

## HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN RESILIENSI PADA PARA SUSTER YUNIOR DI KOTA YOGYAKARTA

Lusia Lenisia Tima  
Titik Muti'ah

### ABSTRACT

*This study is a correlation research that is intended to determine whether there is a correlation between emotional intelligence and resilience of the junior nuns. The method used is the Pearson Product-moment method of correlation studies. The sample was 85 nuns who live in the city of Yogyakarta. This study used two scales as a measurement tool, namely the scale of emotional intelligence and resilience were prepared by the researcher in the form of Likert Scale. Number of all items is 55 items consisted of 38 items from resilience and 17 items emotional intelligence. The scale emotional intelligence has a reliability of 0.790 resilience and scale of resilience has reliability of 0.899.*

*The results were analyzed using SPSS for windows version 16 release. The results indicate a positive and significant relationship between emotional intelligence and resilience, with a coefficients correlation of 0.870 and significance level, 0.00 ( $p < 0.05$ ). With this it can be said that the hypothesis that there is a positive relationship between emotional intelligence and resilience acceptable. Effective contribution to the study of 75.7%, amounting to 75.7% meaning that resilience is determined by emotional intelligence. Higher emotional intelligence also increasingly steeper resilience.*

*Keyword: Resilience, emotional intelligence, the Junior Nuns*

### ABSTRAK

*Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat korelasional yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara kecerdasan emosional dan resiliensi para suster yunior. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian korelasi Product-moment Pearson Sampel penelitian ini adalah 85 orang suster yang tinggal di daerah Kota Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan dua skala sebagai alat ukur, yakni skala kecerdasan emosional dan resiliensi yang disusun sendiri oleh peneliti dalam bentuk Skala Likert. Jumlah item keseluruhan adalah 55 item yang terdiri dari 38 item resiliensi dan 17 item kecerdasan emosional. Skala kecerdasan emosional memiliki reliabilitas 0,790 dan skala resiliensi memiliki reliabilitas sebesar 0,899.*

*Hasil penelitian diolah menggunakan program SPSS for window release version 16. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi, dengan adanya koefisien korelasi sebesar 0,870 dan tingkat signifikansi, 0,00 ( $p < 0,05$ ). Dengan ini dapat dikatakan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dan resiliensi dapat diterima. Sumbangan efektif dalam penelitian sebesar 75,7 %, artinya resiliensi sebesar 75,7 % ditentukan oleh kecerdasan Emosional. Semakin tinggi kecerdasan emosional semakin tinggi pula resiliensi.*

*Kata Kunci: Resiliensi, Kecerdasan Emosional, Suster Yunior*

## PENDAHULUAN

Kaum religius dalam Gereja Katolik secara singkat dapat dirumuskan sebagai orang-orang yang ingin mengikuti Kristus dengan lebih dekat dan bebas serta meneladan hidup dan karya Yesus Kristus dengan kesungguhan hati, yang diikarkan dalam kaul-kaul kebiaraan. Gerakan monastik (Hidup bakti) di kalangan Kristen telah terjadi sekitar akhir abad ke-2 atau awal abad ke-3 yang bermula di daerah sekitar Mesir. Tarekat hidup bakti atau hidup membiara berawal dari kerinduan orang-orang (rahib) untuk menemukan Tuhan dalam keheningan. Para pertapa memulai hidup sendiri-sendiri di padang gurun untuk menemukan kesucian dengan menekankan

matiraga (askese) dan pemusatan pada perkara-perkara Allah. Praktek askese yang diterapkan pada saat itu adalah makanan, hubungan seksual, kemiskinan, dan penyesahan diri. Jumlah orang-orang yang ingin hidup sebagai rahib semakin banyak. Mereka mulai hidup dalam komunitas-komunitas biara dan membuat aturan-aturan sebagai pedoman hidup bersama. Sampai saat ini sejarah mencatat bahwa Basilius pada masa itu telah membuat pedoman hidup (regula) yang sangat lengkap dan detail dari yang sebelumnya. Dalam regula ini menguraikan tentang hidup monastik dalam aspek doa dan keheningan serta tentang hidup bersama (Jacobs, 1997).

