

## **Hubungan Kecerdasan Emosi dan Resiliensi Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan Hidup**

AUFA HANA CAHYANINGRUM & WIWIN HENDRIANI\*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dan proses resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan hidup, serta untuk mendapatkan hasil dari relevansi kecerdasan emosi untuk membantu proses resiliensi wanita dewasa awal. Metode *literature review* dilakukan terhadap tujuh artikel yang diperoleh dari database *google scholar*. Hasil diperoleh bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dan proses resiliensi. Kecerdasan emosi relevan dengan resiliensi yang berperan sebagai kontrol diri pada wanita dewasa awal yang membantu proses resiliensi dalam dirinya pasca kematian pasangan hidup.

***Kata kunci:*** kecerdasan emosi, resiliensi wanita dewasa awal, kematian pasangan hidup

### **ABSTRACT**

This study aims to determine the relationship between emotional intelligence and the process of resilience in early adult women after losing a spouse, as well as to obtain results from the relevance of emotional intelligence to help the resilience process of early adult women. The literature review method was carried out on seven articles obtained from the google scholar database. The results show that there is a relationship between emotional intelligence and the process of resilience. Emotional intelligence is relevant to resilience, which acts as self-control in early adult women which helps the process of resilience in themselves after losing a spouse.

***Keywords:*** emotional intelligence, resilience in early adult women, losing a spouse

## PENDAHULUAN

Setiap individu akan melewati fase-fase perkembangan dalam hidupnya. Fase ini beriringan dengan adanya tugas-tugas yang harus diselesaikan, baik mulai dari masa anak-anak, remaja, dewasa, maupun lanjut usia memiliki tugas perkembangan yang berbeda-beda. Menurut Santrock (2018), dewasa awal merupakan salah satu fase paling penting dari tahapan perkembangan individu, karena pada masa ini terjadi puncak perkembangan dari setiap individu. Dewasa awal didefinisikan sebagai individu yang berada pada rentang usia 18 hingga 25 tahun. Masa transisi ini tak hanya pada angka usia, namun individu juga harus menghadapi adanya pertambahan tugas dalam tanggung jawabnya.

Dewasa awal atau biasa juga dikenal dengan istilah *emerging adulthood* menjadi waktu dimana individu mulai memiliki kemampuan untuk tidak lagi bergantung dengan orang tua. Fase ini kerap kali membuat individu bertanya-tanya pada dirinya karena untuk mengemban tanggung jawab penuh selayaknya orang dewasa pun belum mampu. Hal ini dilatarbelakangi karena masih besarnya keinginan individu untuk mengeksplorasi banyak hal dari dirinya, baik dalam hal pendidikan, penentuan karir, memulai hidup mandiri, membangun peran sosial, dan adanya kebutuhan untuk membentuk hubungan dengan lawan jenis (Arnet, 2020; Papalia & Feldman, 2014; dalam Rosalinda & Michael, 2019).

Masa dewasa awal merupakan masa dimana individu mulai membangun hubungan hangat dengan orang terdekat dan juga pasangan. Salah satu hal identik yang menandai masa dewasa awal ini adalah berpacaran. Berpacaran menjadi jalan awal bagi individu untuk selanjutnya mencari kecocokan dalam mengenal kekurangan dan kelebihan pasangan (Papalia & Feldman, 2014).

Kebutuhan akan hadirnya pasangan pada usia dewasa awal diperkuat dengan adanya teori perkembangan Hurlock (2000) yang menyatakan bahwa usia menikah berada pada usia dewasa awal individu, serta masa dewasa awal merupakan masa dimana individu akan dihadapkan oleh berbagai masalah yang berkaitan dengan kesiapannya menuju pernikahan. Disaat individu telah memasuki dunia pernikahan, kebahagiaan kerap kali menjadi salah satu tujuan utamanya. Pernikahan mendapat kebahagiaan dilatarbelakangi dengan adanya kecocokan dan kesesuaian yang terjadi antar pasangan.

Kebahagiaan yang muncul dalam suatu rumah tangga dapat terhenti tiba-tiba ketika salah satu diantaranya meninggal dunia. Kehilangan suami atau istri berdampak besar pada kehidupan individu, bahkan peristiwa ini merupakan puncak nilai perubahan kehidupan tertinggi daripada berbagai peristiwa lainnya dalam hidup individu. Kematian menjadi misteri seluruh dunia yang kerap kali menjadi suatu kenyataan yang sulit untuk diterima. Dalam konteks rumah tangga, kehilangan pasangan akibat kematian jauh lebih besar beresiko menyumbang stres jika dibanding dengan kehilangan pasangan akibat perceraian (Aprilia, 2013).

