

**PERAN KEGIGIHAN DAN KECERDASAN EMOSI TERHADAP  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* MAHASISWA SEMESTER AKHIR**

**Zafira Nurjuwita**

Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

[zafnur15@gmail.com](mailto:zafnur15@gmail.com)

**Andi Tenri Faradiba,**

Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

[atenri.frd@gmail.com](mailto:atenri.frd@gmail.com)

**Andri Setia Dharma,**

Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

[andri.setia@univpancasila.ac.id](mailto:andri.setia@univpancasila.ac.id)

**Abstract**

*Students who are finishing their undergraduate usually experience stress. This study aims to determine whether persistence and emotional intelligence play a role in the psychological well-being of final semester students. Respondents who participated in this study were 124 final semester students, aged 18-25 years. In this study, the Grit Scale was used to measure the level of persistence, The Trait Meta-Mood Scale to measure emotional intelligence, and the Psychological well-being Scale to measure the level of psychological well-being in final semester students. The results of the study show that persistence and emotional intelligence affect psychological well-being. However, only the persistence variable has an important role in improving psychological well-being. Thus, it can be concluded that students who have a high level of persistence tend to have higher psychological well-being.*

**Keywords:** *grit, emotional intelligence psychological well-being*

**Abstrak**

Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi biasanya mengalami stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kegigihan dan kecerdasan emosi berperan terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 124 mahasiswa semester akhir, usia 18-25 tahun. Dalam penelitian ini, digunakan alat ukur kegigihan untuk mengukur tingkat kegigihan, *The Trait Meta-Mood Scale* untuk mengukur kecerdasan emosi, dan *Psychological well-being Scale* untuk mengukur tingkat *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegigihan dan kecerdasan emosi berpengaruh terhadap *psychological well-being*. Namun, hanya variabel kegigihan yang memiliki peran penting dalam meningkatkan *psychological well-being*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat kegigihan yang tinggi cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi.

**Kata kunci:** *Kegigihan; Kecerdasan emosi; Psychological well-being,*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan tinggi di Indonesia memiliki tujuan mendasar untuk membentuk mahasiswa menjadi individu yang mampu menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi, agar mereka dapat menghadapi persaingan dan tantangan di dunia profesional. Di dalam konteks ini, mahasiswa pada semester akhir memegang peranan yang semakin penting dalam mengembangkan keterampilan dan pengetahuan mereka. Perguruan tinggi memiliki peran krusial sebagai institusi pendidikan formal yang bertujuan untuk membekali mahasiswa agar menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi, dan siap berkompetisi di dunia kerja (Aziz & Raharjo, 2013). Mahasiswa semester akhir, umumnya sudah mencapai semester 8 atau lebih, diharapkan memiliki kemampuan untuk menjalani mata kuliah KKN, magang, serta menyelesaikan tugas akhir (TA) atau skripsi (Hariwijawaya & Djaelani, 2008). Proses penyusunan skripsi, sebagai bentuk tulisan ilmiah yang menentukan kelulusan mahasiswa dalam program studi sarjana sesuai dengan bidangnya, membutuhkan kemampuan untuk mengintegrasikan pengetahuan dan keterampilan dalam menganalisis, menggambarkan, serta menjelaskan permasalahan yang terkait dengan bidang studi (Andarini & Fatma, 2013). Oleh karena itu, penulisan skripsi bukan sekadar bagian dari tugas akademik, tetapi juga mencerminkan kemampuan mahasiswa dalam menerapkan konsep yang telah mereka pelajari secara mendalam.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sering dihadapkan pada tingkat stres yang tinggi, yang dapat berdampak negatif pada *psychological well-being* mereka. Penelitian oleh Sipayung (2016) menemukan bahwa sebanyak 62% mahasiswa mengalami tingkat stres tinggi dalam proses penulisan skripsi, sementara Aditya dkk (2022) menunjukkan bahwa hambatan yang tidak teratasi dalam penyusunan skripsi dapat mengurangi *psychological well-being* mahasiswa. Studi lain oleh Larasati dkk (2015) menemukan bahwa 61,8% mahasiswa mengalami stres sedang saat menyusun skripsi. Temuan serupa di satu perguruan tinggi di Indonesia, Anwar dan Artistin (2023) melaporkan bahwa 40,7% mahasiswa menghadapi tingkat stres yang normal, namun 19,5% mengalami stres ringan, 19,5% stres sedang, dan 20,8% stres berat atau sangat berat.