Gereja mengharapkan bahwa dengan penghayatan kaul dan nasehat-nasehat Injil yang mendalam para religius mampu membebaskan diri dari apapun yang menghambat perkembangan hidup. Dalam *Lumen Gentium* memaparkan bahwa kesatuan hidup dengan Kristus yang memanggil menghantar para religius pada pembebasan diri dan batin dari ikatan duniawi, hidup dalam kemiskinan, ketaatan dan kemurnian. Kaum religius yang telah mengikrarkan diri dalam tarekat-tarekat tertentu dalam Gereja, untuk hidup secara merdeka dalam menghidupi nilai-nilai Injili mengalamai tantangan besar. Kaul kemiskinan yang diharapkan membebaskan mampu religius dari kelekatan terhadap barang-barang duniawi, menjadi beban yang membelenggu kehidupan dan panggilan (*Paul Suparno, 2011*). Peraturan-peraturan biara yang melarang penggunaan media komunikasi secara bebas, kerap kali dianggap oleh kaum religius sebagai suatu masalah yang membatasi hak-hak dan kebebasan individu.

Tahapan-tahapan pembinaan dalam tarekat-tarekat biarawati meliputi : Masa Aspiran yang merupakan saat seseorang mengenal terkat yang dipilih. Masa aspiran berlaku selama satu tahun. Setelah masa aspiran seorang calon suster yang memilih dan dipilih untuk melanjutkan pembinaan memasuki masa Novisiat selama kurang lebih dua tahun. Pada masa ini tarekat atau Kongregasi berusaha mengenal calon anggota secara utuh. Latihan-latihan dasar spiritualitas dan hidup bersama mulai ditanamkan dalam diri calon. Setelah melewati masa Novisiat calon suster memasuki masa yuniorat yang ditandai dengan pengikraran kaul sementara. Pada masa ini para suster junior mulai dilibatkan dalam karya-karya Kongregasi. Masa junior diakhiri dengan pengikraran kaul kekal dimana seorang suster menjadi anggota suatu tarekat secara sah. Para suster yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah bila mengalami kesulitan dalam hidup bersama, atau maupun dalam penghayatan kaul-kaul kerap kali menjadi sangat terpuruk dan sulit bangkit menata hidup untuk memulai lagi masa depan. Individu yang tidak mampu beradaptasi terhadap pengalaman-pengalaman sulit dalam hidup, mengalami depresi atau kehilangan orientasi hidup (*Goleman, 2001*). Ketika tekanan dan kesulitan dialami secara intens dan cepat dalam hidup, individu perlu mengembangkan kemampuan dirinya, agar mampu melewati pengalaman sulit secara efektif dan berani.

Menurut Mayer (Goleman, 2002) ada beberapa cara orang memberikan respon ketika menghadapi atau menangani emosi negatif. Ada sebagian orang yang sungguh sadar akan situasi yang sedang dihadapi tanggap dan siap mencari jalan keluar. Adapula yang cenderung tenggelam dalam permasalahan, menyesali diri pasrah pada keadaan. Melihat dinamika emosi individu tersebut maka penting bagi setiap individu memiliki kecerdasan emosional agar mampu memaknai setiap peristiwa dengan cara yang positif. Kecerdasan emosional membantu individu menjadikan hidup ini lebih bermakna. Individu yang berani menghadapi tantangan dan berhasil melewati masa sulit yang dialami memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, sedangkan individu yang memiliki resiliensi rendah, menganggap pengalaman sulit sebagai penghalang untuk mencapai tujuan hidup bahkan mengalami stres yang serius. Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah kadang takut dengan tantangan dan berusaha menghindari dari kesulitan. Kesulitan dan kegagalan dianggap sebagai penghalang masa depan, tidak ada makna yang bisa dipetik sebagai pelajaran untuk hidup ke masa depan.

