

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Pengaruh Kecerdasan Emosi dan *Flow* Akademik terhadap Resiliensi Akademik pada Siswa SMA Negeri 3 Jombang” ini ditulis oleh Aninda Nuril Amelia, NIM 1860308221010, dengan pembimbing Dr. Zun Azizul Hakim, M.Psi., Psikolog.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi, *Flow* Akademik, Resiliensi Akademik, Siswa SMA.

Penelitian ini berangkat dari fenomena bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan akademik yang semakin kompleks. Kondisi tersebut terlihat dari munculnya tekanan belajar, rasa cemas saat menghadapi evaluasi, serta belum optimalnya kemampuan untuk kembali bangkit ketika mengalami hambatan dalam proses pembelajaran. Situasi ini menunjukkan bahwa siswa membutuhkan kemampuan adaptif yang memadai agar dapat tetap bertahan dan menyesuaikan diri dalam lingkungan akademik. Dalam konteks tersebut, resiliensi akademik menjadi aspek penting yang mencerminkan kemampuan siswa dalam mengelola tekanan, mempertahankan usaha belajar, serta memulihkan kondisi setelah menghadapi kesulitan. Kecerdasan emosi dan *flow* akademik dipandang sebagai dua faktor yang berpotensi berperan dalam mendukung terbentuknya kemampuan tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh antara kecerdasan emosi dan resiliensi akademik, menelaah peran *flow* akademik terhadap resiliensi akademik, serta melihat kontribusi keduanya secara bersama-sama dalam menjelaskan kondisi resiliensi akademik siswa SMA Negeri 3 Jombang.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier berganda. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner yang mencakup skala kecerdasan emosi yang mengacu pada penelitian sebelumnya, serta skala *flow* akademik dan resiliensi akademik yang disusun berdasarkan landasan teori yang relevan. Subjek penelitian berjumlah 292 siswa yang ditentukan dengan teknik quota sampling.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosi berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik dengan nilai signifikansi ($0,000 < 0,05$). *Flow* akademik juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik dengan nilai signifikansi ($0,000 < 0,05$) serta memiliki pengaruh yang lebih dominan. Secara simultan, kecerdasan emosi dan *flow* akademik berpengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik dengan nilai signifikansi ($0,000 < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,569 menunjukkan bahwa kedua variabel memberikan kontribusi sebesar 56,9% terhadap resiliensi akademik, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, kecerdasan emosi dan *flow* akademik merupakan faktor penting dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang terintegrasi dalam pengembangan kemampuan pengelolaan emosi dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran guna meningkatkan ketahanan akademik secara optimal.

ABSTRACT

This thesis entitled “The Effect of Emotional Intelligence and Academic *Flow* on Academic Resilience among Students of SMA Negeri 3 Jombang” was written by Aninda Nuril Amelia, NIM 1860308221010, under the supervision of Dr. Zun Azizul Hakim, M.Psi., Psychologist.

Keywords: Emotional Intelligence, Academic *Flow*, Academic Resilience, High School Students.

This study originates from the phenomenon that a number of students still encounter difficulties in coping with increasing academic demands. Such challenges are reflected in the emergence of learning-related stress, anxiety during evaluations, and limited ability to recover after experiencing academic setbacks. These conditions highlight the importance of academic resilience as a capacity that enables students to adapt, maintain their learning engagement, and regain stability when facing difficulties. In this regard, emotional intelligence and academic *flow* are considered potential internal factors that may contribute to the development of academic resilience.

The purpose of this study is to examine the effect of emotional intelligence on academic resilience, to analyze the role of academic *flow* in shaping academic resilience, and to investigate the combined contribution of both variables among students of SMA Negeri 3 Jombang.

This research employed a quantitative approach using multiple linear regression analysis. Data were collected through questionnaires consisting of an emotional intelligence scale adapted from previous studies, along with academic *flow* and academic resilience scales developed based on relevant theoretical frameworks. The participants of this study were 292 students selected through quota sampling technique.

The results showed that emotional intelligence had a positive and significant effect on academic resilience with a significance value of ($0.000 < 0.05$). Academic *flow* also had a positive and significant effect on academic resilience with a significance value of ($0.000 < 0.05$) and showed a more dominant influence. Simultaneously, emotional intelligence and academic *flow* had a significant effect on academic resilience with a significance value of ($0.000 < 0.05$). The coefficient of determination (R^2) was 0.569, indicating that both variables contributed 56.9% to academic resilience, while the remaining percentage was influenced by other factors outside this study.

In conclusion, emotional intelligence and academic *flow* are important factors in improving students' academic resilience. Therefore, integrated efforts are needed to develop emotional regulation skills and student engagement in the learning process to enhance academic resilience optimally.