

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DAN
RESILIENSI AKADEMIK SISWA SEKOLAH MENENGAH
KEJURUAN**

Dewi Nur Faizah¹, Enjang Wahyuningrum²
nurfdewi9@gmail.com¹, enjang.wahyuningrum@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tuntutan pendidikan vokasional yang mengharuskan siswa tidak hanya menguasai kemampuan akademik, tetapi juga keterampilan vokasional, sehingga siswa perlu mampu mengelola emosi dalam menghadapi tekanan dan tantangan akademik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah partisipan sebanyak 141 siswa SMK kelas X sampai XII. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu Skala Kecerdasan Emosional dan Skala Resiliensi Akademik. Analisis data menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,397$ dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional siswa maka semakin tinggi pula resiliensi akademiknya. Kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 15,76% terhadap resiliensi akademik, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan aspek emosional siswa guna meningkatkan kemampuan menghadapi tekanan akademik.

Kata Kunci : Kecerdasan Emosional, Resiliensi Akademik, Siswa SMK, Pendidikan Vokasional.

ABSTRACT

This study aimed to determine the relationship between emotional intelligence and academic resilience among vocational high school (SMK) students. This study was motivated by the demands of vocational education which require students not only to master academic competencies but also vocational skills, so students need the ability to manage emotions in dealing with academic pressures and challenges. This study used a quantitative approach with a correlational method. The sampling technique used purposive sampling involving 141 vocational high school students from grades X to XII. The research instruments used were the Emotional Intelligence Scale and the Academic Resilience Scale. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique with the assistance of SPSS version 26. The results showed a significant positive relationship between emotional intelligence and academic resilience with a correlation coefficient value of $r = 0.397$ and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). These findings indicate that the higher the students emotional intelligence, the higher their academic resilience. Emotional intelligence contributed effectively by 15.76% to academic resilience, while the remaining percentage was influenced by other factors outside this study. The findings of this study are expected to provide benefits in developing students emotional aspects to improve their ability to cope with academic pressure.

Keywords: Emotional Intelligence, Academic Resilience, Vocational High School Students, Vocational Education.

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu jenis pendidikan formal di jenjang menengah yang berfokus pada bidang kejuruan, dan ditujukan bagi lulusan SMP, MTS, atau yang sederajat, termasuk juga bagi mereka yang memiliki hasil belajar yang telah diakui setara dengan jenjang tersebut (Kemendikbud, 2021). Pembelajaran di SMK mengharuskan siswa untuk menguasai keterampilan dan kompetensi di bidangnya, sekaligus memiliki pengetahuan yang mendukung keahliannya. Kebutuhan akan penguasaan keterampilan ini semakin relevan karena siswa SMK tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik, tetapi juga dipersiapkan sebagai tenaga kerja terampil dengan keahlian yang sesuai dengan kebutuhan Dunia Usaha dan Dunia Industri (DUDI). Oleh karena itu, pendidikan SMK berperan penting dalam membekali siswa dengan kemampuan untuk mengembangkan potensi diri dalam mengadopsi dan beradaptasi dengan perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni (Kemendikbud, 2018). Sehingga mereka siap bersaing di dunia kerja yang dinamis dan kompetitif.

Hal ini semakin dibutuhkan karena saat ini Indonesia telah memasuki era Revolusi 4.0, sebuah era yang ditandai dengan pemanfaatan teknologi digital, otomatisasi, kecerdasan buatan (AI), dan internet of things dalam berbagai sektor industri. Tantangan di era ini menuntut tenaga kerja tidak hanya punya keahlian teknis tetapi juga mampu berpikir kreatif dan cepat beradaptasi. Untuk menjawab tantangan tersebut pemerintah merilis Roadmap Making Indonesia 4.0 pada tahun 2018 sebagai strategi memperkuat industri nasional agar mampu bersaing ditingkat global (Kementerian Koordinator Bidang Perekonomian Republik Indonesia, 2018). Dalam konteks inilah, pendidikan SMK menjadi salah satu jawaban dalam menyiapkan tenaga kerja terampil yang siap menghadapi tantangan di era Revolusi Industri 4.0.