Para suster junior dalam Gereja Katolik kerap kali menghindari bahkan lari dari kesulitan dan masalah. Para suster junior pada saat mengalami pengalaman sulit atau tantangan, menjadi kurang setia kesetiaan terhadap panggilan dan mengabaikan nilai-nilai kristianitas seperti pengorbanan, kesetiaan, rendah hati dan kejujuran. Banyak kasus yang saat-saat ini diangkat, tentang kehidupan kaum religius dalam Gereja Katolik sungguh memprihatinkan. Paul Suparno (2004) dalam buku *saat jubah bikin gerah*, memaparkan suatu realitas kemerosotan daya juang kaum religius dalam Gereja Katolik untuk setia dan bertahan dalam situasi sulit. Para religius dilanda arus instant, yang menuntut sesuatu lebih cepat dan berjalan mulus. Selalu mencari cara untuk melarikan diri dari kesulitan dan menjadi frustrasi bila kesulitan berkepanjangan. Oleh beberapa pengamat dan peneliti yang mencoba menguak kemerosotan kualitas hidup religius mengemukakan bahwa para religius saat ini tidak mampu mengolah rasa perasaan menjadi suatu persembahan hidup yang murni, melainkan takluk pada nafsu yang menyenangkan dan menyesatkan.

Kaum religius jaman ini, mengalami ketidakmatangan emosional yang ditandai dengan ketidaksiapan menghadapi peristiwa-peristiwa yang menantang dan sulit. Hal ini menjadi salah satu keprihatinan Gereja maupun tarekat hidup bakti. Dalam kongres Gereja mengenai hidup bakti pada tahun 2004 merumuskan beberapa tantangan besar jaman ini dalam hal kepribadian seorang religius Katolik. Kaum religius Katolik zaman ini, adalah generasi muda yang sensitif terhadap macam-macam hal tetapi sekaligus generasi yang mudah terluka, mudah putus asa, dan labil. Banyak pula kaum religius kurang menyadari arti dan konsekuensi dari pilihan hidup. Kaum religius tidak memahami dengan baik bahwa hidup bersama kaum religius (biarawan-biarawati) bukanlah suatu pilihan yang berdasarkan pada kecocokan individu melainkan karena panggilan yang berasal dari Allah sendiri. Panggilan yang dimaknai sebagai suatu undangan untuk mencintai Tuhan dan sesama secara total.

Dasar dalam pembentukan komunitas religius adalah kesadaran bahwa hidup bersama adalah suatu anugerah (Martasudjito, 2002). Selanjutnya dalam komunitas kaum religius, dapat dirasakan perbedaan-perbedaan yang sangat mencolok, baik dari segi budaya, latar belakang keluarga, kepribadian, hobi dan juga pengalaman-pengalaman yang menyertai individu.

Alex Lanur (2009) mengatakan bahwa hidup bersama dengan bermacam-macam orang yang mempunyai asal-usul, latar belakang, umur, pendidikan, pekerjaan, dan sebagainya yang berbeda-beda merupakan suatu beban yang seringkali tidak terpikulkan. Menjalani masa pembinaan yang panjang ataupun menempuh pendidikan yang semakin tinggi, tidak secara otomatis mengubah seorang religius menjadi pribadi yang matang dalam membangun hidup bersama dalam komunitas. Karena pada kenyataannya masih banyak kaum religius yang mengalami hambatan dalam kedewasaan dan pertumbuhan seperti sikap-sikap hidup yang