Berbagai faktor dapat menghambat proses penyusunan skripsi, termasuk kesulitan menetapkan judul, mencari referensi literatur, kendala finansial, serta keterlibatan dalam kegiatan lain seperti pekerjaan atau magang. Masalah ini dapat mengakibatkan penyelesaian skripsi melampaui batas waktu yang ditetapkan, menghasilkan perasaan cemas dan stres yang dapat menghambat kemajuan (Astuti & Hartati, 2018). Tingginya ekspektasi dari lembaga pendidikan, keluarga, dan lingkungan juga menambah tekanan pada mahasiswa. Dalam situasi ini, dukungan dari berbagai pihak menjadi sangat penting untuk membantu mahasiswa mengatasi stres, kecemasan, dan ketegangan yang dapat merugikan *psychological well-being* mereka (Astuti & Hartati, 2013).

*Psychological well-being* merupakan kondisi di mana individu memiliki hubungan yang positif dengan diri sendiri, orang lain, serta lingkungan, serta merasa memiliki arti dan tujuan hidup. Dimensi *psychological well-being* meliputi penerimaan diri, hubungan positif

dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup (Ryff, 1989). Kemampuan mengatasi stres, keterampilan mengendalikan emosi, dan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan juga berperan dalam *psychological well-being* (Datu dkk, 2019). Kegigihan, sebagai karakteristik yang mendorong individu untuk tetap bertahan dan berusaha mengatasi rintangan, memiliki peran penting dalam mencapai *psychological well-being* (Seller dkk, 2019). Selain itu, kecerdasan emosional yang mencakup kemampuan mengenali, mengatur, dan mengelola emosi, juga berhubungan dengan *psychological well-being* (Shulman & Hemenover, 2006).

Dalam konteks mahasiswa yang menyusun skripsi, faktor-faktor seperti kegigihan dan kecerdasan emosional dapat mempengaruhi *psychological well-being*. Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan kecerdasan emosional membantu mahasiswa mengendalikan emosi dan mengatasi stres, yang berdampak positif pada *psychological well-being* (Shuo dkk, 2022). Mahasiswa dengan kegigihan yang tinggi cenderung mampu mengatasi stres dan mampu mempertahankan tingkat *psychological well-being* yang lebih baik (Datu dkk, 2019). Oleh karena itu, memahami faktor-faktor ini dalam konteks mahasiswa yang menyusun skripsi memiliki implikasi penting bagi institusi pendidikan dalam memberikan dukungan yang lebih baik bagi mahasiswa dalam menghadapi tantangan tersebut

## **PENJELASAN OBYEK KAJIAN**

### ***PSYCHOLOGICAL WELL BEING***

Ryff (1989) memaparkan *psychological well-being* sebagai bentuk dari seseorang yang mampu mewujudkan kebaikan sebagai bentuk dalam berhubungan pada individu lain, selain itu mampu menerima diri apa adanya dengan wujud pribadi yang mandiri serta tujuan hidup yang ditetapkannya sebagai bentuk penguasaan terhadap lingkungan dengan kemampuan yang berkembang. Kurniawan dan Susilarini (2021) menjelaskan bahwa *psychological well-being* juga berarti seseorang mengevaluasi rutinitasnya dengan tujuan untuk mengekspresikan perasaan yang muncul dari pengalaman masa lalu. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* mencerminkan kondisi individu yang mampu hidup dengan perasaan bahagia secara berkelanjutan, dengan kemampuan mengembangkan diri dan mengevaluasi pengalaman masa lalu. Seluruh pandangan yang telah diungkapkan ini memberikan gambaran yang jelas tentang bagaimana kondisi *psychological well-being* individu dapat terbentuk dan berkembang. Dimensi *psychological well-being* berdasarkan Keyes, Shmothin dan Ryff (2002) terdapat 6 dimensi antara lain yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan diri.