Namun demikian, kesiapan siswa dalam menghadapi tuntutan era tersebut masih menjadi tantangan, terutama jika dikaitkan dengan aspek ketahanan mental dan emosional dalam dunia akademik. Berdasarkan hasil wawancara pada 12 orang siswa SMK dari 2 sekolah yang berbeda, 7 siswa dari SMK N 1 Jambu dan 5 siswa dari SMK Islam Sudirman 1 Ambarawa diperoleh informasi bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki masalah resiliensi akademik. Delapan orang siswa menunjukkan ciri-ciri orang dengan resiliensi akademik yang rendah seperti siswa cenderung cepat putus asa ketika menghadapi permasalahan dalam pembelajaran ataupun tugas, kecewa akan kegagalan yang ada dan sulit untuk bangkit kembali, ketika menghadapi kritik ada rasa tersinggung dan sulit memperbaiki diri, serta siswa merasa cemas dan khawatir ketika menghadapi ujian ataupun tugas yang sulit. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Cassidy (dalam Sari dkk, 2024) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat resiliensi akademik yang rendah biasanya menunjukkan beberapa ciri, seperti cenderung kurang fokus dalam belajar, mudah menyerah atau mundur saat menghadapi kesulitan, belum mampu merefleksikan kekuatan dan kelemahan diri, kesulitan mencari bantuan, serta merespons situasi sulit dengan emosi negatif. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyoroti dampak negatif dari rendahnya resiliensi akademik terhadap kondisi psikologis dan performa belajar siswa.

Rendahnya tingkat resiliensi akademik membuat siswa lebih rentan terhadap masalah psikologis dan melemahkan kemampuan mereka dalam mengatasi tekanan serta menghadapi tantangan akademik. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Afiffah dan Wardani (2023) yang menunjukkan bahwa semakin rendah resiliensi akademik maka semakin tinggi tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang dialami remaja. Hal ini semakin diperjelas oleh Okvellia dkk. (2022), yang menyebutkan bahwa individu dengan tingkat resiliensi akademik yang rendah cenderung menghindari masalah yang mereka hadapi dan mudah menyerah atau bahkan mundur ketika menghadapi kesulitan, stres, dan tekanan dalam bidang akademik.

Dengan demikian, siswa SMK yang memiliki resiliensi akademik rendah beresiko mengalami gangguan psikologis serta kesulitan dalam menyelesaikan tantangan yang mereka hadapi di bidang akademik, yang pada akhirnya dapat menghambat perkembangan akademik mereka secara keseluruhan.

Dalam istilah psikologi ketahanan umumnya diartikan sebagai resiliensi (Sari dan Indrawati, 2016). Resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dalam situasi sulit yang terjadi selama proses pembelajaran (Saufi., dkk, 2022). Menurut Cassidy (2016), resiliensi akademik adalah kemampuan atau ketangguhan individu dalam mencapai keberhasilan akademik, meskipun individu tersebut sedang menghadapi situasi yang sulit. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Khotimah dkk. (2022) ditemukan bahwa beberapa faktor yang memengaruhi resiliensi akademik siswa meliputi kemampuan kognitif, self regulated learning, self efficacy, self esteem, dan karakteristik individu siswa. Karakteristik siswa mencakup sikap, minat, dan kebutuhan siswa dalam menjalankan suatu aktivitas. Selain itu, keberadaan komunitas, lingkungan, dan dukungan sosial juga turut berperan dalam membentuk resiliensi akademik siswa.

Namun, dalam menghadapi tekanan akademik yang semakin tinggi di era modern ini, tidak semua siswa mampu menunjukkan resiliensi akademik yang optimal. Tanpa adanya kemampuan mengelola emosi, para siswa tetap rentan terhadap stres serta penurunan akademik, meskipun mereka memiliki kemampuan kognitif yang cukup baik. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Trigueros dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memainkan peran yang sangat penting dalam meningkatkan resiliensi sekaligus juga mengurangi stres akademik serta kecemasan pada mahasiswa selama masa ujian. Studi ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah tanpa memandang kemampuan kognitif yang mereka miliki. Dengan demikian kecerdasan emosional menjadi salah satu faktor yang krusial dalam mendukung resiliensi akademik dan keberhasilan belajar siswa. Tanpa kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif siswa dengan kemampuan kognitif tinggi tetap rentan terhadap stres dan penurunan performa akademik. Oleh karena itu, penting untuk memahami secara lebih mendalam apa yang dimaksud dengan kecerdasan emosional serta bagaimana karakteristik dan komponen-komponennya berperan dalam mendukung ketahanan akademik siswa.