*defensif sensitif* (daya tahan yang rendah), mudah tersinggung, *kompulsif* ; dimana individu melakukan suatu pertahanan diri yang tidak wajar. Perilaku-perilaku tersebut di atas dapat membentuk kepribadian yang bertentangan dengan nilai-nilai kasih dan religiusitas. Kebersamaan yang seharusnya menumbuhkan persaudaraan yang saling menguatkan dan meneguhkan, tetapi yang terjadi sebaliknya adalah saling bersaing yang menjurus arah yang tidak sehat (Paul Suparno, 2011). Pembentukan pribadi yang tangguh dan kuat menuntut kaum religius melatih diri dalam proses pembinaan awal (Aspiran, Postulat, Novisiat, Yuniort) maupun pembinaan lanjutan (on Gong Formation) bagi religius yang sudah menjalani kehidupan membiara selama duapuluh lima tahun ke atas. Banyak latihan-latihan hidup bersama yang diprogramkan oleh komunitas pembinaan atau kongregasi tertentu bagi para religius agar mampu menjalin relasi personal satu sama lain dibawah perbedaan-perbedaan yang ada, maupun dalam tekanan-tekanan dan konflik yang terjadi akibat perselisihan dan salah paham. Sebagai wanita yang memasuki masa dewasa dini, seorang suster junior akan berhadapan dengan perubahan-perubahan yang sangat besar baik bersifat fisik maupun psikologis. Menurut Hurlock (2008) mengungkapkan bahwa masa dewasa dini sebagai masa bermasalah dan saat-saat penuh ketegangan emosional. Para suster (biarawati) yang memasuki masa junior akan mengalami hal yang sama dengan wanita pada umumnya ketika memasuki masa dewasa dini. Permasalahan-permasalahan yang timbul pada masa dewasa merupakan akibat dari penyesuaian diri dengan orang lain, maupun dengan keadaan atau situasi baru. Lebih lanjut Hurlock menerangkan bahwa penyesuaian diri terhadap masalah pada masa dewasa dini sangat sulit. Kesulitan ini lebih dipengaruhi oleh ketidaksiapan individu dalam menghadapi masalah dan pemecahannya. Lingkungan dan orang-orang-orang di sekitar individu menganggap orang yang memasuki masa dewasa sudah mampu memecahkan masalah dan jarang memberi bantuan.

Para suster pada masa junior ini telah diberi tanggung jawab dalam suatu karya Kongregasi. Banyak harapan dan tanggung jawab yang dipercayakan kepada para suster junior. Dengan demikian semakin banyak pula tantangan dan kesulitan yang dialami. Berhadapan dengan situasi tersebut para suster junior berusaha terus menerus membarui diri sesuai dengan tuntutan zaman, mengembangkan kemampuan dan keterampilan dalam membatinkan nilai-nilai religius serta mewujudkan harapan dan cita-cita kongregasi. Beberapa Penelitian telah menunjukkan pentingnya seseorang memiliki kecerdasan emosional dalam menjalin hubungan dengan orang lain atau hidup bersama dengan orang lain. Gottman (1997) menunjukkan fakta bahwa kecerdasan emosional membantu seseorang membina kehidupan bersama dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi. Menurut Salovey dan Mayer (Goleman 2001) kecerdasan emosi merupakan kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan perasaan. Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mampu bergaul dengan siapa saja dan menjadi kaya dalam segala sesuatu.

Ekman (2010) mengemukakan pendapat bahwa kecerdasan emosional membantu individu dalam usaha mengembangkan resiliensi pada saat menghadapi berbagai macam tantangan yang terjadi dalam hidup bersama, sehingga dapat menyesuaikan diri dengan keadaan dan merespon segala sesuatu atau peristiwa dengan baik dan tepat. Dalam kehidupan bersama atau Komunitas, resiliensi menjadi pendorong setiap anggota untuk memiliki beberapa sifat-sifat antara lain:

1. Memperhatikan dan memberikan kasih sayang kepada sesama
2. Memiliki harapan dan dukungan yang tinggi. Memberikan kesempatan yang selalu terbuka untuk ikut berpartisipasi seluas-luasnya pada kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh komunitas tersebut.