### **KEGIGIHAN**

Kegigihan yang muncul pada individu merupakan bentuk ketekunan yang berasa dari gairah untuk tujuan yang diperoleh atas dasar keinginan yang memiliki jangka panjang. Kegigihan juga diartikan dengan besaran konsisten individu dalam menggapai sesuatu dan

seberapa besaran mereka untuk berusaha penuh untuk perolehan atas ketercapaian yang diinginkan (Duckworth, 2016). Kegigihan adalah kekuatan yang terpaut pada seseorang yang tidak hanya dalam jangka waktu yang singkat seperti rentang seminggu atau sebulan, tetapi juga bertahun-tahun dengan kerasnya usaha mereka untuk mempertahankan keinginan, menghadapi rintangan, meskipun dihantam dengan kesulitan, kegagalan pada prosesnya mencapai sebuah tujuan (Duckworth & Paterson, 2007). Kegigihan yang dimiliki seseorang memiliki keragaman yang berbeda, hal ini disebabkan kegigihan berupa bagian dari kepribadian untuk menentukan bagaimana manusia dapat beradaptasi atau menguasai lingkungan yang bermacam-macam (Duckworth & Quinn, 2009). Kegigihan merupakan cara agar dapat bisa menentukan individu dapat menyesuaikan upayanya agar dapat bertahan dalam mencapai tujuan. Dua dimensi dalam kegigihan berdasarkan Angela Duckworth yaitu *consistency of interest* dan *Perseverance of effort*.

### **KECERDASAN EMOSI**

Kecerdasan emosi didefinisikan sebagai suatu bentuk kesadaran sosial yang mencakup persepsi, analisis dan produksi perilaku yang spesifik untuk muatan emosional, serta mampu mengetahui perasaan individu maupun perasaan orang lain (Salovey & Mayer, 1990). Kecerdasan emosi juga didefinisikan pada proses mental yang terlibat dalam mengenali, menggunakan, memahami, dan mengelola keadaan emosi seseorang dan orang lain ketika mengatasi masalah dan mengatur perilaku (Mayer, Caruso & Salovey, 1997). Mengacu pada beberapa pendapat, dapat dimaknai bahwa konsep kecerdasan emosi menurut pandangan Salovey dan Mayer dianggap sebagai pemahaman tentang emosi dan keterampilan dalam mengelolanya, dengan tujuan untuk mendukung perkembangan emosional dan intelektual. Beberapa dimensi dari kecerdasan emosi berdasarkan Salovey dkk (1995) yaitu *emotional attention*, *emotional repair*, dan *emotional clarity*.

Menurut Asrun dkk (2019), mahasiswa yang sedang menempuh semester akhir adalah pelajar yang mengerjakan tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana di universitas, mahasiswa ingin mempelajari teori dan mendapatkan kredit setiap semester, tergabung pada bidang studi yang ditekuni. Pada semester akhir, setelah memenuhi maksimal SKS yang digunakan sebagai persyaratan tingkat selanjutnya, mahasiswa akan mengikuti sesi akhir dunia perkuliahan, tugas akhir atau yang disebut skripsi (Roelyana & Listiandini 2016). Lebih lanjut menurut Hafifah dkk (2016) mahasiswa pada tingkat akhir adalah mereka yang mencapai akhir dari tingkat pada sistem perkuliahan, yang dimana kelompok tersebut tengah mengambil tugas akhir atau dikenal sebagai skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan dan perolehan gelar sarjana.

