, minat, bakat, motivasi, kedewasaan dan kesiapan (Ekawati & Wulandari, 2011:167).

Wanita dituntut selalu seharusnya halus dan lembut, serta cantik. Namun mereka selalu dikesampingkan dalam suatu hubungan; laki-laki dianggap yang pertama. Hal ini disebabkan bagaimana perempuan diperlakukan secara sosial. Wanita kurang berharga secara intelektual dan sebaliknya, pria lebih berharga secara intelektual. Akibatnya sebagian besar perempuan tidak mengenyam pendidikan yang tinggi karena masih banyak

yang berpikir “untuk apa menempuh pendidikan yang tinggi kalau perempuan akhirnya pulang?” (Fakih, 2012:288).

Baru-baru ini, prestasi akademik perempuan telah meningkat. Perempuan juga memiliki kesempatan lebih besar di sektor publik. Pertumbuhan masyarakat industri menawarkan banyak peluang bagi sektor publik. Perempuan memiliki peluang pengembangan karir yang lebih luas pada aspek tenaga kerja. Perempuan memiliki kesempatan yang sama dengan laki-laki untuk mengembangkan keterampilan mereka di sektor publik, juga perempuan ingin mereka berjuang untuk mengejar pendidikan setinggi mungkin. Hal ini menyebabkan banyak wanita menjadi lebih termotivasi untuk mencapai tujuan mereka (Haralambos dan Horlborn von Martono, 2010: 60).

Anak laki-laki dari masa kanak-kanak hingga dewasa menunjukkan keterampilan spasial yang lebih baik, sedangkan anak perempuan dari masa kanak-kanak hingga dewasa menunjukkan keterampilan bahasa yang lebih maju. Dibandingkan dengan anak laki-laki, anak perempuan biasanya mulai berbicara lebih awal, memiliki kosakata yang lebih banyak, biasanya mendapat nilai lebih baik di sekolah, dan lebih baik dalam tugas membaca dan menulis. (Halpern dalam Martono, 2010:79).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan terutama dalam hal pendidikan dan pengalaman kesuksesan.



#### **D. Perbedaan Kecerdasan Emosional Dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Ditinjau Dari Jenis Kelamin**

Dalam mengejar gelar sarjana mahasiswa perlu menulis skripsi untuk memenuhi SKS (satuan kredit semester). Ini adalah tugas akademis yang cukup menyita tenaga dan pikiran bagi laki-laki atau perempuan. Banyak kendala dalam penulisan skripsi, diantaranya harus berhadapan dengan banyak persyaratan dan standar yang ditetapkan oleh dosen pembimbing. Mengatasi kesulitan yang dihadapi mahasiswa saat menulis esai membutuhkan kecerdasan emosional dan efikasi diri.

Menurut Goleman, kemampuan seseorang dalam bekerja selalu dipengaruhi oleh suasana dan keadaan emosi. Lebih lanjut Goleman menjelaskan bahwa individu mampu melakukan hal-hal yang berkaitan dengan kestabilan emosi pribadi karena menyesuaikan diri dengan perubahan dan perkembangan zaman. Kemampuan individu untuk bertindak harus memanfaatkan sepenuhnya semua kecerdasannya, dan konsep kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman membantu meningkatkan kinerja individu dan tim, sehingga mempengaruhi kesuksesan (Mulyasari, 2018: 190).

Namun faktanya, dalam hal peningkatan kecerdasan emosional, mahasiswa laki-laki memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi daripada perempuan. Rata-rata, wanita lebih emosional daripada pria (tetapi ada pria yang lebih baik daripada kebanyakan wanita). Terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok (Ramli & Widada,

2018:40).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk tumbuh dan memahami emosi. Baik pria maupun wanita dapat mengembangkan kecerdasan ini. Orang yang fokus pada rasionalitas perlu memasukkan kecerdasan emosional kedalam pemahaman mereka juga. Beberapa pria mempertimbangkan sisi emosional dari kepribadian mereka. Konsekuensinya, karena wanita cenderung banyak menampilkan sifat ini diharapkan dapat meningkatkan kecerdasan emosionalnya (Cartini, 2019: 217).

Muta'asifah (2013:34) menyatakan bahwa kecerdasan emosional atau EQ, mempengaruhi produktivitas karyawan. Hal ini dibuktikan melalui penelitian yang dilakukan olehnya. Selain itu, Hasanuddin (2018:26) juga meneliti perbedaan EQ antara guru laki-laki dan perempuan yang menghasilkan kecerdasan emosional lebih tinggi pada guru laki-laki daripada guru perempuan.

Dengan kata lain terdapat perbedaan kecerdasan emosional mahasiswa antara laki-laki dan perempuan. Kecerdasan emosional pria lebih tinggi daripada wanita, dan tidak dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional wanita lebih rendah daripada pria. Pria dan wanita memiliki kesempatan yang sama untuk mengembangkan kecerdasan emosionalnya.

Pada setiap individu, efikasi diri dalam kaitannya dengan faktor dan sumbernya dapat diklasifikasikan sebagai tinggi atau rendah. Faktor dan sumber dapat mengungkapkan perbedaan efikasi diri mahasiswa dan sarjana

saat menulis skripsi. Perbedaan efikasi diri antara pria dan wanita dapat diukur dari posisi atau peran individu dalam lingkungan, informasi tentang potensi diri, pengalaman masa lalu, pengalaman orang lain, dan keyakinan verbal.

Dalam hal status sosial dalam masyarakat, tidak ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Pada zaman dahulu, wanita selalu lebih rendah dari pria. Namun, di zaman sekarang ini, wanita dapat disejajarkan dengan pria. Hal ini membuat persepsi masyarakat terhadap perempuan cukup baik. Masyarakat saat ini menganggap perempuan setara dengan laki-laki. Kondisi ini meningkatkan status atau derajat sosial seorang wanita. Dengan adanya opini publik tentang status sosial perempuan memungkinkan perempuan untuk terus memperjuangkan status sosialnya, jangan sampai terdegradasi oleh pendidikan dan kemajuan karir (Fakih, 2012:291).

Baru-baru ini, perempuan telah membuat kemajuan dalam bidang akademis. Perempuan juga memiliki lebih banyak kesempatan di sektor publik. Perkembangan masyarakat industri menawarkan banyak peluang bagi perempuan di sektor publik. Demikian pula dengan dunia kerja yang memiliki peluang karir yang lebih luas, terutama bagi wanita yang belum menikah. Keadaan ini sangat berbeda dengan sebelum pesatnya perkembangan zaman industri. Pada saat itu, hanya ada sedikit peluang bagi perempuan untuk maju di sektor publik. Sementara perempuan saat ini memiliki kesempatan yang sama untuk mengembangkan keterampilan mereka di sektor publik, perempuan berusaha keras untuk memperoleh pendidikan setinggi mungkin.

Hal ini mungkin terkait dengan faktor efikasi diri, yaitu status atau peran individu dalam lingkungan, perempuan saat ini memiliki kesempatan untuk berkembang di masyarakat dan dengan demikian memiliki motivasi untuk tampil lebih baik. (Fakih, 2012:291).

Misalnya, dalam hal efikasi diri, persepsi publik menunjukkan bahwa perempuan tampil lebih baik dalam hal kepercayaan diri. Perempuan lebih percaya diri dibandingkan laki-laki dalam menangani tugas belajar (Martono, 2010: 59). Rasa percaya diri ini membuat perempuan percaya bahwa mereka dapat menyelesaikan skripsi, sedangkan pada laki-laki menyebabkan kurangnya rasa percaya diri dalam menyelesaikan skripsi.

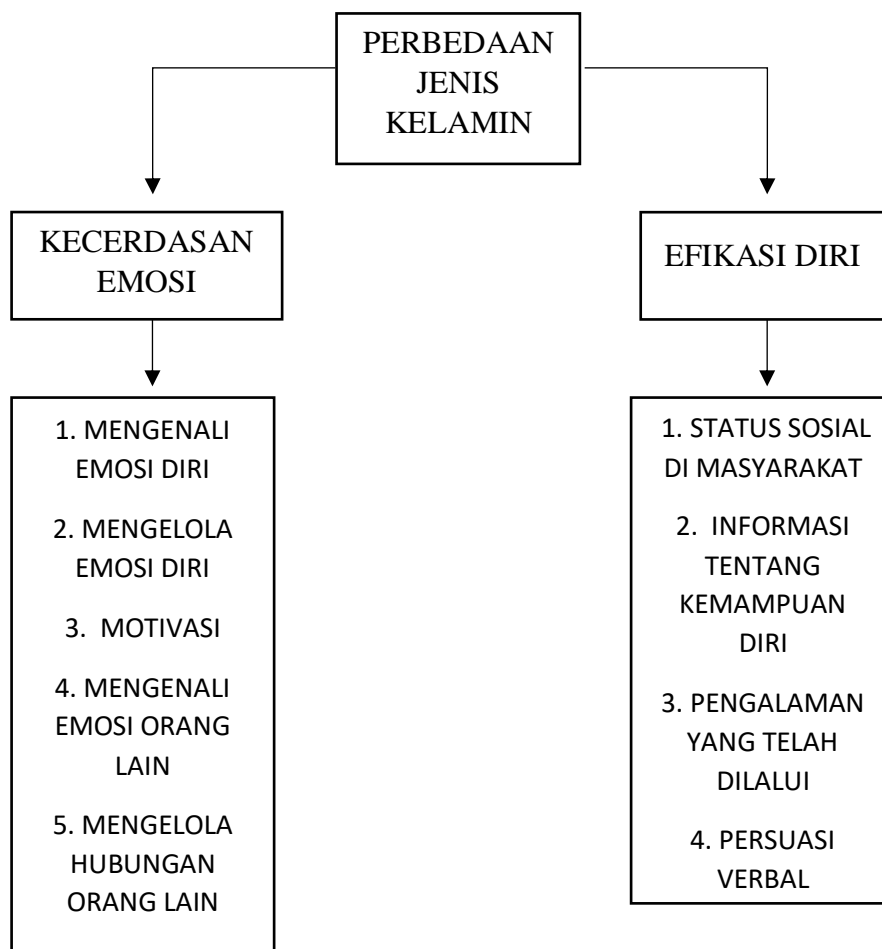
Pengalaman masa lalu menjadi hal yang berpengaruh karena berkaitan langsung dengan sejarah peristiwa pribadi seseorang. Sukses dalam tindakan meningkatkan efikasi diri, sedangkan kegagalan menurunkan efikasi diri (S. Yulikhah dan B. Bukhori, 2019:67). Faktanya, siswa perempuan memiliki lebih banyak kisah sukses. Hal ini dikarenakan wanita suka membaca (Martono, 2010:62). Kegiatan membaca mutlak diperlukan dalam mempersiapkan skripsi, jika minat membaca maka akan lebih mudah dalam mengerjakannya.

Pengamatan menunjukkan bahwa pria dan wanita memiliki keyakinan yang berbeda tentang menyelesaikan skripsi mereka. Ini karena wanita dapat saling mendukung saat bergaul bersama teman sebayanya. Ketika berbicara tentang cara untuk menyelesaikan skripsi yang digunakan sebagai model bagi wanita. Namun tidak seperti laki-laki, anak laki-laki sering berkumpul untuk

mengobrol dengan teman laki-laki lainnya. Namun dalam praktiknya, mereka jarang berbicara atau menyinggung soal makalah yang sedang mereka kerjakan. Juga dalam hal bergaul, laki-laki jarang mendukung satu sama lain, jadi ada sedikit gaya karena tidak ada penguatan dari orang lain.