Menurut Sheed (2007) kecerdasan emosional membantu individu untuk menerima kenyataan dan menghargai setiap peristiwa sebagai anugerah dan memaknainya untuk perjuangan ke masa depan. Kecerdasan emosional membantu individu mencapai kematangan pribadi, yang mampu menerima kenyataan hidup. Kecerdasan emosional harus dimiliki oleh setiap orang yang mau hidup sebagai religius atau semua orang yang ingin menjalin suatu relasi persahabatan dengan orang lain. Berelasi di lingkungan sosial tempat individu hidup dan tinggal, masyarakatpun menuntut setiap orang untuk sampai pada kedewasaan emosional. Individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional rendah sulit untuk menjalin suatu hubungan dengan orang lain. Sebaliknya individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, mudah beradaptasi dengan orang-orang yang baru dikenal. Kecerdasan emosional tidak dengan sendirinya meningkat seiring dengan bertambahnya usia dan tingkat pendidikan individu, tetapi kecerdasan emosional dapat meningkat dan terus berkembang bila setiap individu mau berlatih terus menerus (Covey, 2005). Lebih lanjut Covey menerangkan bahwa ada prinsip yang harus menjadi habitus dalam hidup seseorang sebagai latihan untuk meningkatkan kecerdasan emosional antara lain: melatih diri untuk proaktif, mulai suatu misi dengan tujuan utama, belajar untuk mendahulukan yang utama, berpikir menang-menang, berusaha untuk lebih dahulu memahami orang lain daripada dipahami, dan mewujudkan kerjasama yang positif dan efektif.

Childre dan Bruce (Covey, 2005) menggambarkan situasi dalam hidup bersama (Komunitas) dimana anggota dalam komunitas tersebut mengabaikan kecerdasan emosional. Komunitas tersebut akan mengalami kekacauan emosional yang berdampak pada marah, iri hati, ketamakan, cemburu dan rasa bersalah yang irasional. Begitu pula dengan individu-individu yang tidak melatih ketajaman emosional rentan terhadap tekanan-tekanan dalam berelasi dengan orang lain, menarik diri, tidak fokus dan tidak kreatif. Kehidupan para suster dalam komunitas, juga mengalami hal-hal yang diungkapkan oleh Doc Childre dan Bruce Cryer. Adanya perasaan iri hati karena perbedaan profesi tertentu atau kelebihan-kelebihan orang lain. Suster junior pada rentang usia 25 sampai dengan 35 tahun dengan segala beban psikologis, akan mengalami tekanan-tekanan yang serius bila tidak melatih diri mengembangkan kecerdasan emosional.

Kecerdasan emosional juga membantu para suster junior menghayati kaul-kaul yang diikrarkan dalam kongregasi dan Gereja pada umumnya. Tantangan berat dialami junior dalam memenuhi kebutuhan dasar seorang perempuan pada masa tersebut. Menurut Hurlock (2009) pada masa dewasa dini dengan rentang usia 25 sampai dengan 35 tahun seorang perempuan memasuki periode penyesuaian diri terhadap pola kehidupan yang baru terutama menyesuaikan diri dengan harapan sosial. Lebih lanjut Hurlock menekankan bahwa masa penyesuaian ini merupakan masa yang amat sulit. Bila para suster tidak melatih kecerdasan emosional dalam hidup sehari-hari akan mengalami kesulitan menghadapi realita yang menuntut penyesuaian diri, pengorbanan dan ketulusan. Dalam hidup bersama di komunitas karya para suster junior dituntut untuk menyesuaikan diri dengan para suster medior maupun senior. Belajar mengolah perasaan-perasaan yang muncul dari setiap peristiwa yang dialami dengan melakukan refleksi dan pematangan nilai-nilai hidup manusia.

