

**HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL INTELLIGENCE*
DENGAN *RESILIENCE* PADA GENERASI Z
YANG BEKERJA**

SKRIPSI



OLEH:
Kenneth Louis
7103022013

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2025**

HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN *RESILIENCE* PADA GENERASI Z YANG BEKERJA

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:
Kenneth Louis
7103022013

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2025**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Kenneth Louis

NRP : 7103022013

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

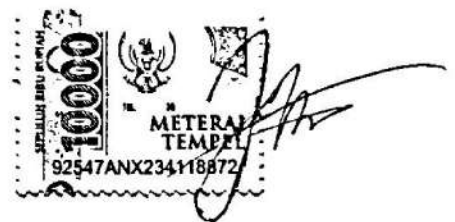
HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN *RESILIENCE* PADA GENERASI Z YANG BEKERJA

Benar-benar merupakan karya saya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi saya ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 17 Desember 2025

Yang membuat pernyataan



Kenneth Louis

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang ada, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Kenneth Louis

NRP : 7103022013

Menyetujui skripsi ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN *RESILIENCE* PADA GENERASI Z YANG BEKERJA

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah saya buat dengan sebenarnya

Surabaya, 17 Desember 2025

Yang membuat pernyataan



Kenneth Louis

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

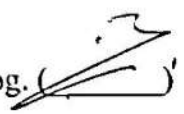
**HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DENGAN
RESILIENCE PADA GENERASI Z YANG BEKERJA**

Oleh:

Kenneth Louis

NRP. 7103022013

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing Utama : Florentina Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog. 

NIDN : 0717067305

Alamat *e-mail* : yuni@ukwms.ac.id

Surabaya, 17 Desember 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Emotional Intelligence* Dengan *Resilience* Pada Generasi Z yang Bekerja” oleh Kenneth Louis (NRP. 7103022013) telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 17 Desember 2025

Mengesahkan

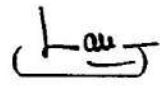
Fakultas Psikologi

Dekan,



Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog)

Dewan Penguji:

- | | | |
|---------------|--|---|
| 1. Ketua | : Dr. Desak Nyoman A.R.D., M.Psi., Psikolog. |  |
| 2. Sekretaris | : Florentina Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog. |  |
| 3. Anggota | : Dr. Nurlaila Effendy, M.Si. |  |
| 4. Anggota | : Florentina Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog. |  |
| NIDN | : 0717067305 | |

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk

Tuhan

Saya sendiri

Papa, Mama, Meme

Sahabat dan teman-teman

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Orang-orang lain yang mendukung

HALAMAN MOTTO

“In this world nothing can be said to be certain, except death and taxes”

— Benjamin Franklin (1789)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yang Mahakuasa, berkat penyertaan-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dari awal hingga akhir dengan lancar. Peneliti juga ingin mengucapkan rasa syukur kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini:

1. Tuhan yang selalu menjadi pedoman, memberikan petunjuk dalam segala ketidakpastian, mengarahkan peneliti dalam bertindak dan mencapai tujuan akhir.
2. Keluarga inti, papa, mama, meme yang semuanya selalu mendukung dalam proses perkuliahan, mulai dari segi finansial, semangat, motivasi, dan segala bantuan yang dibutuhkan.
3. Ibu Florentina Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing yang banyak berperan dalam proses penyusunan skripsi dan memfasilitasi pembelajaran yang bermakna dalam skripsi ini.
4. Ibu Dr. Desak Nyoman A.R.D., M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji dan dosen pengampu beberapa matakuliah Psikologi Industri dan Organisasi yang telah memberikan banyak *insight*, terutama pada cara pandang dan pola pikir yang analitis, kritis, dan akurat, serta pengalaman baru dalam perkuliahan ini.
5. Ibu Dr. Nurlaila Effendy, M.Si. selaku dosen penguji dan dosen pengampu beberapa matakuliah Psikologi Industri dan Organisasi yang telah memberikan berbagai *insight* baru mengenai psikologi positif dan penerapannya.
6. Devano Limanto, Jevito Novario, Kevin Pangestu, Yehezkiel Apriliano, Jovan Derren, Michael Kamal, Mario Kennard, Jovian Putra yang telah setia menemani dan membantu segala urusan akademik dan non-akademik dari awal perkuliahan hingga akhir.
7. Para partisipan penelitian yang bersedia meluangkan waktu dan tenaganya demi kelancaran proses pengambilan data.