Penguatan dari kemampuan orang lain disebut persuasi verbal (Bandura, 1997:50). Pria dan wanita berbeda dalam hal persuasi verbal. Pria jarang mendapatkan penguatan yang mereka mampu. Ini karena persepsi negatif tentang lingkungan pria dan teman sebaya tidak memberikan penguatan. Pengamatan menunjukkan bahwa laki-laki sering bergaul dengan teman laki-laki. Namun tidak pernah atau jarang naskah skripsi yang dibahas. Di sisi lain, wanita juga sering berkumpul dengan teman wanitanya, beberapa di antaranya dapat memberikan penguatan dan bentuk pada teman-temannya.

**Gambar 1. Bagan kerangka konseptual perbedaan kecerdasan emosi dan efikasi diri ditinjau dari jenis kelamin**



## **E. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, landasan teori diatas, maka dapat disusun suatu hipotesis sebagai berikut:

H1 = Terdapat perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa perempuan dan laki-laki yang sedang menyusun skripsi.

H2 = Terdapat perbedaan efikasi diri antara mahasiswa perempuan dan laki-laki yang sedang menyusun skripsi.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah metode ilmiah yang dirancang untuk dapat menemukan hubungan antara dua variabel, menguji teori, dan mencari generalisasi tentang nilai prediktif. Pada metode kuantitatif data penelitiannya bersifat numerik dan analisisnya menggunakan data statistik (Sugiyono, 2017:14).

Metode penelitian ini mengadopsi metode penelitian kuantitatif sebagai studi komparatif. Studi komparatif adalah studi yang membandingkan kesamaan sudut pandang dan perubahan persepsi terhadap kasus, peristiwa atau gagasan oleh individu, kelompok atau wilayah (Arikunto, 2010: 25).

#### **B. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah atribut nilai atau kualitas seseorang, objek, atau aktivitas yang ditentukan dan dicatat oleh peneliti (Sugiyono, 2017:21).

Penelitian ini menguji perbedaan dua variabel, yakni variabel bebas dan terikat. Kedua variabel ini berubah atau berkembang berdasarkan satu dengan yang lain. Variabel bebas adalah variabel yang menentukan arah atau perubahan dari variabel terikat, sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas

- 1) Variabel bebas (X) Jenis kelamin



- a) Jalur laki-laki
- b) Jalur perempuan

2) Variabel terikat (Y1) Kecerdasan emosional

3) Variabel terikat (Y2) Efikasi Diri.

## **C. Definisi Operasional**

### **1. Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk menerima, menilai, mengelola, serta mengontrol emosi dirinya dan orang lain di sekitarnya. Empat aspek kecerdasan emosional diukur oleh Goleman (2016:48) yaitu kesadaran diri, motivasi, pengendalian diri dan empati. Orang dengan tingkat kecerdasan yang lebih tinggi memiliki kemampuan sosial yang lebih baik, mengekspresikan kepercayaan diri, memotivasi diri sendiri dan peduli pada orang lain.

### **2. Efikasi Diri**

Efikasi diri adalah suatu bentuk kepercayaan atau keyakinan terkait kemampuan dirinya sendiri. Efikasi diri diukur dengan skala efikasi diri yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Bandura (1997:42), yaitu level, strength, dan generality. Level (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu, Strength (kekuatan keyakinan), yaitu berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya Generality (generalitas), yaitu hal yang berkaitan cakupan luas bidang tingkah laku di

mana individu merasa yakin terhadap kemampuannya.

### **3. Jenis Kelamin**

Perbedaan jenis kelamin merupakan pengkategorian *sex* secara biologis yang ditujukan untuk membedakan jenis pria dan wanita berdasarkan pada alat reproduksi. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan. Data jenis kelamin ini diungkap melalui pengisian identitas diri yang tertera pada kuesioner penelitian.

#### **D. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner online menggunakan *google form* dengan link sebagai berikut:

[https://docs.google.com/forms/d/1EaVXOE7HXMtEZKTBZVTPcnYXLY\\_8ISqRXtwpwVStMPE/edit?pli=1#responses](https://docs.google.com/forms/d/1EaVXOE7HXMtEZKTBZVTPcnYXLY_8ISqRXtwpwVStMPE/edit?pli=1#responses). Penelitian dilaksanakan pada tanggal 3-15 Februari 2023.

#### **E. Sumber dan Jenis Data**

##### **1. Sumber Data**

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer atau data mentah. Data mentah adalah data yang peneliti peroleh langsung dari subjek atau responden dengan menggunakan alat ukur (Azwar, 2019: 132). Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah Mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan.

## **2. Jenis Data**

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Tipe data kuantitatif merupakan data dalam bentuk numerik (Azwar, 2019:91). Dalam penelitian ini, skor kecerdasan emosional dan skor efikasi diri dari masing-masing jenis kelamin yang digunakan menjadi jenis data.

## **F. Subjek Penelitian**

### **1. Populasi**

Populasi adalah kelompok sasaran yang menjadi perhatian peneliti untuk hasil penelitian. Sebagai bagian dari suatu kelompok, subjek harus memiliki kualitas atau ciri tertentu yang membedakannya dengan kelompok subjek lain (Azwar, 2019:109). Menurut Sugiyono (2006:13) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas, obyek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi diambil dari mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang sedang menyusun skripsi berjumlah 227 mahasiswa.

### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki jumlah dan ciri-ciri, dan sampel merupakan bagian dari populasi yang menjadi representatif dari populasi. Roscoe (2006:295) menyatakan acuan umum untuk menentukan ukuran sampel, yakni jika sampel dipecah dalam sub sampel yang ditinjau dari jenis kelamin maka jumlah sampel minimum 30 untuk

tiap kategori adalah tepat. Oleh karena itu, peneliti menetapkan ukuran sampel yang dikumpulkan untuk penelitian ini sejumlah 80 mahasiswa, yang terdiri dari 40 laki-laki dan 40 perempuan.

### **3. Teknik Sampling**

Pengambilan sampel dalam penelitian ini akan menggunakan teknik *non probability sampling*, yaitu sebuah teknik untuk pengambilan sampel yang tidak dapat memberikan peluang dan juga kesempatan yang serupa bagi setiap anggota populasi untuk dapat dipilih menjadi sampel. Menurut Sugiyono (2017:82), teknik yang akan digunakan untuk mengambil sampel yaitu dengan menggunakan *purposive sampling*.

*Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti ketika mereka memiliki pertimbangan pengambilan sampel tertentu (Arikunto, 2010:97). Mengingat peneliti mengumpulkan data menggunakan *Google Forms* sebagai alat, maka peneliti tidak memiliki kendali atas subjek yang sedang mengisi. Sampel dalam penelitian memiliki ketentuan sebagai berikut:

- 1) Mahasiswa aktif angkatan 2017, 2018, dan 2019 Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
- 2) Mahasiswa yang sudah diterima judul skripsinya oleh Kepala Prodi Psikologi hingga akan menghadapi sidang munaqosyah.

### **G. Metode dan Alat Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian bertujuan untuk mengungkapkan fakta tentang variabel penelitian yang menunjukkan bahwa hal

tersebut dilakukan melalui metode yang tepat dan efisien (Azwar, 2019: 132). Dalam penelitian ini Skala Likert digunakan peneliti sebagai alat pengumpulan data. Skala Likert adalah skala psikologis yang digunakan untuk mengukur persepsi, pendapat, dan sikap individu atau kelompok tentang fenomena sosial. Skala kecerdasan emosional dan skala efikasi diri digunakan sebagai skala. Responden memberikan empat kemungkinan jawaban, yaitu sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S) dan sangat sesuai (SS). Skala tersebut disajikan dalam bentuk item deklaratif yang disukai dan tidak disukai (Azwar, 2021:63). Tabel berikut mencantumkan kategori di mana item dinilai.

**Tabel 2. Kategori Penilaian Aitem**

Jawaban	Aitem	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<b>SS (Sangat Sesuai)</b>	4	<b>1</b>
<b>S (Sesuai)</b>	3	<b>2</b>
<b>TS (Tidak Sesuai)</b>	2	<b>3</b>
<b>STS (Sangat Tidak Sesuai)</b>	<b>1</b>	<b>4</b>

### 1. Skala Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional diukur dengan menggunakan Skala Kecerdasan Emosional yang merupakan modifikasi skala dari Naufal Lathip (2022) berdasarkan teori Goleman (2004:49). Goleman (2004:49) mengungkapkan 5 dimensi dari kecerdasan emosional yaitu:

a) *Self-Awareness* (Kesadaran Diri)

Kemampuan untuk mengidentifikasi dan memahami respons

emosional diri, serta mengenali cara emosi memengaruhi perilaku. Keyakinan memungkinkan seseorang untuk melihat diri sendiri seperti mata orang lain melihat dan memahami sepenuhnya kemampuan dan keterampilan diri dengan baik.

b) *Managing Emotion* (Pengaturan Emosi)

Mampu tetap fokus dan tenang dalam menangani emosi yang meledak, setiap individu penting untuk bertanggung jawab menangani hal tersebut. Hal ini memungkinkan diri untuk menghindari membuat keputusan terburu-buru yang dapat berakhir penyesalan.

c) *Motivating Oneself* (Memotivasi Diri Sendiri)

Emosi memberikan motivasi dan arahan, membantu seseorang mengatasi segala rintangan dan mencapai tujuannya. Seseorang dengan kemampuan ini menggunakan emosi untuk menuju apa yang diharapkan.

d) *Empathy* (Mengelola Hubungan Dengan Orang Lain)

Kemampuan untuk merasakan, memahami, dan menanggapi perasaan orang lain. Empati terhadap orang lain berasal dari emosi diri dan hati nurani. Jika seseorang tidak menyadari emosinya sendiri, sulit untuk memahami emosi orang lain.

e) *Handling Relationships* (Mengelola Hubungan Dengan Orang Lain)

Membina hubungan merupakan seni dalam membina hubungan. sebagian besar merupakan keterampilan mengelola orang

lain. Ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi

**Tabel 3. Blue print skala kecerdasan emosional**

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Kesadaran Diri	Mampu memahami emosi diri.	1, 2	3, 4	4
		Mampu memahami penyebab timbulnya emosi.	5, 6	7, 8	4
2.	Mengelola Emosi Diri	Mampu mengendalikan emosi diri.	9, 10	11, 12	4
		Mampu mengekspresikan emosi dengan tepat.	13, 14	15, 16	4
3.	Memotivasi Diri Sendiri	Memiliki sifat optimis dalam diri.	17, 18	19, 20	4
		Mampu bertahan menghadapi tantangan.	21, 22	23, 24	4
4.	Mengenali emosi orang lain	Peka terhadap perasaan orang lain.	25, 26	27, 28	4
		Mendengarkan dan memahami masalah orang lain	29, 30	31, 32	4
5.	Mengelola hubungan dengan orang lain	Mampu berkomunikasi dengan baik	33, 34	35, 36	4

Mampu bekerjasama dengan orang lain	37, 38	39, 40	4
<b>Jumlah</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

## 2. Skala Efikasi Diri

Skala Efikasi Diri yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang dibuat oleh Intan Dyah Perwitasari (2013) menggunakan teori dari Bandura (1997:53). Pada skala ini, efikasi diri diukur dengan beberapa cara, yaitu:

a) *Level* (tingkatan)

Dimensi level berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang diyakini individu dapat mereka selesaikan.

b) *Strength* (kekuatan keyakinan)

Dimensi ini berkaitan dengan kekuatan efikasi diri dalam menghadapi tuntutan tugas atau masalah dan menentukan ketahanan dan ketekunan seseorang.

c) *Generality* (generalitas)

Dimensi ini mengacu pada berbagai situasi di mana penilaian efikasi diri dapat diterapkan.