### **METODELOGI PENELITIAN**

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir yang berusia 18-25 tahun yang berkuliah di Provinsi Jakarta. Penentuan sampel ini dengan menggunakan teori Lemeshow (1997). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini

menggunakan metode pengambilan sampel adalah metode *convenience sampling* berdasarkan kemudahan peneliti dalam kuesioner langsung dengan objek yang dihadapinya. Instrumen pada penelitian ini yaitu *psychological well-being* pada penelitian ini diukur dengan *psychological well-being scale* 42-item Ryff (1989) yaitu mengacu pada keadaan mental yang positif dan optimal yang melibatkan beberapa aspek penting dari kehidupan individu antara lain mengenai penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan diri. Untuk mengukur variabel Kegigihan penelitian ini menggunakan *grit scale 12-item*. Kegigihan adalah kemampuan untuk bekerja keras dan tetap berkomitmen terhadap tujuan jangka Panjang, terlepas dari hambatan dan gangguan yang muncul di sepanjang jalan (Duckworth, 2016). Hal tersebut terdiri dari dua indikator utama, yaitu konsistensi minat (*consistency of interests*) dan ketekunan (*perseverance of effort*). Semakin tinggi nilai skor kegigihan, semakin kuat tingkat kegigihan yang dimiliki oleh individu. Kecerdasan emosi seseorang bisa dilihat dengan alat ukur *Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24)* dengan 3 dimensi, yaitu *emotional attention*, *emotional clarity*, dan *emotional repair*, yang berjumlah 24 item.

Prosedur penelitian ini yaitu pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan pada 1-8 Juli 2023 dengan membagikan keseluruhan media sosial. Namun sebelum itu peneliti melakukan *expert judgment* yang dilakukan oleh pakar dibidang *psychological well-being*, kegigihan, dan kecerdasan emosi. Setelah itu peneliti melakukan validitas dan reliabilitas instrument penelitian menggunakan *Rach Model*. Dari hasil pebgujian tersebut, terdapat item yang tidak valid pada variabel *psychological well-being* (item 38, 21, dan 33). Cronbach alpha pada dimensi *autonomy* sebesar .60, dimensi *environmental mastery* .62, dimensi *personal growth* .63, dimensi *positive relations* .62, dimensi *purpose in life* .63, dimensi *self-acceptance* .64. kemudian pada variabel kegigihan dimensi *consistency interests* pada *Cronbach alpha* memiliki skor .80 yaitu mendapati skor bagus sekali. Dimensi *Perseverance of effort* pada *cronbach alpha* memiliki skor .79 yaitu mendapati skor bagus. Pada hasil *Trait Meta-Mood Scale-24* Pada hasil uji reliabilitas, pada dimensi *emotional attention* memiliki skor *cronbach alpha* sebesar .81 yaitu mendapati skor bagus sekali. Dimensi *emotional clarity* memiliki skor *cronbach alpha* .85 yaitu mendapati skor bagus sekali. Dimensi *emotional repair* memiliki skor *cronbach alpha* .80 yaitu mendapati skor bagus. Data yang telah terkumpul dilakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu yaitu uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinearitas. Setelah itu dilakukan juga uji kategorisasi variabel *psychological well-being*, kegigihan, dan kecerdasan emosi untuk melihat tingkatannya. Uji hipotesis dilakukan dengan uji regresi linear berganda

### **Gambaran Umum Responden Penelitian**

Data dikumpulkan dari 1 Juli hingga 8 Juli 2023 dengan menggunakan *Google Form* yang disebarluaskan melalui berbagai platform media sosial seperti Instagram, Line, Telegram, Twitter, dan WhatsApp. Total data kuesioner yang berhasil terkumpul adalah 124 responden.