Menurut Bar-On (dalam Stein & Book, 2004), kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengenal dan mengendalikan diri sendiri. Kecerdasan emosional merupakan hal yang dibutuhkan untuk membangun atau mengembangkan kemampuan seperti sensitivitas, empati, kreativitas, kesadaran diri (self awareness), pengendalian diri (self control), dan asertivitas (assertiveness) (Dusseldorp dkk., 2010). McClelland (dalam Goleman, 2007) menjelaskan bahwa kecerdasan emosi merupakan kumpulan keterampilan khusus seperti empati, disiplin diri, dan inisiatif yang berperan penting dalam membentuk individu yang sukses dan mampu menunjukkan kinerja yang tinggi.

Goleman (dalam Juwita dkk., 2022) mengungkapkan bahwa ciri-ciri individu dengan kecerdasan emosi yang tinggi ditandai dengan kemampuannya dalam mengenali dan mengelola emosi pribadi, memotivasi diri secara internal, memahami emosi orang lain, serta membangun hubungan yang positif dengan lingkungan sosialnya. Sedangkan ciri-ciri orang yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah adalah orang yang egois, kurang dapat berempati dengan orang lain, kurang dapat membina hubungan dengan baik, kurang memiliki semangat atau motivasi. Individu dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih bertanggung jawab, penuh perhatian, dan optimis dalam menghadapi masalah (Wulandari & Ratnaningsih, 2017).

Amilia dan Purnama (2016) menyatakan bahwa seseorang dengan tingkat kecerdasan emosional tinggi cenderung mampu mengenal diri sendiri, berpikir rasional, berperilaku positif, serta mampu menjalin hubungan sosial yang baik karena didukung oleh kemampuannya dalam memahami emosi orang lain. Sama halnya dengan Situmorang dan Desiningrum (2018) yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi memiliki kemampuan untuk mengenali perasaan orang lain. Kemampuan tersebut mendukung individu dalam membangun hubungan yang baik dengan orang lain serta memungkinkannya untuk memahami sudut pandang orang lain ketika sedang menghadapi masalah.

Berdasarkan penelitian terdahulu mengenai kecerdasan emosional dan resiliensi akademik, dalam penelitian yang dilakukan oleh Ononye dkk. (2022) menunjukkan bahwa semakin tingginya kecerdasan emosional maka semakin tinggi pula resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa dalam menghadapi tantangan yang ada. Tarigan dkk. (2020) menyatakan bahwa kecerdasan emosional berkorelasi positif dan signifikan dengan ketahanan akademik anak panti asuhan, sehingga semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi resiliensi akademik, begitu pula sebaliknya. Namun, ada penelitian yang menyatakan tidak adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik, seperti yang diutarakan oleh Ainnayyah dan Nursalim (2022) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik siswa SMA.

Banyak penelitian sebelumnya yang fokus pada siswa SMA atau mahasiswa, sementara penelitian ini mengangkat siswa SMK yang memiliki karakteristik dan tantangan akademik dan emosional yang berbeda. Fokus pada siswa SMK memberikan nilai kebaruan karena kelompok ini cenderung kurang mendapat perhatian dalam kajian psikologis dibanding siswa SMA. Terlebih lagi, siswa SMK sering kali dihadapkan pada tekanan untuk segera masuk dunia kerja, sehingga dituntut memiliki kemampuan bertahan dari segi akademik dan kecerdasan emosional yang baik. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting karena membantu mengisi kekosongan penelitian yang ada, serta bisa memberikan manfaat baik secara teori maupun praktik dalam memahami faktor psikologis yang memengaruhi kesiapan siswa SMK dalam menghadapi tantangan pendidikan dan dunia kerja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pendekatan ini dipilih karena bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu kecerdasan emosional dan resiliensi akademik. Desain korelasional digunakan untuk melihat seberapa besar hubungan atau keterkaitan yang terjadi antara dua variabel tersebut dalam konteks siswa SMK, tanpa harus mengubah atau mengintervensi kondisi alami partisipan.

HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan Penelitian dan Pengumpulan Data Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan secara online yang ditujukan kepada siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Peneliti mengambil data dengan melakukan survey melalui penyebaran kuesioner sebagai instrumen penelitian. Tanggal pengambilan data dimulai pada tanggal 22 November 2025 hingga 1 April 2026. Adapun kendala yang peneliti hadapi saat pengambilan data yaitu sulit menggugah kemauan siswa SMK untuk mengisi kuesioner yang sudah dibagikan.

B. Partisipan Penelitian

1. Partisipan Berdasarkan Usia

Tabel 1 Partisipan Berdasarkan Usia

No	Usia	Jumlah	Presentase
1.	15 tahun	6	4,3%
2.	16 tahun	22	15,6%
3.	17 tahun	56	39,7%
4.	18 tahun	43	30,5%
5.	19 tahun	14	9,9%

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan berusia 17 tahun dengan presentase (39,7%).

2. Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2 Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1.	Laki-laki	47	33,3%
2.	Perempuan	94	66,7%

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa jenis kelamin sebagian besar partisipan adalah perempuan dengan presentase sebesar (66,7%).

3. Partisipan Berdasarkan Kelas

Tabel 3 Partisipan Berdasarkan Kelas

No	Kelas	Jumlah	Presentase
1.	Kelas X	20	14,2%
2.	Kelas XI	29	20,6%
3.	Kelas XII	92	65,2%

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar partisipan merupakan siswa kelas XII dengan presentase sebesar (65,2%).

C. Hasil Penelitian

1. Hasil Statistik Deskriptif

Dalam proses pengolahan hasil statistik deskriptif, kategorisasi variabel kecerdasan emosional, dan kategorisasi variabel resiliensi akademik, dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak Microsoft Excel 2026.

a. Hasil Statistik Deskriptif

Berdasarkan data interval (hipotetik), dari Tabel 4 dapat diketahui mean dari kecerdasan emosional adalah 65 (SD = 13), sementara mean dari resiliensi akademik adalah 66,5 (SD = 15,83). Kecerdasan emosional memiliki skor minimal sebesar 26 dan skor maksimal sebesar 104. Resiliensi akademik memiliki skor minimal sebesar 19 dan skor maksimal sebesar 114.

Tabel 4 Hasil Statistik Deskriptif

	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan Emosional	141	26	104	65	13
Resiliensi Akademik	141	19	114	66,5	15,83

b. Kategorisasi Kecerdasan Emosional

Berdasarkan Tabel 5 hasil kategorisasi variabel X, dapat diketahui bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 83 siswa dengan presentase sebesar (59%). Partisipan yang berada pada kategori sedang sebanyak 58 siswa dengan presentase sebesar (41%) dan tidak terdapat siswa yang berada pada kategori rendah (0%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa SMK dalam penelitian memiliki tingkat kecerdasan emosional yang cenderung tinggi. Partisipan secara umum dinilai mampu mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi.

Tabel 5 Kategorisasi Kecerdasan Emosional

Kategori	Interval	N	Presentase
Tinggi	$X \geq 78$	83	59%
Sedang	$52 \leq X < 78$	58	41%
Rendah	$X < 52$	0	0%
Total		141	100%

c. Kategorisasi Resiliensi Akademik

Berdasarkan Tabel 6 hasil kategorisasi variabel Y, dapat diketahui bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat resiliensi akademik pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 105 siswa dengan presentase sebesar (74%). Partisipan yang memiliki tingkat resiliensi akademik kategori sedang sebanyak 36 siswa dengan presentase sebesar (26%), dan tidak terdapat siswa yang berada pada kategori rendah (0%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi tekanan, tantangan, maupun kesulitan dalam proses akademik.

Tabel 6 Kategorisasi Resiliensi Akademik

Kategori	Interval	N	Presentase
Tinggi	$Y \geq 82$	105	74%
Sedang	$51 \leq Y < 82$	36	26%
Rendah	$Y < 51$	0	0%
Total		141	100%

2. Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, dalam perhitungannya dilakukan dengan bantuan Program SPSS versi 26.

a. Uji Normalitas

Berdasarkan Tabel 7 hasil uji normalitas, diketahui bahwa variabel kecerdasan emosional menunjukkan KS-Z sebesar 0,073 dengan nilai signifikansi sebesar 0,065 ($p > 0,05$) dan variabel resiliensi akademik menunjukkan KS-Z sebesar 0,071 dengan nilai signifikansi sebesar 0,080 ($p > 0,05$). Dapat disimpulkan data kedua variabel berdistribusi normal.