**Tabel 4. Blue print skala efikasi diri**

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Level</i> (tingkatan)	Merasa mampu menjalani kesulitan dalam menyelesaikan skripsi	1,7, 13, 19, 25, 31, 37	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38	14



2.	<i>Strength</i> (kekuatan keyakinan )	Merasa memiliki dorongan atas kemampuan untuk tetap bertahan dalam menjalani proses penyelesaian skripsi	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40	14
3.	<i>Generality</i> (generalitas)	Merasa mampu keluar dari permasalahan yang menjerat	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42	14
<b>Jumlah</b>			<b>21</b>	<b>21</b>	<b>42</b>

## H. Validitas dan Realibilitas

### 1. Validitas

Validitas adalah ketepatan suatu skala atau tes ketika melakukan suatu fungsi pengukuran (Azwar, 2019:8). Jika suatu alat ukur memberikan hasil pengukuran yang benar dan tepat, maka dapat dikatakan bernilai validitas yang tinggi. Upaya peningkatan validitas penelitian ini dilakukan melalui peer review, dengan melakukan evaluasi (expert judgement), dalam hal ini dosen pembimbing skripsi, untuk memberikan masukan dan saran terhadap aitem-aitem yang telah disusun.

Penghitungan validitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS metode *Corrected Item total correlation*, yakni merupakan uji validitas dengan mengkorelasikan skor aitem dengan skor totalnya dan melakukan koreksi terhadap nilai koefisien korelasi (Priyatno, 2014:55). Menurut Sugiyono (2015:126) standar pengukuran yang digunakan untuk mengukur suatu butir instrument nilai koefisien  $\geq 0,3$ . Apabila hasil koefisien yang di hasilkan lebih dari atau sama dengan 0,30 maka dapat dinyatakan valid dan apabila butir instrumen memiliki koefisien kurang dari

0,30 dinyatakan tidak valid.

a. Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional

Hasil uji coba skala dilakukan dengan menyebarkan skala Kecerdasan Emosional yang tersusun dari 40 aitem pernyataan dan dikerjakan oleh responden sebanyak 30 mahasiswa. Berdasarkan tabel hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 35 aitem yang valid dan 5 aitem yang tidak valid. 5 aitem yang tidak valid dikarenakan mempunyai koefisien kurang dari 0,30 oleh sebab itu 5 aitem tersebut dinyatakan gugur. Aitem yang gugur lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 5. Hasil uji validitas skala kecerdasan emosional**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Kesadaran Diri	Mampu memahami emosi diri.	1, 2	3*, 4	4
		Mampu memahami penyebab timbulnya emosi.	5, 6	7, 8	4
2.	Mengelola Emosi Diri	Mampu mengelola emosi diri sendiri.	9, 10	11, 12	4
		Mampu mengekspresikan emosi dengan tepat.	13, 14*	15, 16	4
3.	Memotivasi Diri Sendiri	Memiliki sifat optimis dalam diri.	17, 18*	19, 20	4

		Mampu bertahan menghadapi tantangan.	21*, 22	23, 24	4
4.	Mengenali emosi orang lain	Peka terhadap perasaan orang lain.	25, 26	27, 28	4
		Mendengarkan dan memahami masalah orang lain	29, 30	31, 32	4
5.	Mengelola hubungan dengan orang lain	Mampu berkomunikasi dengan baik	33, 34	35*, 36	4
		Mampu bekerjasama dengan orang lain	37, 38	39, 40	4
Jumlah			<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

Keterangan:

Tanda \* = Aitem gugur

#### b. Uji Validitas Skala Efikasi Diri

Hasil uji coba skala dilakukan dengan menyebar skala efikasi diri yang tersusun dari 42 aitem pernyataan dan di kerjakan oleh responden sebanyak 30 mahasiswa. Berdasarkan tabel hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 28 aitem yang valid dan 14 aitem yang tidak valid. 14 aitem yang tidak valid dikarenakan mempunyai koefisien kurang dari 0,30 oleh sebab itu 14 aitem tersebut dinyatakan gugur. Aitem yang gugur lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 6. Hasil uji validitas skala efikasi diri**

No.	Aspek	Indikator	Aitem	Jumlah
-----	-------	-----------	-------	--------

			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Level</i> (tingkatan)	Merasa mampu menjalani kesulitan dalam menyelesaikan skripsi	1,7*, 13*, 19, 25*, 31*, 37*	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38	14
2.	<i>Strength</i> (kekuatan keyakinan)	Merasa memiliki dorongan atas kemampuan untuk tetap bertahan dalam menjalani proses penyelesaian skripsi	3, 9*, 15, 21*, 27*, 33*, 39	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40	14
3.	<i>Generality</i> (generalitas)	Merasa mampu keluar dari permasalahan yang menjerat	5*, 11*, 17, 23*, 29*, 35*, 41	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42	14
Jumlah			<b>21</b>	<b>21</b>	<b>42</b>

Keterangan:

Tanda \* = Aitem gugur

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan gambaran alat ukur yang dapat dipercaya dan digunakan dalam pengukuran. Alat ukur yang sering digunakan dan menunjukkan hasil yang sama atau konsisten dapat diandalkan. Uji reliabilitas akan menggunakan rumus *alpha cronbach* untuk memperoleh data evaluasi melalui metode uji satu kali pada lembar jawaban tiap kelompok, sehingga metode ini memiliki nilai praktis dan efisiensi tinggi (Azwar, 2019: 59). Suatu variabel dikatakan baik atau reliabel jika nilai *cronbach alpha* > 0,6 (Nugroho, 2005:72).

### a. Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

Hasil uji reliabilitas skala kecerdasan emosional berdasarkan hasil perhitungan sebanyak dua kali putaran pada aitem-aitem yang

survive memperoleh hasil Cronbach's Alpha dengan nilai 0,930 dan N of Items 35. Oleh sebab itu berdasarkan dari hasil yang di dapat skala kecerdasan emosional dinyatakan reliabel karena nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60.

**Tabel 7. Hasil reliabilitas skala kecerdasan emosional**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.930	35

b. Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri

Hasil uji reliabilitas skala efikasi diri berdasarkan hasil perhitungan sebanyak dua kali putaran pada aitem-aitem yang survive memperoleh hasil Cronbach's Alpha dengan nilai 0,935 dan N of Items 28. Oleh sebab itu berdasarkan dari hasil yang didapat skala efikasi diri dinyatakan reliabel karena nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60.

**Tabel 8. Hasil reliabilitas skala efikasi diri**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.935	28

**I. Teknik Analisis Data**

**1. Uji Deskriptif**

Uji deskriptif adalah uji statistik yang digunakan untuk mendeskripsikan data yang diperoleh dari peneliti di lapangan, tetapi bukan

untuk menarik kesimpulan secara umum (Sugiyono, 2015:53). Data yang diperoleh dari lapangan dideskripsikan untuk analisis data selanjutnya. Data dapat berupa mean, standar deviasi, minimum, maksimum, frekuensi, dll.

## **2. Uji Asumsi**

### a) Uji Normalitas

Uji normalitas sangat membantu dalam menentukan apakah data penelitian terdistribusi normal atau tidak normal. Data yang terdistribusi normal memiliki bentuk rata-rata yang ditunjukkan dengan histogram berbentuk lonceng. Ketika data tidak terdistribusi normal, dapat dilihat pada histogram sebagai kurva tertekuk atau bergelombang (Agung, 2016: 23). Priyatno (2009:28) menyatakan bahwa tes Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menentukan apakah suatu hasil tertentu normal atau tidak. Tingkat signifikansi untuk tes ini adalah 0,05, yang berarti hasil dengan nilai  $p$  lebih tinggi dari 0,05 adalah normal, dan hasil dengan nilai  $p$  lebih rendah dari 0,05 adalah tidak normal.

### b) Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah varians dari skor variabel homogen secara signifikan. Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan uji homogenitas varians. Suatu skor varians variabel dikatakan homogen jika nilai signifikansi dari *p-coefficient* lebih besar dari 0,05.

### **3. Uji Hipotesis Penelitian**

Pengujian dilakukan dengan menguji hipotesis penelitian menggunakan independent sample t-test. Hasil uji hipotesis ini dapat dilihat dari nilai signifikansi (p), jika  $p > 0.05$  lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ditolak. Hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan kecerdasan emosional dan efikasi diri antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang menulis skripsi. Gunakan teknik analisis data untuk pengujian, yaitu teknik perbandingan. Teknik perbandingan yang digunakan adalah uji-t yang dianalisis dengan bantuan aplikasi komputer SPSS versi 16.0 for windows.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Subjek

Sebaran subjek penelitian berdasarkan angkatan dapat dilihat melalui tabel berikut:

###### a. Berdasarkan Usia

Berdasarkan usia, berikut persentase dari hasil pengisian dari penelitian yang telah dilakukan:

**Tabel 9. Deskripsi usia subjek**

Usia	Jumlah	Persentase
25 Tahun	5	6,25%
24 Tahun	9	11,25%
23 Tahun	20	25%
22 Tahun	34	42,5%
21 Tahun	12	15 %

Diketahui ada total 80 subjek penelitian dalam kategori usia dewasa awal (19-25 tahun) sebanyak 6,25% pada usia 25 tahun, 11,25% diusia 24 tahun, 25% di usia 20 tahun, 42,5% di usia 22 tahun, dan 15% di usia 21 tahun.

###### b. Berdasarkan Tahun Angkatan

Berdasarkan tahun angkatan, berikut persentase dari pengisian subjek penelitian:



**Tabel 10. Deskripsi angkatan subjek**

Angkatan	Jumlah	Persentase
2017	16	20%
2018	23	28,75%
2019	41	51,25%

Berdasarkan tabel diatas subjek penelitian angkatan 2017 berjumlah 16 mahasiswa dengan persentase sebesar 20%. Sementara subjek penelitian angkatan 2018 berjumlah 23 mahasiswa dengan persentase 28,75%. Subjek penelitian angkatan 2019 berjumlah 41 mahasiswa dengan persentase sebesar 51,25%.

## **2. Kategorisasi Variabel Penelitian**

Deskriptif data dalam penelitian untuk memberikan informasi mengenai data-data yang telah diperoleh peneliti dari subjek pada masing-masing variabel. Dalam data deskriptif setiap variabel akan berisi informasi mengenai jumlah subjek penelitian, skor terbesar, skor terkecil, skor rata-rata dan standar deviasi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 11. Deskripsi data penelitian laki-laki**

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan Emosi	40	83	112	94.18	5.953
Efikasi Diri	40	47	95	70.50	9.361
Valid N (listwise)	40				

Berdasarkan data penelitian laki-laki menunjukkan bahwa jumlah subjek penelitian sebanyak 40 mahasiswa, didapatkan hasil bahwa skala Kecerdasan Emosi memiliki mean sebesar 94,18 dengan standar deviasi

5,953, serta nilai minimal sebesar 83 dan nilai maksimal sebesar 112. Skala efikasi diri memiliki mean sebesar 70,50 dengan standar deviasi 9,361, serta nilai minimal sebesar 47 dan nilai maksimal sebesar 95.

**Tabel 12. Deskripsi data penelitian perempuan**

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan Emosi	40	84	112	95.15	7.104
Efikasi Diri	40	46	98	73.18	10.849
Valid N ( <i>listwise</i> )	40				

Berdasarkan data penelitian perempuan menunjukkan bahwa jumlah subjek penelitian sebanyak 40 mahasiswi, didapatkan hasil bahwa skala Kecerdasan Emosi memiliki mean sebesar 95,15 dengan standar deviasi 7,104, serta nilai minimal sebesar 84 dan nilai maksimal sebesar 112. Skala Efikasi Diri memiliki mean sebesar 73,18 dengan standar deviasi 10,849, serta nilai minimal sebesar 46 dan nilai maksimal sebesar 98.

Dalam penelitian ini setiap variabel akan dikategorikan kedalam 3 (tiga) kategori yaitu kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah. Berikut formula yang digunakan dalam pengkategorian skor penelitian.