Bardwick (Hurlock, 2009) melukiskan bahwa pada masa dewasa awal individu mulai menentukan komitmen untuk masa depan. Komitmen yang dibuat individu tidak selamanya terpenuhi, maka hal yang perlu dikembangkan adalah motivasi yang tinggi untuk tetap mempertahankan komitmen awal atau keberanian menerima situasi, bila tidak mampu mewujudkan komitmen. Para suster junior dapat mengartikan komitmen sebagai kesetiaan dalam panggilan sebagai seorang biarawati dalam perutusan Gereja. Konsekuensi dari komitmen atau kesetiaan ini menuntut para suster junior agar dengan kebebasan mengikat diri

dalam tarekat yang ditandai dengan mengikrarkan tiga kaul yakni kaul kemurnian, ketaatan dan kemiskinan. Ketiga kaul ini merupakan komitmen yang dipilih oleh para suster. Dengan pilihan bebas ini para suster junior melatih *formation* diri untuk merubah pola dan semangat hidup agar selaras dengan nilai-nilai ketiga kaul yang telah diikrarkan. Kemampuan untuk meyelaraskan hidup dengan nilai-nilai kaul, bukanlah suatu yang mudah. Para suster akan mengalami perasaan-perasaan sakit, kecewa, dan merasa tidak berarti. Pergumulan batin seringkali menimbulkan rasa putus asa dan mandek. Oleh karena itu betapa penting seorang suster melatih diri dalam mengelola perasaan-perasaan dan merespon reaksi emosional untuk meningkatkan resiliensi.

Dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan aspek penting dalam membentuk kepribadian seseorang menjadi tangguh dan penuh optimisme. Resiliensi membantu individu bertahan di dalam kesulitan yang sedang dialami dan berusaha dengan berani menemukan jalan keluar. Tidak lari dari kesulitan, namun tetap memberi respon positif serta kemampuan mengelola pengalaman sulit yang sedang dialami.

Tujuan penelitian yang diharapkan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi kaum religius, secara khusus para para suster junior pada rentang usia 25 sampai dengan 35 tahun yang tinggal di daerah Kota Yogyakarta.

## **METODOLOGI**

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi, yaitu instrumen yang dipakai untuk mengukur atribut psikologis (Azwar, 2003). Skala yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala likert adalah skala yang mengukur kekuatan persetujuan dari pernyataan-pernyataan untuk mengukur sikap atau perilaku. Kedua skala ini dibagi dalam dua bagian yang terdiri atas pertanyaan-pertanyaan yang bersifat favorabel dan unfavorabel. Skala yang bersifat favorable merupakan pernyataan yang bersifat mendukung atau menunjukkan ciri adanya atribut terhadap objek sikap yang diukur. Sedangkan unfavorabel merupakan pernyataan yang tidak mendukung objek sikap yang hendak diukur (Azwar, 2005).

## **Teknik Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan agar data yang sudah diperoleh dapat dibaca. Analisis dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 16.00. Tujuan dasar dari penelitian ini dimaksudkan untuk mencari hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada para suster junior dengan rentang usia 25 sampai dengan 35 tahun yang saat ini tinggal di Kota Yogyakarta. Berdasarkan tujuan diatas, maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis data secara statistik yaitu teknik korelasi *product moment* dari *Pearson*.

## **PEMBAHASAN**

Sebelum memaparkan pembahasan, ada beberapa hal yang perlu peneliti kemukakan berkaitan dengan berbagai keterbatasan yang masih terkandung dalam instrumen penelitian dan pelaksanaan penelitian. Pertama, bentuk kuisisioner tertutup memungkinkan tidak semua perlakuan yang dirasakan dan dialami oleh para suster terungkap. Kedua, hasil penelitian ini bukanlah merupakan suatu hasil yang tetap karena perkembangan emosi manusia bukanlah suatu yang tetap. Perkembangan emosi setiap orang mengalami naik turun dan sangat bergantung pada kedewasaan pribadi dan pengalaman yang menyertai individu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya sedikit 4,7 % atau empat orang suster junior pada rentang usia 25 sampai dengan 35 tahun memiliki kecerdasan emosional yang sangat tinggi. Kategori kecerdasan emosional tinggi sedikit meningkat dari sangat tinggi yakni 28, 2 %