**Tabel 1 Gambaran Umum Responden Penelitian**

| <b>Kategori</b>              | <b>Frekuensi</b> | <b>Persentase</b> |
|------------------------------|------------------|-------------------|
| <b>Jenis Kelamin</b>         |                  |                   |
| Laki-laki                    | 31               | 25%               |
| Perempuan                    | 93               | 75%               |
| <b>Usia</b>                  |                  |                   |
| 18-19                        | 1                | 0.8%              |
| 20-21                        | 34               | 27.4%             |
| 22-23                        | 74               | 59.7%             |
| 24-25                        | 15               | 12.1%             |
| <b>Kategori</b>              |                  |                   |
| <b>Domisili Universitas</b>  |                  |                   |
| Jakarta Barat                | 22               | 17.7%             |
| Jakarta Pusat                | 13               | 10.5%             |
| Jakarta Selatan              | 45               | 36.3%             |
| Jakarta Timur                | 39               | 31.5%             |
| Jakarta Utara                | 5                | 4%                |
| <b>Fakultas atau Jurusan</b> |                  |                   |
| Fakultas Ekonomi dan Bisnis  | 43               | 34.7%             |
| Fakultas Hukum               | 3                | 2.4%              |
| Fakultas Ilmu Komunikasi     | 11               | 8.9%              |
| Fakultas Kesehatan           | 5                | 4%                |
| Fakultas Pendidikan          | 17               | 13.7%             |
| Fakultas Psikologi           | 26               | 21%               |
| Fakultas Teknik              | 19               | 15.3%             |
| Total                        | 124              | 100%              |

Seperti terlihat pada tabel 1 data yang ditampilkan memperlihatkan mayoritas responden sebanyak 59.7% berada dalam rentang usia 22-23 tahun, diikuti oleh kelompok usia 20-21 tahun dengan persentase 27.4%, dan usia 24-25 tahun memiliki andil sebesar 12.1%. Namun, responden berusia 18-19 tahun hanya menyumbangkan persentase 0.8% dari total keseluruhan. Dalam hal lokasi kuliah, Sebagian besar berasal dari Jakarta Selatan (36.3%), sementara 31.5% kuliah di Jakarta Timur. Dalam aspek jenis kelamin, Perempuan mendominasi jumlah responden dengan 75%, sementara laki-laki hanya 25% dari keseluruhan. Ketika melihat pada gambaran fakultas atau jurusan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis memiliki partisipasi tertinggi, mencapai 34,7%, diikuti oleh Fakultas Psikologi dengan 21% responden. Sebelum melakukan uji hipotesis, penelitian melakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu yaitu uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Uji Normalitas, digunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* untuk model regresi berganda. Hasilnya menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah 200 dengan  $p > 0,05$ . Dengan demikian, kesimpulan yang dapat diambil adalah data dari model regresi berganda terdistribusi secara normal.

**Pengujian Uji Multikolinearitas****Tabel 2 Hasil Uji Multikolinearitas**

| <b>Model</b>     | <b><i>Tolerance</i></b> | <b>VIF</b> |
|------------------|-------------------------|------------|
| Kegigihan        | 0.611                   | 1.636      |
| Kecerdasan Emosi | 0.611                   | 1.636      |

uji multikolinearitas bahwa nilai *tolerance* untuk kegigihan dan kecerdasan emosi memiliki skor lebih besar dari 0.1 yaitu sebesar 0.611. Pada nilai VIF untuk kegigihan dan kecerdasan emosi kurang dari 10, yaitu 1.636 untuk kegigihan dan kecerdasan emosi. Dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah multikolinearitas pada model regresi, yang artinya tidak terjadi saling hubungan antar variabel bebas.