**Tabel 13. Rumus kategorisasi**

<b>Formula Kategori</b>	<b>Kategorisasi Skor</b>
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	Sedang
$(\text{Mean} + 1\text{SD}) \leq X$	Tinggi

**a) Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi Laki-Laki**

**Tabel 14. Hasil kategorisasi skor Kecerdasan Emosi Laki-Laki**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategorisasi Skor</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
$X < 89$	Rendah	14	35%
$89 \leq X < 99$	Sedang	17	42,5%
$99 \leq X$	Tinggi	9	22,5%
Jumlah		40	100%

Dari hasil kategorisasi skor variabel Kecerdasan Emosi Laki-laki tersebut dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 14 mahasiswa (35%) tergolong memiliki Kecerdasan Emosi yang rendah, 17 Mahasiswa (42,5%) tergolong memiliki Kecerdasan Emosi yang sedang dan sebanyak 9 mahasiswa (22,5%) tergolong memiliki Kecerdasan Emosi yang tinggi.

**b) Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi Perempuan**

**Tabel 15. Hasil kategorisasi skor Kecerdasan Emosi Perempuan**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategorisasi Skor</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
$X < 88$	Rendah	8	20%
$88 \leq X < 102$	Sedang	18	45%
$102 \leq X$	Tinggi	14	35%
Jumlah		40	100%

Dari hasil kategorisasi skor variabel Kecerdasan Emosi Perempuan tersebut dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 8 mahasiswi (20%) tergolong memiliki Kecerdasan Emosi yang rendah, 18 mahasiswi (45%) tergolong memiliki Kecerdasan Emosi yang

sedang dan sebanyak 14 mahasiswi (35%) tergolong memiliki Kecerdasan Emosi yang tinggi.

**c) Kategorisasi Variabel Efikasi Diri Laki-Laki**

**Tabel 16. Hasil kategorisasi skor Efikasi Diri Laki-laki**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategorisasi Skor</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
$X < 61$	Rendah	13	32,5%
$61 \leq X < 79$	Sedang	18	45%
$79 \leq X$	Tinggi	9	22,5%
Jumlah		40	100%

Dari hasil kategorisasi skor variabel Efikasi Diri Laki-laki tersebut dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 13 mahasiswa (32,5%) tergolong memiliki Efikasi Diri yang rendah, 18 mahasiswa (45%) tergolong memiliki Efikasi Diri yang sedang dan sebanyak 9 karyawan (22,5%) tergolong memiliki Efikasi Diri yang tinggi.

**d) Kategorisasi Variabel Efikasi Diri Perempuan**

**Tabel 17. Hasil kategorisasi skor Efikasi Diri Perempuan**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategorisasi Skor</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Presentase</b>
$X < 63$	Rendah	12	30%
$63 \leq X < 83$	Sedang	16	40%
$83 \leq X$	Tinggi	12	30%
Jumlah		40	100%

Dari hasil kategorisasi skor variabel Efikasi Diri Perempuan tersebut dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 12 mahasiswi (30%) tergolong memiliki Efikasi Diri yang rendah, 16 mahasiswi

(40%) tergolong memiliki Efikasi Diri yang sedang dan sebanyak 12 mahasiswi (30%) tergolong memiliki Efikasi Diri yang tinggi.

### 3. Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan prasyarat yang dilakukan peneliti sebelum melakukan pengujian hipotesis. Dalam penelitian ini uji asumsi yang dilakukan yakni uji normalitas dan uji homogenitas.

#### a) Uji Normalitas

Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan dengan bantuan SPSS menggunakan uji statistik Kolmogorov-Smirnof untuk mengetahui apakah sebaran data variabel berdistribusi normal atau tidak. Apabila pada Asymp. Sig. (2 tailed) menunjukkan nilai signifikansi (sig) > 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi dengan normal, namun jika sebaliknya ketika nilai (sig) < 0,05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi dengan normal (Prayitno, 2013: 38). Adapun hasil dari uji normalitas pada data laki-laki dan perempuan dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 18. Hasil Uji Normalitas**

<b>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</b>			
		Kecerdasan Emosi	Efikasi Diri
N		80	80
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	83.83	84.19
	Std. Deviation	13.727	14.068
	Most Extreme Differences		
	Absolute	.088	.167
	Positive	.081	.071
	Negative	-.088	-.167

Test Statistic	.088	.167
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 <sup>c</sup>	.200 <sup>c</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan dari data tabel diatas Asymp. Sig. (2 tailed) seluruh variabel menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar 0,200. Dari nilai signifikansi tersebut yaitu 0,200 yakni lebih besar dari 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi dengan normal.

b) Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah data saling homogen atau tidak. Dalam uji beda homogenitas dapat dilihat dari nilai levene's test for equality variance. Berikut hasil uji homogenitas disajikan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 18. Hasil Uji Homogenitas Antara Jenis Kelamin Laki-Laki Dengan Perempuan**

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Kecerdasan Emosi	Based on Mean	.351	1	78	.555
	Based on Median	.347	1	78	.558
	Based on Median and with adjusted df	.347	1	71.234	.558
	Based on trimmed mean	.414	1	78	.522
Efikasi Diri	Based on Mean	.413	1	78	.532
	Based on Median	.418	1	78	.529
	Based on Median and with adjusted df	.418	1	60.242	.529

	Based on trimmed mean	.431	1	78	.507
--	-----------------------	------	---	----	------

Pada tabel diatas, nilai variabel kecerdasan emosi pada uji levene's sebesar 0,351 dengan nilai signifikansi sebesar 0,555. Nilai variabel efikasi diri pada uji levene's sebesar 0,413 dengan nilai signifikansi sebesar 0,532. Karena seluruh nilai signifikansi lebih besar dari tingkat kesalahan 5% maka data tersebut bersifat homogen.

#### 4. Hasil Uji Hipotesis

**Tabel 19. Hasil dari Independent Samples T Test**

Variabel	T	dF	Sig	Mean Differece	95% confidence	
					Lower	Upper
Kecerdasan Emosi	13.154	75.154	0.000	22.650	19.220	26.080
Efikasi Diri	10.474	56.530	0.000	21.375	17.288	25.462

Hasil dari independent sample t tes yang di sajikan pada tabel di atas terlihat bahwa nilai T hitung pada variabel kecerdasan emosi sebesar 13.154 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Perbedaan rata-rata sebesar 22.650 dengan batas bawah 19.220 dan batas atas sebesar 26.080. Hipotesis pertama diterima karena signifikansi kurang dari taraf kesalahan 5% sehingga ada perbedaan kecerdasan emosi terhadap mahasiswa laki-laki dengan perempuan dalam penyusunan skripsi.

Hasil dari independent sample t tes yang di sajikan pada tabel di atas terlihat bahwa nilai T hitung pada variabel kecerdasan emosi sebesar 10.474 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Perbedaan rata-rata sebesar 21.375 dengan batas bawah 17.288 dan batas atas sebesar 25.462. Hipotesis

kedua diterima karena signifikansi kurang dari taraf kesalahan 5% sehingga ada perbedaan efikasi diri terhadap mahasiswa laki-laki dengan perempuan dalam penyusunan skripsi.

Oleh karena nilai signifikansi dalam penelitian ini (0,000) yang kurang dari taraf kesalahan 5% maka didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kecerdasan emosi dan efikasi diri antara mahasiswa laki-laki dengan perempuan dalam menyusun skripsi.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecerdasan emosi dan efikasi diri pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dalam penelitian ini terdapat dua hipotesis yaitu hipotesis pertama terdapat perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa perempuan dan laki-laki yang sedang menyusun skripsi, Hipotesis kedua terdapat perbedaan efikasi diri antara mahasiswa perempuan dan laki-laki yang sedang menyusun skripsi.

Hasil dari statistik deskripsi diketahui rata-rata nilai kecerdasan emosi pada mahasiswa laki-laki sebesar 94,18 sedangkan rata-rata nilai kecerdasan emosi pada mahasiswa perempuan sebesar 95,15. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki kecerdasan emosi yang lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki.

Pada hasil statistik deskripsi efikasi diri diketahui nilai rata-rata efikasi diri pada mahasiswa laki-laki sebesar 70,50 sedangkan rata-rata nilai efikasi diri pada mahasiswa perempuan sebesar 73,18. Hasil penelitian



menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki efikasi diri yang lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki.

Hipotesis pertama, berdasarkan hasil dari independent sample t tes diperoleh nilai T hitung pada variabel kecerdasan emosi sebesar 13.154 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Kemudian hal tersebut menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan. Dari hasil tersebut menjelaskan hipotesis pertama dapat diterima, bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi.

Kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor internal yang berasal dari dalam diri individu yang memiliki pengaruh dalam menyelesaikan skripsi. Setiap mahasiswa yang memiliki kemampuan kecerdasan emosi yang baik akan dapat mengelola perubahan dengan baik, berkomunikasi dengan orang lain secara efektif, mengendalikan emosinya, mampu membangun hubungan walaupun dalam situasi yang buruk, dan mampu memecahkan permasalahan mereka juga memiliki empati, dan tetap optimis pada saat menghadapi kesulitan dalam hidupnya (Aldily, 2019:217). Kecerdasan emosi membantu mahasiswa dalam meningkatkan daya tahannya terhadap masalah sehingga meminimalisir terjadinya konflik antara kehidupan pribadi dengan menyusun skripsi. Rendahnya konflik yang dialami oleh mahasiswa dapat mempermudah pengerjaan skripsi oleh mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi juga dapat menanggulangi emosi mereka sendiri dengan baik, dan

memperhatikan kondisi emosinya, serta merespon dengan benar emosinya untuk orang lain sehingga kian mempermudah pada saat pengerjaan skripsi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahrizal Ramadhan (2021) yang memiliki subjek penelitian yakni merupakan mahasiswa Gayo Lues. Hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosional laki-laki dan perempuan pada mahasiswa Gayo Lues di Banda Aceh yang mana laki-laki lebih tinggi kecerdasan emosional nya dari pada perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa jenis kelamin yang menjadi faktor untuk membedakan tingkat kecerdasan emosi antara mahasiswa Gayo Lues di Banda Aceh.

Beberapa penelitian menemukan bahwa perempuan lebih menyadari emosi mereka, menunjukkan empati dan lebih baik dalam hubungan interpersonal dibandingkan dengan laki-laki. Goleman juga (1995:64) mengatakan wanita lebih beruntung pada lingkungan sosial yang lebih menekankan kepada emosi daripada pria. Contohnya, orang tua lebih menggunakan kata-kata yang mengandung emosi ketika bercerita tentang anak perempuan mereka daripada anak laki-laki, dan ibu juga lebih banyak memperlihatkan emosi yang bervariasi ketika berinteraksi dengan anak perempuan, sehingga anak perempuan menerima lebih banyak pelatihan pada emosi.

Perempuan yang kerap kali dinilai memiliki kecerdasan emosi yang

lebih tinggi daripada laki-laki didasarkan pada tugas dan peran sosial yang membutuhkan kemampuan ini (Fischer, 2018:76). Peran gender secara sosial merupakan peran sentral yang terstruktur dan ada di setiap proses sosial dalam kehidupan sehari-hari terkonstruksi secara sosial (Curran, 2015:43). Norma sosial tradisional mengenai peran sosial laki-laki dan wanita membuat aturan tidak tertulis mengenai perilaku yang dianggap pantas pada masing-masing gender serta peran yang diharapkan keduanya (Underwood, 2016:154). Perbedaan biologis tersebut menciptakan stereotip gender disertai dengan ekspektasi peran sosial laki-laki dan perempuan (Berry, 1999:126). Sifat feminisme atau keibuan yang lekat dengan sikap lembut, dan emosional ada dikarenakan perempuan erat kaitannya dengan peran sebagai Ibu. Stigma mengenai peran-peran sosial tradisional berdasarkan gender ini dibuktikan oleh penelitian Davis dan Greenstein (2009:98) yang menemukan ekspektasi mengenai peran sosial bahwa semua wanita merawat dan mengasahi dan tidak pada pria.