Tabel 7 Hasil Uji Normalitas

	KS-Z	Sig.	Keterangan
Kecerdasan Emosional	0,073	0,065	$p > 0,05 \rightarrow$ normal
Resiliensi Akademik	0,071	0,080	$p > 0,05 \rightarrow$ normal

b. Uji Linearitas

Berdasarkan Tabel 8 hasil uji linearitas, dapat diketahui bahwa hasil F beda sebesar 0,959 dengan nilai signifikansi deviation from linearity sebesar 0,543 ($p > 0,05$) yang berarti hubungan kedua variabel linear.

Tabel 8 Hasil Uji Linearitas

	F beda	Sig.	Keterangan
Deviation from Linearity	0,959	0,543	$p > 0,05 \rightarrow$ linear

3. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan Teknik korelasi product moment dari Pearson yang sebelumnya sudah dilakukan uji normalitas dan linearitas. Perhitungan ini dilakukan dengan bantuan Program SPSS versi 26.

Berdasarkan Tabel 9 hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,397 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi akademik. Semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi pula resiliensi akademik, dan sebaliknya semakin rendah tingkat kecerdasan emosional maka semakin rendah pula resiliensi akademik. Hipotesis dalam penelitian ini diterima (H1 diterima).

Tabel 9 Hasil Uji Korelasi

Variabel	r XY	Sig.	Keterangan
Kecerdasan Emosional – Resiliensi Akademik	0,397	0,000	$p < 0,05 \rightarrow$ signifikan

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi akademik pada siswa SMK dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,397$ dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional siswa maka semakin tinggi pula resiliensi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional siswa maka semakin rendah pula resiliensi akademik yang dimiliki.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi memiliki peran penting dalam membantu siswa menghadapi tekanan maupun tantangan akademik. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu mengendalikan emosi negatif ketika menghadapi kesulitan belajar, tugas yang banyak, maupun tekanan akademik lainnya. Kemampuan tersebut membantu siswa tetap bertahan, tidak mudah menyerah, serta mampu menyesuaikan diri ketika menghadapi hambatan dalam proses belajar. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yasmin dan Mardiani (2024) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki kontribusi penting terhadap pembentukan resiliensi pada siswa SMK dalam menghadapi tantangan akademik maupun dunia kerja.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Tarigan dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berkorelasi positif dengan resiliensi akademik. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu mengelola tekanan, mengendalikan emosi negatif, serta tetap memiliki motivasi ketika menghadapi kesulitan akademik. Selain itu, penelitian Arifin (2022) juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memberikan pengaruh signifikan terhadap resiliensi siswa.

Dalam konteks siswa SMK, hasil penelitian ini menjadi relevan karena siswa SMK memiliki karakteristik pendidikan vokasional yang tidak hanya menuntut kemampuan akademik berupa tugas dan ujian, tetapi juga keterampilan praktik kejuruan, kegiatan Praktik Kerja Lapangan (PKL), serta persiapan memasuki dunia kerja maupun pendidikan lanjutan. Beragam tuntutan tersebut dapat memunculkan tekanan akademik maupun emosional pada siswa. Oleh karena itu, kemampuan mengelola emosi menjadi penting agar siswa mampu menghadapi berbagai tuntutan tersebut secara adaptif. Hal ini didukung oleh penelitian Aryani (2024) yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh terhadap resiliensi akademik pada remaja SMK di Jakarta.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel kecerdasan emosional, mayoritas siswa berada pada kategori tinggi yaitu sebesar (59%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu mengenali, mengatur, serta mengekspresikan emosi dengan cukup baik. Siswa yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung lebih mudah menyesuaikan diri terhadap tekanan maupun kesulitan yang muncul selama proses pembelajaran. Selain itu, siswa juga dapat lebih tenang ketika menghadapi kegagalan maupun kritik dalam kegiatan akademik. Penelitian Debyo dkk. (2024) juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berkaitan dengan kemampuan siswa dalam mengurangi stres akademik dan meningkatkan penyesuaian diri terhadap tekanan belajar.