**Pengujian Uji Heteroskedastisitas****Tabel 3 Uji Heteroskedastisitas**

| <b>Model</b>     | <b>Sig</b> |
|------------------|------------|
| Kegigihan        | 0.248      |
| Kecerdasan Emosi | 0.842      |

Nilai probabilitas (Sig) dari variabel kegigihan adalah sebesar 0,248, sementara pada variabel kecerdasan emosi adalah sebesar 0,842. Diketahui bahwa nilai probabilitas (Sig) dari semua variabel lebih besar dari tingkat signifikansi 0,05 atau 5%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa asumsi homoskedastisitas terpenuhi, yang berarti tidak ada gejala heteroskedastisitas dalam data tersebut.

**Pengujian Hipotesis**

Uji regresi linear berganda dilakukan agar dapat mencapai tujuan penelitian. Kegigihan dan kecerdasan emosi diuji dengan *psychological well-being*.

**Tabel 4 Hasil Uji Hipotesis Berganda Simultan**

| <b>R</b> | <b>R<sup>2</sup></b> | <b>F<sub>hitung</sub></b> | <b>F<sub>tabel</sub></b> | <b>Sig.</b> |
|----------|----------------------|---------------------------|--------------------------|-------------|
| 0.645    | 0.417                | 43.207                    | 3.07                     | 0.000       |

Data yang ditampilkan memperlihatkan hasil analisis nilai F hitung yang didapat sebesar 43.207. Hasil tersebut menunjukkan jika F hitung > F tabel (3.07) pada penelitian ini. Selain itu, dapat dilihat bahwa nilai signifikansi <0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegigihan dan kecerdasan emosi secara bersama memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir.

Kemudian dapat dilihat bahwa nilai nilai R Square (R<sup>2</sup>) yang dihasilkan adalah sebesar 0,417, menandakan bahwa pengaruh kegigihan dan kecerdasan emosi pada *psychological well-being* adalah sebesar 41,7%, sementara 58,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

**Tabel 5 Hasil Uji Hipotesis Berganda Parsial**

| <b>Model</b>     | <b>Unstandardized Coefficients</b> |                  | <b>Standardized Coefficient</b> |            |
|------------------|------------------------------------|------------------|---------------------------------|------------|
|                  | <b>B</b>                           | <b>Std Error</b> | <b>t</b>                        | <b>Sig</b> |
| Kegigihan        | 1.681                              | 0.307            | 4.483                           | 0.000      |
| Kecerdasan Emosi | 0.397                              | 0.162            | 2.449                           | 0.016      |

Data yang ditampilkan memperlihatkan bahwa uji t variabel kegigihan diketahui sebesar (4.483 > 1.658) yang dimana nilai dari t hitung lebih besar dari t tabel. Kemudian, koefisien regresi sebesar 1.681 dengan *t-value* 4.483 dan Sig 0.000 ( $p > 0.05$ ). Hal ini berarti variabel kegigihan berpengaruh secara signifikan terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir.

Selanjutnya, bahwa uji t variabel kecerdasan emosi diketahui sebesar (2.449 < 1.658) yang dimana nilai dari t hitung lebih kecil dari t tabel. pada nilai koefisien regresi variabel kecerdasan emosi adalah 0.397 dengan *t-value* 2.449 (sig. 0.016) artinya ada pengaruh variabel kecerdasan emosi terhadap *psychological well-being* dan signifikan.

**Tabel 6 Proporsi Sumbangan Masing-Masing IV Terhadap DV**

| <b>Model</b>     | <b>R Square Change</b> | <b>F Change</b> | <b>Sig. F Change</b> |
|------------------|------------------------|-----------------|----------------------|
| Kegigihan        | 0.388                  | 77.256          | 0.000                |
| Kecerdasan Emosi | 0.272                  | 45.506          | 0.000                |

Data yang ditampilkan memperlihatkan adanya perubahan signifikan dalam nilai R Square akibat penambahan variabel kegigihan dalam model. Perubahan ini dinyatakan sebesar 77.256.