8. Para pengurus tata usaha psikologi, bu Mon, bu Eva, dan bu Lilis yang selalu ramah, tersenyum, menyapa, dan membantu segala urusan administrasi dan non-administrasi selama saya berkuliah di psikologi.

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH..	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Batasan Masalah.....	11
1.3. Rumusan Masalah	11
1.4. Tujuan Penelitian.....	11
1.5. Manfaat Penelitian.....	11
1.5.1. Manfaat Teoritis	11
1.5.2. Manfaat Praktis	12
BAB II.....	13
LANDASAN TEORI.....	13
2.1. Variabel <i>Resilience</i>	13
2.1.1. Definisi <i>Resilience</i>	13
2.1.2. Aspek <i>Resilience</i>	13
2.1.3. Faktor <i>Resilience</i>	14
2.2. Variabel <i>Emotional Intelligence</i>	16
2.2.1. Definisi <i>Emotional Intelligence</i>	16
2.2.2. Aspek <i>Emotional Intelligence</i>	17
2.3. Penjelasan Mengenai Generasi Z yang Bekerja	18
2.4. Keterkaitan Antara <i>Emotional Intelligence</i> dengan <i>Resilience</i>	18

2.5. Hipotesis Penelitian.....	20
BAB III.....	21
METODE PENELITIAN.....	21
3.1. Identifikasi Variabel.....	21
3.2. Definisi Operasional.....	21
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	21
3.4. Metode Pengumpulan Data	22
3.4.1. Skala <i>Resilience</i>	23
3.4.2. Skala <i>Emotional Intelligence</i>	24
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	25
3.6. Teknik Analisis Data	26
3.7. Etika Penelitian.....	27
BAB IV	29
PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	29
4.1. Orientasi Kancan Penelitian	29
4.2. Persiapan Pengambilan Data	30
4.2.1. Perizinan Alat Ukur.....	30
4.2.2. Penyebaran Alat Ukur	30
4.3. Pelaksanaan Penelitian	30
4.4. Hasil Penelitian.....	31
4.4.1. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	31
4.4.2. Deskripsi Identitas Partisipan Penelitian.....	32
4.4.3. Deskripsi Variabel Penelitian.....	35
4.4.4. Uji Asumsi	41
4.4.5. Uji Hipotesis.....	41
BAB V.....	43
PENUTUP.....	43
5.1. Pembahasan.....	43
5.2. Kesimpulan.....	49
5.3. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor <i>Item</i> CD-RISC 10	22
Tabel 3.2 Skor <i>Item</i> WLEIS.....	23
Tabel 3.3 <i>Blueprint Item</i> CD-RISC 10.....	24
Tabel 3.4 <i>Blueprint Item</i> WLEIS	25
Tabel 4.1 Usia Responden.....	33
Tabel 4.2 Jenis Kelamin Responden	33
Tabel 4.3 Jenis Pekerjaan Responden	34
Tabel 4.4 Masa Kerja Responden	34
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi dan Batasan Nilai.....	35
Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel <i>Resilience</i>	37
Tabel 4.7 Kategorisasi Variabel <i>Emotional Intelligence</i>	37
Tabel 4.8 Tabulasi Silang <i>Resilience</i> dan <i>Emotional Intelligence</i>	38
Tabel 4.9 Tabulasi Silang Jenis Pekerjaan dan <i>Resilience</i>	39
Tabel 4.10 Tabulasi Silang Masa Kerja dan <i>Resilience</i>	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 <i>Pie chart preliminary item 6</i>	5
Gambar 1.2 <i>Pie chart preliminary item 1</i>	6
Gambar 1.3 <i>Pie chart preliminary item 9</i>	6
Gambar 1.4 <i>Pie chart preliminary item 7</i>	7

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Bukti Perizinan untuk Peminjaman Alat Ukur	58
Lampiran B. Data Diri Partisipan Penelitian.....	60
Lampiran C. Data <i>Resilience</i>	67
Lampiran D. Data Emotional Intelligence	76
Lampiran E. Validitas dan Reliabilitas <i>Resilience</i>	85
Lampiran F. Validitas dan Reliabilitas <i>Emotional Intelligence</i>	85
Lampiran G. Uji Asumsi dan Uji Hipotesis	86