atau sebanyak 24 suster. Porsentase tertinggi ada pada kategori sedang sebanyak 37,7% atau sebanyak 32 orang. Menurut Covey (2005) individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mampu mengenal diri sendiri dan efektif menggunakan pengetahuan yang dimiliki untuk memperbaiki diri dan situasi dari keterpurukkan. Individu mampu mengatasi kelemahan dan bangkit dari tekanan-tekanan hidup karena memiliki visi dan misi ke masa depan yang harus diraih. Dalam kehidupan harian para suster kecerdasan emosional membantu para suster untuk memecahkan masalah yang terjadi baik dalam relasi maupun pengalaman internal dalam diri para suster. Pemecahan masalah yang terjadi setiap hari membutuhkan solusi-solusi yang kreatif, dan itu hanya dimiliki oleh individu yang memiliki keceardasan emosional yang tinggi.

Nilai (r) positif menunjukkan kenaikan skor variabel kecerdasan emosional akan diikuti oleh variabel resiliensi. Demikian pula sebaliknya, penurunan skor nilai kecerdasan emosional akan diikuti oleh penurunan skor nilai pada variabel resiliensi.

Ketergantungan kedua variabel ini membentuk garis linier yang sempurna dengan kemiringan positif. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional semakin tinggi pula resiliensi dalam diri individu atau sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional semakin rendah pula resiliensi. Adanya hubungan ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mempunyai pengaruh terhadap resiliensi dalam diri individu. Individu yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi akan menghambat perkembangan kecerdasan emosional. Individu bersangkutan akan sulit menjalin relasi dengan sesama yang ada disekitar lingkungan tempat atau di dalam komunitas. Begitu pula para suster yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah akan mengalami kesulitan untuk menerima sesama yang memiliki banyak perbedaan dengan dirinya ataupun berdamai dengan keadaan yang membutuhkan pengorbanan dan pengosongan diri. Hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi telah ditunjukkan dalam beberapa penelitian ilmiah. Sumbangan kecerdasan emosional terhadap resiliensi dalam diri individu dapat dilihat dari kemampuan seseorang mengolah dan menangani tekanan-tekanan dalam hidup (Goleman, 2001). Dalam penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ana Setyowati, Dra. Sri Hartati, MS., Dian Ratna Sawitri, S.Psi., M.Si pada 16 siswa penghuni rumah damai, menunjukkan adanya hubungan yang positif dengan taraf signifikan antara kecerdasan emosional dan resiliensi ( $r_{xy} = 0,801$ ,  $p < 0,05$ ). Maka hipotesis yang diajukan dalam penelitain tersebut diterima. Sumbangan efektifitas kecerdasan emosional terhadap resiliensi sebesar 64,1 %. Seseorang dinyatakan memiliki kecerdasan emosional, bila dalam hidup individu yang bersangkutan mampu menata emosi pada saat mengalami pengalaman-pengalaman pahit dan yang tidak menyenangkan dalam hidup. Penelitian ini membuktikan bahwa adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada para religius katolik yang memasuki masa yuniorat dengan rentang usia 25 sampai dengan 35 tahun.

Hasil penelitian kuantitatif menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan kecerdasan emosional. Hal ini ditunjukkan oleh besarnya nilai p yaitu 0,000 yang berarti bahwa ( $p < 0,000$ ). Analisis *Corelasi Produc Moment* diperoleh koefisien korelasi antara kecerdasan emosional dan resiliensi Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional terhadap resiliensi dengan angka koefisien korelasi ( $r_{xy} = 0,870$ , dan  $p = 0,00$ ). Hal ini berarti ada hubungan positif antara dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Kecerdasan emosional dalam penelitian ini berada di tingkat sedang, dengan rata-rata 44,7 %. Resiliensi juga berada pada tingkat sedang dengan rata-rata 37,7 %. Sumbangan kecerdasan emosional terhadap resiliensi sebesar 75,7 % artinya variable kecerdasan emosional mempengaruhi peningkatan resiliensi sebesar 75,7 % sedangkan 24,3 % dipengaruhi oleh faktor lain.