Hipotesis kedua, berdasarkan hasil dari independent sample t tes diperoleh nilai T hitung pada variabel efikasi diri sebesar 10.474 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Kemudian hal tersebut menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan. Dari hasil tersebut menjelaskan hipotesis kedua dapat diterima, bahwa terdapat perbedaan efikasi diri antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang menyusun skripsi.

Bandura (1997:47) menggambarkan efikasi diri sebagai keyakinan bahwa setiap individu akan mengambil tindakan untuk menghadapi suatu

situasi untuk mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri adalah bagian dari diri yang dapat mempengaruhi jenis kegiatan yang dipilih seseorang, usaha yang dilakukan seseorang, dan kesabarannya dalam menghadapi sebuah masalah. Memiliki efikasi diri yang tinggi membuat mahasiswa termotivasi untuk bertindak dan bekerja keras untuk menulis skripsi, sebaliknya semakin rendah efikasi diri, mahasiswa yang kurang termotivasi untuk menulis skripsi, dan mereka tidak berusaha mengambil tindakan saat menulis skripsi. Efikasi diri berkaitan dengan kemampuan yang dirasakan tiap individu untuk memperoleh hasil dan menggapai tujuan yang telah ditentukan. Kompetensi mahasiswa berkaitan dengan kemampuan dalam memaksimalkan kinerjanya. Seperti yang diketahui dengan baik bahwa keberhasilan akademis seseorang dipengaruhi oleh kemampuan kognitifnya. Mahasiswa dengan potensi efikasi diri tinggi lebih berhasil daripada mahasiswa dengan kemampuan rendah.

Adanya hasil tersebut diperkuat dengan penelitian sebelumnya dari Intan Dyah Perwitasari (2013) yang memiliki subjek penelitian merupakan mahasiswa dengan kategori 40 laki-laki dan 40 perempuan. Hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara efikasi diri laki-laki dan perempuan pada mahasiswa yang mana perempuan lebih tinggi efikasi diri nya dari pada laki-laki. Pada penelitian tersebut menunjukkan adanya perbedaan efikasi diri antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang terletak pada aspek-aspek efikasi diri.

Bandura (1997:75) menyatakan bahwa wanita lebih tinggi efikasi

dirinya dalam mengelola perannya. Wanita akan memiliki efikasi diri lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Penelitian Webb dan Williams (2007:124) menemukan bahwa efikasi diri pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan efikasi diri pada laki-laki. Pengalaman yang telah dilalui menjadi sumber efikasi pada aspek *level*. Pengalaman yang telah dilalui (*enactive mastery experience*) merupakan informasi yang paling berpengaruh karena menyediakan bukti yang paling otentik berkenaan dengan kemampuan diri seseorang dalam melakukan sesuatu. Hasil yang dicapai oleh individu melalui pengalaman sebelumnya adalah sumber informasi yang penting karena langsung berhubungan dengan pengalaman pribadi seseorang. Pengalaman keberhasilan atau kesuksesan dalam mengerjakan sesuatu akan meningkatkan efikasi diri seseorang, sedangkan kegagalan juga akan mengurangnya (Bandura, 1997:66). Pengalaman yang telah dilalui antara laki-laki dengan perempuan berbeda. Perempuan lebih memiliki pengalaman akan keberhasilannya dibanding laki-laki.

Minat perempuan dalam aktivitas membaca lebih tinggi dibanding laki-laki (Martono, 2010:97). Aktivitas membaca sering dilakukan oleh perempuan sehingga pengalaman akan keberhasilannya juga besar. Hal tersebut membuat perempuan memiliki efikasi diri yang tinggi pada aspek *strength*.

Di dalam aspek *generality* dikatakan bahwa semakin banyak keyakinan yang diterapkan pada berbagai kondisi, maka semakin tinggi efikasi diri seseorang. Hal ini didukung dengan kemampuan perempuan

dalam memelihara hubungan percakapan dan ketrampilan yang meliputi membaca dan mengembangkan ketrampilan berbahasa (Martono, 2010:103). Hal tersebut sangat dibutuhkan dalam penyusunan skripsi. Kemampuan yang dimiliki oleh perempuan tersebut akan meningkatkan efikasi diri pada aspek *generality*.

Dari pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa laki-laki dengan perempuan memiliki perbedaan kecerdasan emosi dan efikasi diri ketika menyusun skripsi. Hal tersebut dibuktikan dengan uji-t tiap aspek yang menunjukkan hasil bahwa kecerdasan emosi dan efikasi diri yang berbeda.

Beberapa hal yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah pengelolaan emosi diri. Perempuan lebih unggul dalam hal mengelola emosinya dari pada laki-laki. Hal tersebut diperkuat dengan memiliki kemampuan untuk memproses emosinya, sehingga lebih mudah dalam mengelola emosi atau rasa kecemasan. Metode yang efektif untuk mengatasi kecemasan membutuhkan pemahaman tentang emosi dan keadaan di sekitar diri. Pemahaman ini membutuhkan kesadaran diri, yang sulit dicapai tanpa bantuan teknik relaksasi diri (Goleman, 2016: 19). Mahasiswa juga memerlukan motivasi diri yang tinggi disaat menyusun skripsinya. Semakin tinggi motivasi seseorang, maka akan semakin cepat tujuan yang ditetapkan tercapai.

Sumber terpenting yang muncul dan mempengaruhi efikasi diri adalah pengalaman yang telah dilalui. Pengalaman yang telah dilalui tersebut terkait dengan pengalaman keberhasilan. Pengalaman keberhasilan

perempuan lebih baik dibanding laki-laki. Hal ini didukung dengan kemampuan dalam memelihara hubungan percakapan, ketrampilan verbal, suka membaca, dan mengembangkan ketrampilan berbahasa (Giddens dalam Martono, 2010:62). Hal itu sangat diperlukan ketika menyusun skripsi. Oleh karena itu, adanya pengalaman dan kemampuan yang mendukung akan meningkatkan efikasi diri. Selain itu, juga di dukung dengan informasi tentang kemampuan seseorang, dimana masyarakat memandang bahwa perempuan dapat setara dengan laki-laki. Kesetaraan antara laki-laki dengan perempuan menjadi nilai positif bagi perempuan. Anggapan yang positif tersebut meningkatkan keyakinan diri perempuan dalam menyusun skripsi karena mereka yakin dengan kemampuannya.

Secara keseluruhan, penelitian ini tidak lepas dari kelemahan. Beberapa kelemahan pada penelitian ini diantaranya adalah dalam memperoleh data dengan menggunakan penyebaran kuesioner melalui kuesioner online, yang harus dikerjakan melalui smartphone oleh responden. Banyak kendala teknis yang dialami responden dalam mengisi seperti sinyal internet yang tidak stabil menyebabkan eror ketika pengisian dan sulitnya memperoleh data dari responden dengan cepat. Kemudian karena pengambilan datanya melalui online, hal itu dapat mempengaruhi beberapa hal yang tidak dapat dikontrol oleh peneliti seperti keseriusan responden ketika menjawab atau mengisi skala. Meskipun terdapat keterbatasan pada penelitian ini akan tetapi dapat dijadikan inspirasi bagi mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN

Walisongo Semarang untuk lebih memperhatikan kecerdasan emosi dan efikasi diri nya guna meminimalisir prokratinasi pengerjaan skripsi.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Terdapat perbedaan kecerdasan emosi mahasiswa dalam penyusunan skripsi berdasarkan jenis kelamin. Hal ini ditunjukkan dengan nilai T pada independent sampel t test sebesar 13,154 dengan signifikansi sebesar 0,000 yang kurang dari taraf kesalahan 0,05. Rata-rata skala kecerdasan emosi perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Hal ini ditunjukkan dari statistik deskripsi nilai rata-rata skala kecerdasan emosi mahasiswa laki-laki sebesar 94,18 dan mahasiswa perempuan sebesar 95,15.
2. Terdapat perbedaan efikasi diri mahasiswa dalam penyusunan skripsi berdasarkan jenis kelamin. Hal ini ditunjukkan dengan nilai T pada independent sampel t test sebesar 10,474 dengan signifikansi sebesar 0,000 yang kurang dari taraf kesalahan 0,05. Rata-rata skala efikasi diri perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Hal ini ditunjukkan dari statistik deskripsi nilai rata-rata skala efikasi diri mahasiswa laki-laki sebesar 70,50 dan mahasiswa perempuan sebesar 73,18.

#### **B. Saran**

1. Bagi Mahasiswa dan Pihak Universitas

Agar dalam penyusunan skripsi baik mahasiswa laki-laki atau perempuan mempunyai kecerdasan emosi dan efikasi diri yang tinggi maka perlu diadakan kegiatan pengarahan dan pendampingan bagi

mahasiswa yang dirasa mengalami kegagalan dalam perkuliahan sehingga tidak mengalami kegagalan lagi dalam penyelesaian skripsi.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan ada penelitian selanjutnya yang terkait dengan kecerdasan emosi dan efikasi diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ditinjau dari jenis kelamin. Mengingat seluruh aspek terdapat perbedaan sehingga dapat lebih dikembangkan lagi dengan mencari korelasi yang terkait dengan hal tersebut.

Penelitian selanjutnya dapat juga dengan melibatkan variabel lain yang ada hubungannya dengan kecerdasan emosi dan efikasi diri seorang mahasiswa dalam menyusun skripsi. Selain itu, penelitian ini masih memiliki kontrol yang kurang seperti pengisian kuesioner secara online hal tersebut dapat lebih diperhatikan peneliti lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhelia, M (2021). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan efikasi diri akademik pada mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan skripsi. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru
- Agung, I. M. (2016). *Aplikasi SPSS untuk penelitian psikologi*. Al-Mujtahadah.
- Aini, F. Q., & Azhar, S. R. (2012). Kecerdasan emosi dan agresivitas pada remaja akhir. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Akbar, A. (2013). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan pada mahasiswa Stikes Nani Hasanuddin Makassar yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*. (2) 1.
- Aldily, R. (2019). *SEQ sosial & emosi: Memaksimalkan kesadaran sosial & emosi*. Psikologi Corner.
- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. UMM Press.
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan dukungan sosial pada orang tua tunggal. *E-Journal Ilmiah Psikologi*. (3) 1. 268-279.
- Arikunto, S. (2002). *Manajemen penelitian*. Penerbit Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta
- Atkinson, J. W. (1995). *Pengantar psikologi (terjemah Nurdjanah dan Rukmini)*. Erlangga. 78.
- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Jurnal Pendidikan Sosial*. (2) 1. 26-46
- Azwar, S. (1996). Efikasi diri dan prestasi belajar statistik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. 1 33-40.
- Azwar, S. (2007). *Penyusunan skala psikologi (1)*. Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2019). *Metode penelitian psikologi (2)*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas (4)*. Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy : The exercise of control*. N.H. Freeman Company
- Baron, R. A. & Donn, R. A. B. (2004). *Psikologi Sosial. 1*. Erlangga.

- Ekawati & Wulandari, (2011). Perbedaan jenis kelamin terhadap kemampuan siswa dalam mata pelajaran matematika (studi kasus sekolah dasar). *Jurnal Socioscientia*. (3) 1.
- Endrianti, (2017). Hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan self regulated learning pada siswa kelas viii di smp negeri se-kecamatan majenang tahun ajaran 2016/2017. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang
- Faiz, H. & Endang, S. (2017). Hubungan antara kecerdasan emosi dan efikasi diri akademik pada siswa kelas xi smk bina wisata lembang. *Jurnal Empati*. (6) 1. 152-157
- Fakih, M. (2012). *Analisis gender dan transformasi sosial*. Pustaka Pelajar
- Friedman, H. S. & Schustack, M. W. (2008). *Kepribadian (teori klasik dan riset modern)*. Erlangga.
- Ginanjari, A. (2005). *ESQ: Emosional spiritual quotien*. ARGA.
- Goleman, D. (2004). *Kecerdasan emosional*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2016). *Kecerdasan emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hasanuddin, H. (2018). Perbedaan kecerdasan emosi guru ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal Diversita*. (4) 1. 26-31.
- Kartini, A. (2019). Redefenisi gender dan seks. *Jurnal Kajian Perempuan & Keislaman*. (12) 2. 217-239.
- Kurniawati, (2010). Hubungan antara self regulated learning dengan prokartinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma
- Lauster, P. (1988). *Tes kepribadian*. PT. Gramedia Pustaka Utama
- Manara, (2008). Pengaruh self efficacy terhadap resiliensi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. *Skripsi*. UIN Malang.
- Manizar, E. H. (2016). Mengelola kecerdasan emosi. *Jurnal Tadrib*. (2) 2. 198-213
- Maris, H. (2019). Pengaruh kultur sekolah dan status sosial ekonomi orang tua terhadap kecerdasan emosional anak SMP di Kota Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Maryaeni. (2009). *Bagaimana Menulis Skripsi*. Bumi Aksara.

- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Journal Intelligence*. (4) 17. 433–442.
- McCormack, M. (2006). *Ukurlah EQ anda: Tes mandiri mengukur dan meningkatkan kecerdasan emosi*. Prestasi Pustakaraya
- Mudzkiyyah, L & Wahib, A (2022). Well-being among boarding school students: Academic self-efficacy and peer attachment as predictors. *Jurnal Penelitian Psikologi*. (7) 1. 29.
- Mulyasari, I. (2018). Pengaruh kecerdasan emosional dan kompetensi terhadap kinerja pegawai. *Journal of management*. (2) 2. 190-197.
- Muretta & Robert J. (2004). *Exploring the four sources of self-efficacy*. Touro University International Cypress.
- Muta'asifah. (2013). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap produktivitas kerja karyawan. *Jurnal Psikologi Insight*. (2) 2. 94-101.
- Nainggolan. (2008). *Self confidence dan ekspektasi sukses*. Universitas Jendral Soedirman.
- Naqiyah, (2010). Hubungan antara rasa keberhasilan bidang akademik. *Skripsi*. Universitas Negeri Malang.
- Naufal Lathip, (2022). Pengaruh dukungan keluarga dan kecerdasan emosi terhadap work-life balance karyawan wanita. *Skripsi*. UIN Walisongo
- Nugroho, (2007). *Hubungan antara self efficacy, penyesuaian diri, dengan prestasi akademik mahasiswa*. Widya Mandala.
- Nugroho, B. A. (2005). *Strategi jitu memilih metode statistik penelitian dengan SPSS*. Andi Offset.
- Nurlaila, S. (2011). Pelatihan efikasi diri untuk menurunkan kecemasan pada siswa-siswi yang akan menghadapi ujian akhir nasional. *Jurnal Guidena*. 1 (1). 22.
- Papalia, D. E. (2014). *Menyelami perkembangan manusia*. Salemba Humanika.
- Priyatno, D. (2009). *Mandiri belajar SPSS*. Mediakom.
- Priyatno, D. (2014). *SPSS 22: Pengolahan data terpraktis*. Andi Offset.
- Rahyono, F. X. (2010). *Kiat menyusun skripsi dan strategi*. Penaku.
- Ramli, M., & Widada. (2018). Identifikasi Kecerdasan Emosional Mahasiswa Calon Guru Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Psikoedukasi dan*

*Konseling.* (2) 2. 40-46.

- Rizvi, A., Prawitasari, J. E., & Soetjipto, H. P. (1997). Pusat kendali dan efikasi diri sebagai prediktor terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologika.* 2 (3). 51-67.
- Salim, A. (2016). Perbedaan self efficacy ditinjau dari keikutsertaan mahasiswa dalam berorganisasi. *Skripsi.* Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
- Sri Riyanti. (2011). Hubungan antara kecerdasan emosi dan efikasi diri akademik pada siswa-siswi SMA N 2 Sleman. *Skripsi.* UIN Sunan Kalijaga.
- Stein, S. J. & Book, H . E. (2002). *Ledakan EQ : 15 prinsip dasar kecerdasan emosional meraih sukses (Terjemahan : Junuarsari dan Murtanto).* Haifa.
- Sugihastutu, (2010). *Gender dan inferioritas perempuan.* Pustaka Pelajar
- Sugiyono. (2006). *Metodologi penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metodologi penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.
- Tridhonanto, A. (2009). *Melejitkan kecerdasan emosi (EQ) buah hati.* Alex Media Komputindo.
- Ulfah. (2010). Efikasi diri mahasiswa yang bekerja pada saat penyusunan skripsi. *Skripsi.* Universitas Islam Negeri Surakarta.
- Uma Sekaran. (2006). *Metode penelitian bisnis.* Salemba Empat.
- Utomo, (2009). Hambatan, motivasi, dan strategi pemecahan masalah pada Mahasiswa Psikologi Universitas Sanata Dharma yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi.* Universitas Sanata Dharma.
- Yulikhah. S & Bukhori. B (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Jurnal Penelitian Psikologi.* (4). 1. 65-76.

## LAMPIRAN *BLUE PRINT* ALAT UKUR

### 1. *Blue Print* Skala Kecerdasan Emosi

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Kesadaran Diri	Mampu memahami emosi diri.	1, 2	3, 4	4
		Mampu memahami penyebab timbulnya emosi.	5, 6	7, 8	4
2.	Mengelola Emosi Diri	Mampu mengelola emosi diri sendiri.	9, 10	11, 12	4
		Mampu mengekspresikan emosi dengan tepat.	13, 14	15, 16	4
3.	Memotivasi Diri Sendiri	Memiliki sifat optimis dalam diri.	17, 18	19, 20	4
		Mampu bertahan menghadapi tantangan.	21, 22	23, 24	4
4.	Mengenali emosi orang lain	Peka terhadap perasaan orang lain.	25, 26	27, 28	4
		Mendengarkan dan memahami masalah orang lain	29, 30	31, 32	4
5.	Mengelola hubungan dengan orang lain	Mampu berkomunikasi dengan baik	33, 34	35, 36	4

		Mampu bekerjasama dengan orang lain	37, 38	39, 40	4
<b>Jumlah</b>			<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

Aspek	Indikator	Aitem	
		Favorable	Unfavorable
Kesadaran Diri	Mampu memahami emosi diri.	1. Saya dapat memahami perasaan yang sedang saya rasakan dalam kondisi apapun	3. Dalam kondisi lelah saya mengabaikan perasaan yang sedang saya rasakan
		2. Saya menyadari bahwa apa yang saya katakan sesuai dengan apa yang saya rasakan	4. Terkadang apa yang saya rasakan berbeda dengan perkataan saya
	Mampu memahami penyebab timbulnya emosi.	5. Sebelum bertindak untuk melakukan sesuatu saya akan memahami terlebih dahulu kondisi emosi yang sedang saya rasakan	7. Terkadang saya bimbang kenapa saya merasa sedih
		6. Saya memahami hal-hal yang memunculkan perasaan positif pada diri saya	8. Saya sulit memahami hal-hal apa yang membuat saya merasakecewa
Mengelola Emosi Diri	Mampu mengelola emosi diri sendiri.	9. Saya mampu untuk tetap fokus meskipun dalam situasi yang tidak baik	11. Saya merasa sulit menyelesaikan skripsi ketika sedang banyak



			masalah
		10. Saya mampu berpikir dengan jernih meskipun dalam situasi yang tidak baik	12. Saya membutuhkan waktu lama untuk meredakan kemarahan saya
	Mampu mengekspresikan emosi dengan tepat.	13. Sebelum melakukan sesuatu pada orang lain saya mempertimbangkan apakah saya sedang dalam kondisi perasaan baik atau tidak	15. Terkadang tanpa sadar saya meluapkan kemarahan kepada orang lain
		14. Sebelum saya mengungkapkan emosi yang dirasakan saya memikirkan terlebih dahulu dampak yang akan ditimbulkan	16. Terkadang emosi menguasai diri saya, sehingga apa yang saya lakukan tidak terkendali
Memotivasi Diri Sendiri	Memiliki sifat optimis dalam diri.	17. Saya dapat bangkit dari kegagalan yang saya alami	19. Saya merasa lelah untuk mencoba lagi ketika saya gagal
		18. Saya merasa diri saya mampu menghadapi kesulitan-kesulitan dalam hidup	20. Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan dalam hidup saya
	Mampu bertahan menghadapi tantangan.	21. Saya akan mencari solusi dari permasalahan yang sedang saya alami	23. Saya merasa letih ketika menghadapi berbagai kesulitan

		22. Saya berusaha menyelesaikan skripsi agar dapat segera wisuda	24. Saya merasa sulit untuk membangkitkan semangat dalam diri saya
Mengenali emosi orang lain	Peka terhadap perasaan orang lain.	25. Saya mampu memahami pola pikir orang lain	27. Ketika terlalu lelah, saya sulit memahami perasaan dan permasalahan orang lain
		26. Saya dapat memahami orang lain ketika mereka sedang banyak masalah	28. Saya sulit menebak apa perasaan yang sedang dirasakan orang lain
	Mendengarkan dan memahami masalah orang lain	29. Ketika orang lain bercerita pada saya maka saya dapat memahami perasaannya	31. Saya sulit memahami permasalahan yang dialami orang lain ketika saya tidak mengalami masalah tersebut
		30. Saya merasa menjadi pendengar yang baik untuk orang lain dan mencoba memahami apa yang sedang mereka dirasakan	32. Ketika memandang persoalan, saya menilai hal tersebut hanya dengan pandangan pribadi
Mengelola hubungan dengan orang lain	Mampu berkomunikasi dengan baik	33. Saat sibuk mengerjakan skripsi, saya tetap menjaga komunikasi yang baik dengan keluarga, teman, maupun	35. Saya sulit menjalin keakraban dengan orang yang baru saya kenal

		lingkungan sekitar	
		34. Saya terbiasa menjalin keakraban dengan orang lain	36. Saya sulit untuk menyelesaikan permasalahan dengan orang lain
	Mampu bekerjasama dengan orang lain	37. Saya merupakan seorang yang mudah bergaul di lingkungan kampus maupun dalam lingkungan tempat tinggal	39. Saya menghindari untuk mengikuti kegiatan di lingkungan tempat saya tinggal
		38. Saya mampu bekerjasama dengan orang lain yang tidak saya sukai	40. Saya merupakan seorang yang sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar

## 2. Blue Print Skala Efikasi Diri

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Level</i> (tingkatan)	Merasa mampu menjalani kesulitan dalam menyelesaikan skripsi	1,7, 13, 19, 25, 31, 37	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38	14
2.	<i>Strength</i> (kekuatan keyakinan)	Merasa memiliki dorongan atas kemampuan untuk tetap bertahan dalam menjalani proses penyelesaian skripsi	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40	14
3.	<i>Generality</i> (generalitas)	Merasa mampu keluar dari permasalahan yang menjerat	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42	14

Jumlah	21	21	42
--------	----	----	----

Aspek	Indikator	Aitem	
		Favorable	Unfavorable
<i>Level</i> (tingkatan)	Merasa mampu menjalani kesulitan dalam menyelesaikan skripsi	1. Meski kesulitan dalam merangkai kalimat dalam skripsi, namun saya yakin dapat menyusun skripsi tersebut	2. Merangkai kalimat dalam skripsi itu sulit, sehingga saya ragu dapat menyusun skripsi
		7. Meski kesulitan mencari referensi, saya yakin mampu menyelesaikan skripsi	8. Mencari referensi untuk skripsi itu sulit, sehingga saya merasa ragu dapat menemukan referensi yang dibutuhkan
		13. Meski proses bimbingan skripsi itu sulit, namun saya yakin dapat melaluinya	14. Proses bimbingan skripsi yang susah, membuat saya ragu dapat melaluinya
		19. Walaupun menyusun skripsi itu sulit, namun saya yakin dapat menyusunnya dengan baik	20. Kesulitan dalam menyusun skripsi membuat saya merasa ragu dapat menyelesaikannya
		25. Saya yakin mampu melakukan penulisan skripsi, meskipun banyak hambatan	26. Saya merasa ragu dapat menyelesaikan skripsi jika melihat berbagai hambatan yang saya alami