Pada variabel resiliensi akademik, mayoritas siswa juga berada pada kategori tinggi yaitu sebesar (74%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang baik dalam bertahan dan bangkit ketika menghadapi kesulitan akademik. Siswa tetap

berusaha menyelesaikan tugas, mencari solusi terhadap masalah pembelajaran, serta mampu menyesuaikan diri ketika menghadapi tekanan akademik. Hasil ini sejalan dengan penelitian Anjelyta dkk. (2022) yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat resiliensi akademik yang tinggi dalam menghadapi tekanan pembelajaran.

Tingginya resiliensi akademik pada siswa dalam penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh kemampuan siswa dalam mengelola emosi serta menyesuaikan diri terhadap tuntutan pendidikan di SMK. Siswa yang mampu mengontrol emosi biasanya lebih mudah mempertahankan motivasi belajar, menerima kritik, dan mencari solusi ketika menghadapi hambatan akademik. Hal ini sesuai dengan pendapat Cassidy (2016) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi akademik mampu tetap bertahan dan mencapai keberhasilan akademik meskipun menghadapi situasi yang sulit.

Meskipun demikian, nilai koefisien korelasi sebesar 0,397 menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi akademik berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil perhitungan sumbangan efektif, diketahui bahwa kecerdasan emosional memberikan kontribusi sebesar 15,76% terhadap resiliensi akademik siswa SMK. Hal tersebut menunjukkan bahwa resiliensi akademik tidak hanya dipengaruhi oleh kecerdasan emosional saja, tetapi 84,24% juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial, self efficacy, lingkungan sekolah, motivasi belajar, maupun kemampuan coping individu. Hal ini didukung oleh studi literatur yang dilakukan oleh Khusniyah dkk. (2025) yang menyatakan bahwa resiliensi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti self efficacy, dukungan sosial, regulasi emosi, serta lingkungan belajar siswa.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu pengambilan data dilakukan secara online sehingga peneliti tidak dapat mengontrol secara langsung kondisi partisipan saat mengisi kuesioner. Penelitian ini juga hanya berfokus pada hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi akademik tanpa meneliti faktor lain yang mungkin turut memengaruhi resiliensi akademik siswa SMK. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi resiliensi akademik, seperti self efficacy, dukungan sosial, maupun coping stress.

Namun demikian, penelitian ini memberikan gambaran bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan yang penting dengan resiliensi akademik pada siswa SMK. Oleh karena itu, kemampuan siswa dalam mengenali dan mengelola emosi perlu dikembangkan, baik melalui pembelajaran di sekolah maupun melalui dukungan dari guru dan lingkungan sekitar, agar siswa lebih mampu menghadapi berbagai tantangan akademik yang mereka alami.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi kecerdasan emosional siswa maka semakin tinggi pula resiliensi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional siswa maka semakin rendah pula resiliensi akademik yang dimiliki. Selain itu, kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 15,76% terhadap resiliensi akademik siswa SMK, sedangkan 84,24% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas siswa SMK dalam penelitian ini memiliki tingkat kecerdasan emosional dan resiliensi akademik yang berada pada kategori tinggi.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penelitian ini. Berikut beberapa saran yang diajukan oleh peneliti:

1. Bagi siswa SMK

Siswa diharapkan dapat terus mengembangkan kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosi agar mampu menghadapi tekanan maupun kesulitan akademik secara lebih adaptif.

2. Bagi guru dan sekolah

Guru dan pihak sekolah diharapkan tidak hanya berfokus pada pengembangan kemampuan akademik dan keterampilan vokasional siswa, tetapi juga memperhatikan aspek emosional siswa. Sekolah dapat memberikan dukungan melalui kegiatan bimbingan konseling, pelatihan pengelolaan emosi, maupun program pengembangan diri untuk membantu meningkatkan resiliensi akademik siswa.