## KESIMPULAN

Kecerdasan emosional merupakan faktor yang penting untuk perkembangan kedewasaan individu dalam menghadapi situasi hidup, yang tak selamanya menyenangkan. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang diperoleh dari proses latihan yang terus menerus dalam menjalin relasi dengan orang lain maupun berdamai dengan pengalaman. Dalam kehidupan kaum religius kecerdasan emosional menjadi sangat penting untuk menunjang terbentuknya komunitas yang sehat dan sejiwa.

Kecerdasan emosional mampu meningkatkan resiliensi dalam diri individu yang mengalami tekanan baik dari dalam maupun dari luar dirinya. Para suster junior yang tekun melakukan latihan-latihan dasar pengelolaan emosi akan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

Agustian G. Ary. 2009. *Emotional Spiritual Quotient*. Jakarta : Arga Publishing

Azwar, S. 2001. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset

\_\_\_\_\_. 2003. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset

\_\_\_\_\_. 2005. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset

\_\_\_\_\_. 2009. *Sikap Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset

Anita Woolfolk. 2009 *Educational Psychology Active Learning Edition*, edisi bahasa Indonesia . Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Banawiratma J B. 2000. *Hidup Menggerja Kontekstual*. Yogyakarta: Kanisius.

Baron A Robert, Byrne Donn. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga

Cooper K. Robert, Sawaf Ayman. 2001. *Kecerdasan Emotional dalam Kepemimpinan Dan Organisasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama

Covey R. Stephen. 2005. *The 8th Habit*. Jakarta: PT Gramedia

Ekman Paul. 2010. *Membaca Emosi Orang*. Yogyakarta: Think Jogjakarta

Go, Piet. 1996. *Tarekat Hidup Bakti menurut Hukum Gereja*. Malang: Diaoma

Goleman, Daniel. 2002. *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama

\_\_\_\_\_. 2004.. *Emotional Intelligence Kecerdasan Emosional Mengapa EQ Lebih Penting Daripada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

\_\_\_\_\_. 2007.. *Social Intelligence (terjemahan)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Gottman, John, 2000 *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional (terjemahan)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- Hartono. 2008. *SPSS 16.0 Analisis Data Statistika dan Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Kristiyanto. 2003. *Visi Historis Komprehensif*, sebuah pengantar, Yogyakarta: Kanisius
- \_\_\_\_\_. 2010. *Spiritualitas Sosia*. Suatu kajian kontekstual, Yogyakarta: Kanisius
- Lowney Chris. 2005. *Heroic Leadership*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Nataatmadja. 2003. *Emotional Spiritual Quatient*. Jakarta: Arga Publishing
- Sudaryono. 2007. *Resiliensi dan focus of control guru dan staf sekolah pasca gempa*. Jurnal pendidikan nomor I, Mei 2007
- Segal, Jeane. 2000. *Melejitkan Kepekaan Emosional*. Bandung: Mizan Media Utama
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. 2010. *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai*.
- Rinaldi. 2010. *Resiliensi pada masyarakat padang ditinjau dari jenis kelamin*. *Jurnal Psikologi* 104 Volume 3, No. 2, 99-105.
- Purnomo B. Aloys. 2012 *Menyusuri Sisi Lain Sejarah Kebun Anggur Tuhan Keuskupan Agung Semarang*. Semarang: Inspirasi
- [www.wismalaverna.com](http://www.wismalaverna.com). Data diambil 12 Juni 2012
- <http://psikologibrebesjateng.blogspot.com>. Data diambil 23 Juli 2012
- <http://psikologibrebesjateng.blogspot.com> data diambil 4 Agustus 2012
- <http://www.pemda-diy.go.id/>. Data diambil pada 11 Agustus 2011
- Undayani, S. (2009). *Kemampuan social resilience etnis tionghoa dalam menerima perlakuan diskriminatif oleh etnis non-tionghoa di kota solo* . Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana.
- Wielia, & Wirawan, H. E. (2005). *Gambaran resiliency pada individu yang pernah hidup di jalanan*. *Sosial & Humaniora*, 69-97