		31. Meski bukan hal yang mudah, saya yakin dapat memahami skripsi yang saya susun	32. Menyusun skripsi itu sulit, sehingga saya ragu dapat memahami skripsi yang saya susun
		37. Banyak hambatan yang dialami selama menyusun skripsi, namun saya yakin dapat menyelesaikannya	38. Hambatan yang saya alami dalam penyusunan skripsi membuat saya merasa ragu dapat menyelesaikan skripsi
<i>Strength</i> (kekuatan keyakinan)	Merasa memiliki dorongan atas kemampuan untuk tetap bertahan dalam menjalani proses penyelesaian skripsi	3. Selama ini saya gagal mencari referensi untuk perkuliahan, tetapi saya yakin dapat mencari referensi yang dibutuhkan dalam skripsi	4. Selama ini saya gagal mencari referensi untuk perkuliahan, sehingga saya ragu dapat mencari referensi yang dibutuhkan dalam skripsi
		9. Selama ini banyak kegiatan yang menyita waktu, tetapi saya yakin dapat menyempatkan waktu untuk mengerjakan skripsi	10. Selama ini banyak kegiatan yang menyita waktu, sehingga saya ragu dapat menyempatkan waktu untuk mengerjakan skripsi
		15. Selama ini saya gagal untuk memahami suatu tugas perkuliahan, tetapi saya yakin dapat memahami skripsi saya.	16. Selama ini saya gagal memahami tugas perkuliahan, sehingga saya ragu untuk dapat memahami skripsi.

		21. Saya gagal dalam memberikan penjelasan kepada orang lain, tetapi saya yakin dapat menjelaskan isi dari skripsi saya	22. Saya gagal dalam memberikan penjelasan kepada orang lain, sehingga saya ragu dapat menjelaskan isi dari skripsi saya
		27. Saya takut untuk bertemu dosen, tetapi saya tetap yakin untuk dapat bertemu dosen pembimbing	28. Saya takut untuk bertemu dengan dosen, sehingga hal tersebut membuat saya ragu untuk dapat bertemu dosen pembimbing
		33. Selama ini saya gagal dalam menyusun suatu kalimat, tetapi saya yakin dapat melakukan untuk skripsi saya	34. Selama ini saya gagal untuk menyusun suatu kalimat, sehingga saya ragu dapat melakukan untuk skripsi saya
		39. Saya gagal berkonsentrasi dalam perkuliahan, tetapi saya yakin dapat berkonsentrasi dalam menyusun skripsi	40. Saya gagal untuk berkonsentrasi dalam perkuliahan, sehingga saya ragu dapat berkonsentrasi dalam menyusun skripsi
<i>Generality</i> (generalitas)	Merasa mampu keluar dari permasalahan yang menjerat	5. Saya mampu menyelesaikan masalah, sehingga yakin mampu menyelesaikan skripsi	6. Meski mampu menyelesaikan masalah dalam kehidupan sehari-hari, tapi saya ragu dalam menyelesaikan skripsi

	11. Saya mampu merencanakan apa yang akan dilakukan, sehingga yakin dapat merencanakan jadwal untuk menyusun skripsi	12. Meski selalu merencanakan apa yang akan dilakukan, tetapi saya ragu dapat merencanakan penyusunan skripsi
	17. Saya dapat mengatur waktu, sehingga yakin dapat mengatur waktu untuk menyusun skripsi	18. Meski saya mampu mengatasi masalah dalam keseharian, tetapi saya ragu dapat mengatasi masalah dalam menyusun skripsi
	23. Saya enggan menunda pekerjaan, sehingga saya menyegerakan dalam menyusun skripsi	24. Saya orang yang tepat waktu, tetapi saya ragu jika menyegerakan dalam membuat skripsi
	29. Dalam penyelesaian masalah saya tetap merasa tenang demikian juga dalam penyusunan skripsi	30. Meski saya orang yang disiplin, tetapi saya ragu dapat disiplin dalam menyusun skripsi
	35. Saya mampu mengelola waktu, sehingga saya yakin mampu menyisihkan waktu untuk mengerjakan skripsi	36. Meski saya dapat mengelola waktu, tetapi saya ragu dapat mengatur waktu untuk membuat skripsi
	41. Saya orang yang disiplin, hal ini membuat saya yakin dapat disiplin dalam menyusun skripsi	42. Meski saya orang yang rajin, tetapi saya ragu dapat rajin dalam menyusun skripsi

## LAMPIRAN SKALA PENELITIAN

### IDENTITAS RESPONDEN

Dengan ini saya secara sukarela bersedia untuk mengisi angket ini.

Nama Lengkap :

NIM :

Jenis Kelamin :

### PETUNJUK PENGISIAN

Silahkan ikuti petunjuk pengisian dan informasi di bawah ini.

1. Di bawah ini akan disajikan pernyataan-pernyataan yang merepresentasikan diri anda. Mohon dibaca dengan teliti dan berilah tanda checklist (√) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan. Ada empat pilihan jawaban untuk masing-masing pernyataan dengan maksud sebagai berikut:  
SS: Sangat Sesuai  
S : Sesuai  
TS: Tidak sesuai  
STS: Sangat Tidak Sesuai
2. Mohon dijawab sejujurnya, sesuai dengan keadaan diri anda, jika ada pernyataan yang belum anda alami, anda dapat memposisikan ketika anda terlibat di dalamnya/mengalaminya
3. Informasi atau jawaban yang anda berikan bersifat personal dan dijamin kerahasiaannya. Oleh karena itu, **dimohon dengan sangat agar anda bersedia memberikan informasi/jawaban sesuai dengan keadaan, kondisi, pilihan, maupun pandangan yang sebenarnya, yang sesuai atau mendekati diri anda.**
4. Kesiediaan anda dalam kerja sama ini (pengisian angket) sangat berarti bagi keberhasilan penelitian ini. Untuk itu saya ucapkan terima kasih, semoga anda selalu dalam kebahagiaan, kesehatan, dan kesuksesan.



### 1. Skala Kecerdasan Emosi

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya dapat memahami perasaan yang sedang saya rasakan dalam kondisi apapun				
2	Saya menyadari bahwa apa yang saya katakan sesuai dengan apa yang saya rasakan				
3	Dalam kondisi lelah saya mengabaikan perasaan yang sedang saya rasakan				
4	Terkadang apa yang saya rasakan berbeda dengan perkataan saya				
5	Sebelum bertindak untuk melakukan sesuatu saya akan memahami terlebih dahulu kondisi emosi yang sedang saya rasakan				
6	Saya memahami hal-hal yang memunculkan perasaan positif pada diri saya				
7	Terkadang saya bimbang kenapa saya merasa sedih				
8	Saya sulit memahami hal-hal apa yang membuat saya merasa kecewa				
9	Saya mampu untuk tetap fokus meskipun dalam situasi yang tidak baik				
10	Saya mampu berpikir dengan jernih meskipun dalam situasi yang tidak baik				
11	Saya merasa sulit menyelesaikan skripsi ketika sedang banyak masalah				

12	Saya membutuhkan waktu lama untuk meredakan kemarahan saya				
13	Sebelum melakukan sesuatu pada orang lain saya mempertimbangkan apakah saya sedang dalam kondisi perasaan baik atau tidak				
14	Sebelum saya mengungkapkan emosi yang dirasakan saya memikirkan terlebih dahulu dampak yang akan ditimbulkan				
15	Terkadang tanpa sadar saya meluapkan kemarahan kepada orang lain				
16	Terkadang emosi menguasai diri saya, sehingga apa yang saya lakukan tidak terkendali				
17	Saya dapat bangkit dari kegagalan yang saya alami				
18	Saya merasa diri saya mampu menghadapi kesulitan-kesulitan dalam hidup				
19	Saya merasa lelah untuk mencoba lagi ketika saya gagal				
20	Saya merasa putus asa ketika mengalami kegagalan dalam hidup saya				
21	Saya akan mencari solusi dari permasalahan yang sedang saya alami				
22	Saya berusaha menyelesaikan skripsi agar dapat segera wisuda				
23	Saya merasa letih ketika menghadapi berbagai kesulitan				

24	Saya merasa sulit untuk membangkitkan semangat dalam diri saya				
25	Saya mampu memahami pola pikir orang lain				
26	Saya dapat memahami orang lain ketika mereka sedang banyak masalah				
27	Ketika terlalu lelah, saya sulit memahami perasaan dan permasalahan orang lain				
28	Saya sulit menebak apa perasaan yang sedang dirasakan orang lain				
29	Ketika orang lain bercerita pada saya maka saya dapat memahami perasaannya				
30	Saya merasa menjadi pendengar yang baik untuk orang lain dan mencoba memahami apa yang sedang mereka dirasakan				
31	Saya sulit memahami permasalahan yang dialami orang lain ketika saya tidak mengalami masalah tersebut				
32	Ketika memandang persoalan, saya menilai hal tersebut hanya dengan pandangan pribadi				
33	Saat sibuk mengerjakan skripsi, saya tetap menjaga komunikasi yang baik dengan keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar				
34	Saya terbiasa menjalin keakraban dengan orang lain				
35	Saya sulit menjalin keakraban dengan orang yang baru saya kenal				

36	Saya sulit untuk menyelesaikan permasalahan dengan orang lain				
37	Saya merupakan seorang yang mudah bergaul di lingkungan kampus maupun dalam lingkungan tempat tinggal				
38	Saya mampu bekerjasama dengan orang lain yang tidak saya sukai				
39	Saya menghindar untuk mengikuti kegiatan di lingkungan tempat saya tinggal				
40	Saya merupakan seorang yang sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar				

## 2. Skala Efikasi Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Meski kesulitan dalam merangkai kalimat dalam skripsi, namun saya yakin dapat menyusun skripsi tersebut				
2.	Merangkai kalimat dalam skripsi itu sulit, sehingga saya ragu dapat menyusun skripsi				
3.	Selama ini saya gagal mencari referensi untuk perkuliahan, tetapi saya yakin dapat mencari referensi yang dibutuhkan dalam skripsi				
4.	Selama ini saya gagal mencari referensi untuk perkuliahan, sehingga saya ragu dapat mencari referensi yang dibutuhkan dalam skripsi				
5.	Saya mampu menyelesaikan masalah, sehingga yakin mampu menyelesaikan skripsi				

6.	Meski mampu menyelesaikan masalah dalam kehidupan sehari-hari, tapi saya ragu dalam menyelesaikan skripsi				
7.	Meski kesulitan mencari referensi, saya yakin mampu menyelesaikan skripsi				
8.	Mencari referensi untuk skripsi itu sulit, sehingga saya merasa ragu dapat menemukan referensi yang dibutuhkan				
9.	Selama ini banyak kegiatan yang menyita waktu, tetapi saya yakin dapat menyempatkan waktu untuk mengerjakan skripsi				
10.	Selama ini banyak kegiatan yang menyita waktu, sehingga saya ragu dapat menyempatkan waktu untuk mengerjakan skripsi				
11.	Saya mampu merencanakan apa yang akan dilakukan, sehingga yakin dapat merencanakan jadwal untuk menyusun skripsi				
12.	Meski selalu merencanakan apa yang akan dilakukan, tetapi saya ragu dapat merencanakan penyusunan skripsi				
13.	Meski proses bimbingan skripsi itu sulit, namun saya yakin dapat melaluinya				
14.	Proses bimbingan skripsi yang susah, membuat saya ragu dapat melaluinya				
15.	Selama ini saya gagal untuk memahami suatu tugas perkuliahan, tetapi saya yakin dapat memahami skripsi saya				
16.	Selama ini saya gagal memahami tugas perkuliahan, sehingga saya ragu untuk dapat memahami skripsi				