Nilai *F Change* yang signifikan pada uji *F* menunjukkan bahwa model regresi secara keseluruhan memiliki kecocokan yang lebih baik dengan penambahan variabel kegigihan ( $F = 77.256, p < 0.000$ ). Variabel kegigihan memberikan sumbangan sebesar 38.8% sehingga dinyatakan sumbangan atau pengaruh kegigihan terhadap *psychological well-being* signifikan.

Namun, perlu ditekankan bahwa penambahan variabel kecerdasan emosi tidak memberikan perubahan yang signifikan terhadap nilai *R Square*. Nilai *R Square Change* yang mendekati nol (0.000) menunjukkan bahwa penambahan variabel kecerdasan emosi tidak memberikan kontribusi yang signifikan dalam menjelaskan variasi dependen. Uji *F Change* juga menunjukkan bahwa penambahan variabel kecerdasan emosi tidak memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan kecocokan model ( $F = 45.506, p = 0.000$ ). Variabel kecerdasan emosi memberikan sumbangan sebesar 27.2% sehingga dinyatakan sumbangan atau pengaruh kecerdasan emosi terhadap *psychological well-being* signifikan.

#### **PENGEMBANGAN KEILMUAN**

Secara keseluruhan, kegigihan dan kecerdasan emosi secara bersama-sama mempengaruhi *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir. Skor tinggi dan rendahnya *psychological well-being* dapat dipengaruhi kedua variabel tersebut secara bersamaan. Sedangkan jika dilihat pengaruhnya masing-masing, kegigihan dan kecerdasan emosi memiliki peran positif secara signifikan terhadap *psychological well-being*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kegigihan dan kecerdasan emosi memiliki dampak yang positif dan berarti secara statistik secara bersama-sama terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir. Artinya, meskipun variabel lain di luar lingkup penelitian ini mungkin juga berpengaruh pada *psychological well-being*, namun peran yang tinggi dari kegigihan dan kecerdasan emosi meningkatkan *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir.

Hasil penelitian ini memiliki potensi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental bagi mahasiswa semester akhir. Melalui penelitian ini, masyarakat, termasuk institusi pendidikan dan keluarga, dapat lebih memahami bahwa mahasiswa semester akhir juga menghadapi risiko tekanan dan stres akademik yang dapat berdampak pada kesejahteraan mental mereka. Selain itu, penelitian ini juga menyoroti pentingnya mengembangkan kegigihan dan kecerdasan emosi pada kalangan mahasiswa. Dengan memperkuat kemampuan ini, dukungan dan bimbingan yang tepat dapat diberikan untuk membantu mahasiswa mengatasi berbagai tantangan akademik dan non-akademik yang mereka hadapi, sehingga meningkatkan kesejahteraan mental mereka secara keseluruhan.

Berdasarkan temuan ini, diharapkan implementasi program kesehatan mental yang menyeluruh dapat dilakukan di lingkungan kampus. Program-program ini dapat mencakup pelatihan khusus untuk meningkatkan kegigihan dan keterampilan pengelolaan emosi pada mahasiswa semester akhir, serta menyediakan akses lebih mudah terhadap dukungan kesehatan mental yang diperlukan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi penting

dalam mengatasi isu kesehatan mental pada mahasiswa semester akhir dan memastikan mereka mendapatkan dukungan yang memadai untuk mencapai kesejahteraan mental yang optimal.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dan uji hipotesis peran kegigihan dan kecerdasan emosi terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir didapatkan kesimpulan sebagai berikut: (1) terdapat peran yang signifikan dari kegigihan dan kecerdasan emosi secara bersama-sama terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir adalah sebesar 41,7%, dengan pengaruh 58,3% berasal dari variabel lain di luar lingkup penelitian. (2) terdapat peran positif yang signifikan kegigihan terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir memberikan sumbangan sebesar 38.8%. (3) terdapat peran positif yang signifikan kecerdasan emosi terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa semester akhir memberikan sumbangan sebesar 27.2%..