Kenneth Louis (2025). “Hubungan Antara *Emotional Intelligence* Dengan *Resilience* Pada Generasi Z yang Bekerja”. **Skripsi Sarjana Strata I**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Era VUCA (*Volatile, Uncertain, Complexity and Ambiguity*) berdampak pada aspek ekonomi, bisnis, pendidikan, dan dunia kerja. Generasi Z sebagai angkatan kerja yang baru harus menghadapi segala tantangan dalam dunia kerja. Tuntutan pekerjaan mengharuskan generasi Z untuk bertahan, sehingga diperlukan resiliensi dalam menghadapi tantangan tersebut. Salah satu aspek resiliensi juga membutuhkan kemampuan mengolah emosi agar dapat bertahan dalam dunia kerja. Tujuan dari penelitian ini untuk melihat hubungan *emotional intelligence* dengan *resilience* pada generasi Z yang bekerja. *Resilience* merupakan kemampuan individu untuk tetap bangkit dan berkembang dalam menghadapi tantangan. Sedangkan *emotional intelligence* merupakan kemampuan individu untuk mengelola dan memahami emosi diri dan orang lain dalam mencapai tujuan tertentu. Penelitian ini menggunakan skala *Connor-Davidson Resilience Scale 10 Items* untuk mengukur *resilience* dan skala *Wong and Law Emotional Intelligence Scale* untuk mengukur *emotional intelligence*. Sejumlah 109 responden menjadi sampel, dengan kriteria usia 18 hingga 28 tahun, bekerja sebagai *employee* maupun *self-employed*, dan masa kerja minimal 1 tahun. Uji korelasi *Pearson* menghasilkan hubungan positif antara *emotional intelligence* dengan *resilience*. Nilai sumbangan efektif *emotional intelligence* terhadap *resilience* sebesar 46,7%. Salah satu responden juga menyatakan pentingnya *resilience* dalam menghadapi tantangan, tetap berkembang meskipun menghadapi kesulitan, serta berinovasi mengikuti perkembangan yang ada dalam dunia pekerjaan. *Emotional intelligence* berperan dalam meningkatkan *resilience* melalui kemampuan mengenali dan mengelola emosi saat menghadapi tekanan pekerjaan. Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi tidak ditentukan oleh lamanya masa kerja, sehingga individu atau organisasi perlu mempertimbangkan variabel kecerdasan emosi sebagai dasar dalam pengembangan ketahanan individu di dunia kerja.

Kata Kunci: Generasi Z, kerja, *Resilience*, *Emotional Intelligence*

Kenneth Louis (2025). *“The Relationship Between Emotional Intelligence and Resilience Among Working Generation Z.” Undergraduate Thesis*. Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University Surabaya.

ABSTRACT

The VUCA era (Volatile, Uncertain, Complexity, and Ambiguity) has an impact on economic, business, educational, and work-related aspects. Generation Z, as a newly entering workforce, must face various challenges in the world of work. Job demands require Generation Z to persist, thus resilience is needed to cope with these challenges. One aspect of resilience also requires the ability to process emotions in order to survive in the workplace. The purpose of this study is to examine the relationship between emotional intelligence and resilience among working Generation Z. Resilience refers to an individual's ability to bounce back and continue to grow when facing challenges. Emotional intelligence, on the other hand, refers to an individual's ability to manage and understand their own emotions and those of others in order to achieve certain goals. This study used the Connor-Davidson Resilience Scale 10 Items to measure resilience and the Wong and Law Emotional Intelligence Scale to measure emotional intelligence. A total of 109 respondents were included as samples, with criteria of being aged 18 to 28 years, working as employees or self-employed individuals, and having a minimum of one year of work experience. Pearson correlation analysis revealed a positive relationship between emotional intelligence and resilience. The effective contribution of emotional intelligence to resilience was 46.7%. One respondent also stated the importance of resilience in facing challenges, continuing to develop despite difficulties, and innovating in response to developments in the world of work. Emotional intelligence plays a role in enhancing resilience through the ability to recognize and manage emotions when facing work-related pressure. These findings emphasize that resilience is not determined by length of work experience; therefore, individuals or organizations need to consider emotional intelligence as a foundational variable in developing individual resilience in the workplace.

Keywords: Generation Z, work, Resilience, Emotional Intelligence