17.	Saya dapat mengatur waktu, sehingga yakin dapat mengatur waktu untuk menyusun skripsi				
18.	Meski saya mampu mengatasi masalah dalam keseharian, tetapi saya ragu dapat mengatasi masalah dalam menyusun skripsi				
19.	Walaupun menyusun skripsi itu sulit, namun saya yakin dapat menyusunnya dengan baik				
20.	Kesulitan dalam menyusun skripsi membuat saya merasa ragu dapat menyelesaikannya				
21.	Saya gagal dalam memberikan penjelasan kepada orang lain, tetapi saya yakin dapat menjelaskan isi dari skripsi saya				
22.	Saya gagal dalam memberikan penjelasan kepada orang lain, sehingga saya ragu dapat menjelaskan isi dari skripsi saya				
23.	Saya enggan menunda pekerjaan, sehingga saya menyetujui dalam menyusun skripsi				
24.	Saya orang yang tepat waktu, tetapi saya ragu jika menyetujui dalam membuat skripsi				
25.	Saya yakin mampu melakukan penulisan skripsi, meskipun banyak hambatan				
26.	Saya merasa ragu dapat menyelesaikan skripsi jika melihat berbagai hambatan yang saya alami				
27.	Saya takut untuk bertemu dosen, tetapi saya tetap yakin untuk dapat bertemu dosen pembimbing				

28.	Saya takut untuk bertemu dengan dosen, sehingga hal tersebut membuat saya ragu untuk dapat bertemu dosen pembimbing				
29.	Dalam penyelesaian masalah saya tetap merasa tenang demikian juga dalam penyusunan skripsi				
30.	Meski saya orang yang disiplin, tetapi saya ragu dapat disiplin dalam menyusun skripsi				
31.	Meski bukan hal yang mudah, saya yakin dapat memahami skripsi yang saya susun				
32.	Menyusun skripsi itu sulit, sehingga saya ragu dapat memahami skripsi yang saya susun				
33.	Selama ini saya gagal dalam menyusun suatu kalimat, tetapi saya yakin dapat melakukan untuk skripsi saya				
34.	Selama ini saya gagal untuk menyusun suatu kalimat, sehingga saya ragu dapat melakukan untuk skripsi saya				
35.	Saya mampu mengelola waktu, sehingga saya yakin mampu menyisihkan waktu untuk mengerjakan skripsi				
36.	Meski saya dapat mengelola waktu, tetapi saya ragu dapat mengatur waktu untuk membuat skripsi				
37.	Banyak hambatan yang dialami selama menyusun skripsi, namun saya yakin dapat menyelesaikannya				
38.	Hambatan yang saya alami dalam penyusunan skripsi membuat saya merasa ragu dapat menyelesaikan skripsi				

39.	Saya gagal berkonsentrasi dalam perkuliahan, tetapi saya yakin dapat berkonsentrasi dalam menyusun skripsi				
40.	Saya gagal untuk berkonsentrasi dalam perkuliahan, sehingga saya ragu dapat berkonsentrasi dalam menyusun skripsi				
41.	Saya orang yang disiplin, hal ini membuat saya yakin dapat disiplin dalam menyusun skripsi				
42.	Meski saya orang yang rajin, tetapi saya ragu dapat rajin dalam menyusun skripsi				



## LAMPIRAN UJI VALIDITAS DAN REABILITAS SKALA

### 1. Validitas Kecerdasan Emosional

#### a. PUTARAN 1

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
V1	107.9333	265.651	.477	.912
V2	108.2667	264.064	.494	.911
V3	108.3333	278.713	.046	.915
V4	108.0667	263.375	.547	.911
V5	108.3000	267.045	.485	.912
V6	107.9000	264.093	.577	.911
V7	108.2000	265.545	.496	.911
V8	108.2000	262.372	.559	.911
V9	108.4000	265.145	.501	.911
V10	108.2000	264.166	.521	.911
V11	108.1000	264.714	.518	.911
V12	108.3000	263.597	.532	.911
V13	107.7667	265.840	.545	.911
V14	107.8333	280.075	-.030	.917
V15	108.1000	264.024	.494	.911
V16	108.2000	265.407	.476	.912
V17	107.6000	265.628	.504	.911
V18	107.6333	283.275	-.167	.918
V19	108.6000	265.352	.465	.912
V20	108.6000	265.145	.472	.912
V21	107.5667	282.185	-.131	.917
V22	107.5667	261.289	.575	.910
V23	107.9000	271.403	.338	.913
V24	108.3000	262.631	.449	.912
V25	108.1667	266.144	.479	.912
V26	108.1000	264.645	.520	.911
V27	108.1667	265.040	.520	.911
V28	108.2667	265.306	.498	.911
V29	107.8333	264.075	.497	.911
V30	107.7333	266.685	.532	.911

V31	108.2000	264.579	.462	.912
V32	108.4000	265.076	.531	.911
V33	107.9333	261.651	.525	.911
V34	107.9333	265.168	.495	.911
V35	108.2667	285.513	-.238	.919
V36	108.1667	265.178	.489	.912
V37	108.0000	262.207	.580	.910
V38	108.1000	260.576	.492	.912
V39	108.3333	262.437	.504	.911
V40	108.3333	262.092	.515	.911

**b. PUTARAN 2**

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
V1	93.23	275.564	.480	.928
V2	93.57	273.151	.523	.928
V4	93.37	273.206	.551	.928
V5	93.60	277.283	.476	.928
V6	93.20	274.234	.570	.927
V7	93.50	275.017	.515	.928
V8	93.50	272.534	.550	.928
V9	93.70	275.390	.491	.928
V10	93.50	274.534	.506	.928
V11	93.40	274.869	.511	.928
V12	93.60	273.421	.536	.928
V13	93.07	275.651	.552	.928
V15	93.40	273.903	.496	.928
V16	93.50	274.397	.511	.928
V17	92.90	276.024	.488	.928
V19	93.90	275.266	.467	.928
V20	93.90	274.093	.507	.928
V22	92.87	271.844	.554	.928
V23	93.20	281.476	.338	.930
V24	93.60	272.179	.460	.929
V25	93.47	275.844	.489	.928

V26	93.40	274.731	.516	.928
V27	93.47	274.326	.545	.928
V28	93.57	274.944	.510	.928
V29	93.13	274.533	.480	.928
V30	93.03	276.378	.545	.928
V31	93.50	274.810	.453	.929
V32	93.70	274.286	.560	.928
V33	93.23	272.806	.486	.928
V34	93.23	276.047	.462	.928
V36	93.47	274.395	.516	.928
V37	93.30	271.941	.586	.927
V38	93.40	271.007	.478	.929
V39	93.63	271.482	.531	.928
V40	93.63	271.206	.540	.928

## 2. Realibilitas Kecerdasan Emosional

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.930	35

## 3. Validitas Efikasi Diri

### a. PUTARAN 1

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
V1	104.8667	158.257	.566	.858
V2	105.8667	164.464	.523	.861
V3	105.4333	159.564	.547	.859
V4	105.8667	162.395	.597	.859
V5	104.6667	175.885	-.097	.872
V6	106.1000	162.231	.527	.860
V7	104.6333	177.826	-.201	.873
V8	105.6000	162.662	.487	.861
V9	104.4667	173.223	.064	.868

V10	106.1000	161.955	.605	.859
V11	104.8000	174.372	-.013	.869
V12	105.8667	163.154	.522	.860
V13	104.5667	172.254	.132	.867
V14	105.8667	161.637	.513	.860
V15	105.4667	163.154	.438	.862
V16	105.7333	162.271	.632	.859
V17	104.9333	164.202	.466	.861
V18	105.5000	159.293	.606	.858
V19	104.7000	164.769	.426	.862
V20	105.9667	165.620	.512	.861
V21	105.1333	175.016	-.054	.870
V22	105.8333	164.351	.481	.861
V23	104.8333	170.489	.221	.866
V24	105.9667	162.792	.429	.862
V25	104.8667	180.878	-.340	.876
V26	105.8667	166.120	.430	.862
V27	105.0667	174.685	-.037	.871
V28	105.9333	160.685	.439	.862
V29	104.9333	176.133	-.116	.871
V30	105.8667	163.016	.564	.860
V31	104.7333	172.754	.083	.868
V32	105.4667	160.947	.511	.860
V33	104.9333	178.961	-.320	.873
V34	105.9667	164.654	.488	.861
V35	104.8000	173.200	.053	.869
V36	105.8333	164.626	.499	.861
V37	104.8333	179.454	-.280	.875
V38	106.0667	165.720	.491	.862
V39	105.3333	160.713	.452	.861
V40	106.0000	161.517	.639	.858
V41	105.5667	159.495	.553	.859
V42	105.8000	162.097	.585	.859

**b. PUTARAN 2**

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
V1	60.60	191.972	.572	.932
V2	61.60	196.800	.632	.932
V3	61.17	194.420	.516	.933
V4	61.60	194.800	.688	.931
V6	61.83	197.178	.498	.933
V8	61.33	198.989	.405	.934
V10	61.83	194.282	.696	.931
V12	61.60	194.248	.672	.931
V14	61.60	192.317	.655	.931
V15	61.20	198.648	.394	.935
V16	61.47	195.568	.680	.931
V17	60.67	199.402	.433	.934
V18	61.23	189.633	.753	.930
V19	60.43	198.530	.460	.934
V20	61.70	197.321	.675	.932
V22	61.57	197.289	.553	.933
V24	61.70	194.562	.526	.933
V26	61.60	196.524	.647	.932
V28	61.67	193.609	.479	.934
V30	61.60	194.455	.705	.931
V32	61.20	196.924	.442	.934
V34	61.70	198.217	.534	.933
V36	61.57	197.013	.605	.932
V38	61.80	197.269	.658	.932
V39	61.07	197.513	.364	.936
V40	61.73	195.444	.651	.931
V41	61.30	191.666	.622	.932
V42	61.53	194.602	.666	.931

#### 4. Realibilitas Efikasi Diri

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.935	28

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Indar Yusronal Abizar
2. Tempat & Tgl. Lahir : Semarang, 25 Mei 2001
3. Alamat Rumah : Lingk. Ngimbun RT/RW 07/03, Kel. Karangjati  
Kec. Bergas, Kab. Semarang, Jawa Tengah
4. HP : 082210294025
5. E-mail : [ronaljr519@gmail.com](mailto:ronaljr519@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan Formal:

1. SDIT Cahaya Ummat
2. SMP Negeri 1 Bergas
3. SMK Negeri 11 Semarang
4. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

### C. Karya Ilmiah

1. Buku ber-ISBN dengan judul: Jejak 45 Hari di Bumi Ruwa Jurai
2. Jurnal dengan judul: Pendampingan Pemuda Kertosari Dalam Upaya Pencegahan Bahaya Minuman Keras Sejak Dini
3. Jurnal Pengabdian Masyarakat dengan judul: Sosialisasi Bahaya Minuman Keras Kepada Para Pemuda Di Desa Kertosari, Lampung Selatan
4. Jurnal dengan judul: Tradisi Pernikahan Adat Jawa

### D. Pengalaman Magang

1. BPMPK Jawa Tengah
2. CV. Cinema Innovator
3. Ditreskrim Polda Jawa Tengah

### E. Pengalaman Organisasi

1. Anggota UKM PSHT UIN Walisongo
2. Anggota UKM MASA
3. Anggota UKM GEMA SC
4. Staff Medikom HMJ Psikologi
5. Staff Infokom PMII Rayon Psikes
6. Staff Komisi A SEMA FPK
7. Ketua SEMA FPK
8. Menteri Kominfo DEMA UIN Walisongo
9. Staff Kominfo PMII Komisariat UIN Walisongo