Penelitian selanjutnya yang akan meneliti dengan variabel serupa adalah untuk melakukan penelitian pada sampel dengan jumlah yang lebih besar dan merata antara laki-laki dan perempuan. Selain itu, penelitian selanjutnya juga diharapkan untuk mengidentifikasi jurusan yang lebih spesifik atau berfokus hanya pada beberapa jurusan tertentu. Dengan demikian, penelitian tersebut akan dapat memberikan hasil yang lebih mewakili salah satu jurusan tertentu dan menggali informasi yang lebih mendalam mengenai variabel yang diteliti.

## **REFERENSI**

- Aditya, R., Sahidin, L., & Marhan, C. (2022). Self-compassion dan psychological well-being mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Sublimapsi*, 3(1). <http://dx.doi.org/10.36709/sublimapsi.v3i1.21397>
- Andarini, S. R & Fatma, A. (2013). Hubungan antara Distess dan dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *Talenta Psikologi*. Vol 2 No. 2, Agustus 2013
- Anwar, A. F. N., & Artistin, A. R. (2023). *Tingkat Stres Mahasiswa Akhir Program Studi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Dalam Menyusun Skripsi* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi (Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Undip). *Jurnal Psikologi*, 12 (1), 1-13. <https://doi.org/10.14710/jpu.12.1.1-13>.
- Aziz, A., & Rahardjo, P. (2013). Faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di universitas Muhammadiyah purwokerto tahun akademik 2011/2012. *Psycho Idea*, 11(1), 61–68.
- Chang, W. (2014). *Grit and academic performance: Is being grittier better?*. University of Miami.
- Dam, A., Perera, T., Jones, M., Haughey, M., & Gaeta, T. (2019). The relationship between grit, burnout, and well-being in emergency medicine residents. *AEM education and training*, 3(1), 14-19.

- Datu, J. A. D., King, R. B., Valdez, J. P. M., & Eala, M. S. M. (2019). Grit is associated with lower depression via meaning in life among Filipino high school students. *Youth & Society*, 51(6), 865-876
- Duckworth, A. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance* (Vol. 234). New York: Scribner.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (GRIT-S). *Journal of personality assessment*, 91(2), 166-174. Doi: 10.1080/00223890802634290
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of personality and social psychology*, 92(6), 1087.
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. (2017). Perbedaan stres akademik pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan berdasarkan jenis kelamin di fakultas kesehatan universitas tribhuwana tunggadewi malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Hariwijaya, M., & Djaelani, B. M. (2008). Teknik Menulis Skripsi dan Thesis. *Zanith Publisher*
- Larasanti, N. N. D., Wakhid, A., & Susilo, T. (2015). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Di Akademi Keperawatan Ngudi Waluyo Ungaran. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 3(1), 57-65.
- Lemeshow, S. (1997). *Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan*. Gadjah Mada University, Yogyakarta.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1997). Emotional intelligence meets.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Exploration on the meaning of *psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125-154). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Sellers, K., Riley, M., Denny, D., Rogers, D., Havener, J. M., Rathbone, T., & Gomez-Di Cesare, C. (2019). Retention of nurses in a rural environment: The impact of job satisfaction, resilience, grit, engagement, and rural fit. *Online Journal of Rural Nursing and Health Care*, 4-42. <https://doi.org/10.14574/ojrnhc.v19i1.547>
- Shulman, T. E., & Hemenover, S. H. (2006). Is dispositional emotional intelligence synonymous with personality?. *Self and identity*, 5(02), 147-171
- Shuo, Z., Xuyang, D., Xin, Z., Xuebin, C., & Jie, H. (2022). The relationship between postgraduates' emotional intelligence and well-being: the chain mediating effect of social support and psychological resilience. *Frontiers in psychology*, 13, 865025.
- Sipayung, N. (2016). Coping Stres Penulis Skripsi. *Universitas Sanata Dharma Social Psychology*. 92(6), 1087-1101. Doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087