3. Bagi orang tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan dukungan emosional dan motivasi kepada siswa selama menjalani proses pendidikan. Dukungan dari keluarga dapat membantu siswa merasa lebih percaya diri dan mampu menghadapi tekanan akademik dengan lebih baik.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi resiliensi akademik, seperti self efficacy, dukungan sosial, coping stress, maupun motivasi belajar. Hal tersebut dikarenakan dalam penelitian ini kecerdasan emosional hanya memberikan sumbangan efektif sebesar 15,76% terhadap resiliensi akademik, sehingga masih terdapat faktor lain sebesar 84,24% yang dapat memengaruhi resiliensi akademik siswa. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat mempertimbangkan perbedaan karakteristik jurusan pada siswa SMK untuk melihat kemungkinan adanya perbedaan kecerdasan emosional maupun resiliensi akademik pada masing-masing bidang keahlian.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiffah, P. N., & Wardani, Y. I. (2023). Hubungan resiliensi akademik dengan stres, kecemasan, dan depresi remaja SMA di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 8(1). DOI: <https://doi.org/10.32419/jppni.v8i1.366>
- Ainnayyah, R., & Nursalim, M. (2022). Hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap resiliensi akademik peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Waru Sidoarjo selama belajar dari rumah (BDR). *Jurnal BK Unesa*, 12(3).
- Amilia, S., & Purnama, R. (2016). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap kinerja pegawai PT. Indonesia Comnets Plus di Bandung. *Journal of Business Management and Entrepreneurship Education*, 1(1), 24-30.
- Anjelyta, H. T., Rasimin, R., & Sarman, F. (2022). Resiliensi akademik siswa di SMP Negeri 25 Kota Jambi setelah menghadapi situasi pandemi. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(6), 11003–11007. DOI: <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.10181>
- Arifin, S. (2022). Pengaruh religiusitas, kecerdasan emosional dan dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi siswa kelas VII SMP IT Masjid Syuhada Yogyakarta tahun pelajaran 2019/2020. *Islamic Education*, 2(1), 1–6. DOI: <https://doi.org/10.57251/ie.v2i1.261>
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(18), 1–11. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Debyo, L. D., Suarni, N. K., & Gunamantha, I. M. (2024). Hubungan antara kecerdasan emosional dan minat belajar dengan tingkat stres akademik siswa sekolah dasar. *PENDASI: Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 8(2). DOI: https://doi.org/10.23887/jurnal_pendas.v8i2.3359
- Demarchi, C. (2020). A new decade for social changes. *Technium Social Sciences Journal*, 9, 228–297. <https://techniumscience.com/index.php/socialsciences/article/view/332/1>
- Dusseldorp, C. L. R. L., Meijel, G. K. B., & Derksen, L. J. J. (2010). Emotional intelligence of mental health nurses. *Journal of Clinical Nursing*, 20(3-4), 555-562. DOI : <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2009.03120.x>

- Goleman, D. Alih bahasa : T. Hermaya. (2007). *Emotional intelligence : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Habsari, S. (2005). *Bimbingan dan Konseling SMA untuk Kelas XI*. Bandung: Grafindo Media Pratama.
- Hair, J. F., Black, W. c., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis*. Jakarta Timur: Prenadamedia Group, hlm 80.
- Indriyani, N. (2020). *Adaptasi Alat Ukur Kecerdasan Emosi*
- Juwita, R., Dewinda, R. H., & Fitriany, R. (2022). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan organisasional citizenship behavior (OCB) pada karyawan PT. Mitra Kerinci di Kabupaten Solok Selatan. *Jurnal Psikologi Jambi*, 7(1), 15-25. e-ISSN: 2580-7021, p-ISSN: 2528-2735.
- Kementerian Koordinator Bidang Perekonomian Republik Indonesia. (2018). Pemerintah luncurkan making Indonesia 4.0. <https://ekon.go.id/publikasi/detail/1443/pemerintah-luncurkan-making-indonesia-40> (Diakses pada tanggal 24 Maret 2025).
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2018). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2018 tentang Standar Nasional Pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan/Madrasah Aliyah Kejuruan. <https://jdih.kemdikbud.go.id/sjdih/siperpu/dokumen/salinan/Permendikbud%20Nomor%2034%20Tahun%202018.pdf> (Diakses pada tanggal 24 Maret 2025)
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2021). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2021 tentang Penerimaan Peserta Didik Baru pada Taman Kanak-Kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, dan Sekolah Menengah Kejuruan. <https://jdih.kemdikbud.go.id/sjdih/siperpu/dokumen/salinan/PERMENDIKBUD%20NOMOR%201%20TAHUN%202021.pdf> (Diakses pada tanggal 24 Maret 2025).
- Khotimah, K., Budiono, N. A., & Wahyuni. (2022). Hubungan motivasi belajar dengan resiliensi akademik siswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(2), 180-189.
- Kumalasari, D., Luthfiyanni, A. N., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis faktor adaptasi instrumen resiliensi akademik versi Indonesia: Pendekatan eksploratori dan konfirmatori. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 9(2). DOI: <https://doi.org/10.21009/JPPP.092.06>
- Khusniyah, S. K., Christiana, E., & Setiawati, D. (2025). Resiliensi akademik siswa: Studi literatur. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*.
- Lopez, M. S., Extremera, N., & Rey, L. (2017). Contributions of work related stress and emotional intelligence to teacher engagement: additive and interactive effects. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(10), 1156. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph14101156>
- Martin, A., & Marsh, H. (2003). Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment. *AARE/NZARE* (pp. 1-12). New Zealand: Joint AARE/NZARE Conference.
- MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150-186. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/bul0000219>
- Octavani, F., Mahir, I., & Avianti, R. A. (2023). Hubungan kecerdasan emosional terhadap kesiapan kerja siswa kelas XII Teknik Pemesinan SMK Negeri 4 Jakarta. *Jurnal Pendidikan Teknik dan Vokasional*, 6(2). DOI: <https://doi.org/10.21009/JPTV.6.2.116>
- Okvella, H. T. C., & Setyandari, A. (2022). Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling Tahun Ajaran 2021/2022. *Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(2), 18-24.
- Ononye, U., Ogbeta, M., Ndudi, F., Bereprebofa, D., & Maduemezia, I. (2022). Academic resilience, emotional intelligence, and academic performance among undergraduate students. *Knowledge and Performance Management*, 6(1), 1-10. DOI: [http://dx.doi.org/10.21511/kpm.06\(1\).2022.01](http://dx.doi.org/10.21511/kpm.06(1).2022.01)
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition And Personality*, Vol. 9(3) 185-211, 1989-90.
- Sari, D., Razak, A. & Jalal, M. N. (2024). The relationship between social support and academic

- resilience in first year migrant students at Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 172-184. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.11083513>
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-182. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2016.14979>
- Satyaninrum, R. I. (2014). Pengaruh school engagement, locus of control, dan social support terhadap resiliensi akademik remaja. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 2(1).
- Saufi, M., Budiono, N. A., & Mutakin, F. (2022). Korelasi self regulated learning dengan resiliensi akademik mahasiswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(1), 67-75. e-ISSN 2623-033X, p-ISSN 2623-0348.
- Sayuti, M., & Mujiarto. (2018). Employability skills in vocational high school context: An analysis of the KTSP curriculum. *Journal of Vocational Education Studies*, 1(2), 33-44. DOI: <https://doi.org/10.12928/joves.v1i2.707>
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167– 177. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4)
- Situmorang, I. C. G., & Desiningrum, R. D. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan coping stress pada mahasiswa tingkat pertama jurusan musik di Institut Seni Indonesia Yogyakarta. *Jurnal Empati*, 7(3), 279-285.
- Stein, S. J., & Book, H. E. (2004). Ledakan EQ: 15 prinsip dasar kecerdasan emosional meraih sukses. (Januar Sar, T. R. & Murtanto, Y.). Bandung: Kaifa.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sumarno, C., Kuat, T., & Susatya, E. (2022). Kompetensi guru, budaya kerja, dan motivasi guru berpengaruh terhadap kesiapan kerja siswa SMK. *Jurnal Taman Vokasi*, 10(2), 111-123. DOI: <https://doi.org/10.30738/jtvok.v10i2.13496>
- Tarigan, T. N., br Karo, S., br Tarigan, S., & Sinuraya, S. F. (2020). Hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi akademik anak panti asuhan. In *Veritate Lux*, 3(2), 54–61. DOI: <https://doi.org/10.63037/ivl.v3i2.64>
- Trigueros, R., Padilla, M. A., Parra, A. M. J., Rocamora, P., Gazquez, M. J. M., & Liria, L. R. (2020). The influence of emotional intelligence on resilience, test anxiety, academic stress and the mediterranean diet. A study with university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 2071. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17062071>
- Wulandari, E., & Ratnaningsih, Z. I. (2017) Hubungan antara kecerdasan emosional dengan keterikatan kerja pada guru sekolah menengah atas negeri berakreditasi A di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. *Jurnal Empati*, 6(1), 133-138.
- Yasmin, N., & Mardiani, M. (2024). Hubungan kecerdasan emosional dengan resiliensi dalam menghadapi dunia kerja. *Jurnal Pendidikan Teknik Bangunan*, 4(2).