Kematian pasangan hidup menjadi sumber individu merasakan kesedihan, emosional, bahkan hingga tekanan batin. Bagi seorang istri, setelah kematian suami membawa mereka untuk mengambil status baru sebagai *single mother*. Menjadi *single mother* akibat kematian suami menjadi hal yang sangat berat jika dibanding perceraian hidup. Hal ini dikarenakan jika kehilangan pasangan akibat perceraian, pasangan masih dapat meminta bantuan satu sama lain dalam mencukupi kebutuhan anak. Sedangkan pada pasangan yang meninggal, seorang ibu dituntut untuk menyelesaikan seluruhnya seorang diri (Sari, dkk., 2019).

Kehidupan pasca kematian pasangan bagi wanita merupakan ujian yang sangat berat, karena laki-laki memiliki peran yang besar dalam membantu kehidupan rumah tangga. Namun disisi lain, wanita akan lebih bertanggung jawab secara emosional karena kebanyakan wanita masih memiliki saudara dekat, teman, dan juga pengalaman-pengalaman untuk membantunya bangkit secara psikologis. Tak dapat

dipungkiri kekuatan ini mungkin saja kembali rapuh karena adanya faktor-faktor berat lainnya seperti besarnya rasa kesepian, duka cita yang semakin mendalam, munculnya gangguan fisik maupun psikologis, serta kesulitan dalam hal keuangan atau ekonomi (Santrock dalam Zulfiana, 2013).

Wanita diharuskan menghadapi situasi yang kompleks pasca kematian pasangan, lantaran diwaktu yang bersamaan wanita juga harus berpikir maju untuk segera bangkit karena terdapat anak-anak yang harus dibesarkan seorang diri. Figur ayah bagi anak yang seharusnya membantu wanita dalam perihal nafkah seringkali menjadi permasalahan utama dalam hal ekonomi keluarga. Hingga akhirnya wanita harus menghadapi realita bahwa mereka mengalami kesulitan ekonomi (Zulfiana, 2013).

Kompleksitas permasalahan dan tugas baru yang harus segera dihadapi pada wanita yang berperan sebagai orang tua tunggal memerlukan banyak usaha dalam penyesuaian diri. Wanita memerlukan adanya kemampuan untuk dapat bangkit dan melanjutkan hidup dengan menghadapi segala persoalan yang terjadi, karena bagaimanapun keadaannya hidup bersama keluarga yang masih ada harus tetap berjalan (Naufaliasari & Andriani, 2013).

Dalam menghadapi permasalahan dan kesiapan untuk bangkit, individu membutuhkan adanya resiliensi. Resiliensi menjadi aspek penting sebagai kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dan adaptif terhadap segala peristiwa yang terjadi dalam hidupnya. Individu dapat mengadaptasikan dirinya dengan transisi, tuntutan, maupun kekecewaan yang terjadi dari hidupnya (Sholih, dkk., 2017). Resiliensi menjadi proses yang melibatkan faktor internal maupun eksternal. Berbagai faktor ini masih berkaitan erat dengan situasi ataupun peristiwa sulit dari hidup yang dapat menyebabkan stres. Proses resiliensi melibatkan berbagai strategi yang berkaitan dengan coping dan adaptasi (Hendriani, 2018). Selama proses resiliensi, kecerdasan emosi individu memiliki peran yang penting. Sikap untuk mengenal diri sendiri maupun orang lain berdampak terhadap pengendalian diri individu dalam menghadapi berbagai persoalan hidup (Gusniwati, 2015).

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan individu untuk mengenali dan memahami perasaan, baik dari dirinya sendiri maupun orang lain. Selain itu kecerdasan emosi merupakan kemampuan dalam mengendalikan perasaan sendiri serta menjalin hubungan dan memotivasi diri sendiri untuk terus bertumbuh lebih baik. Kecerdasan emosi menjadi komponen yang mampu mengarahkan individu untuk cerdas dalam mengelola emosinya. Kecerdasan emosi berpengaruh besar terhadap diri manusia dalam cara menyikapi orang lain dan juga berbagai peristiwa yang terjadi. Aspek ini juga mendukung individu menuju kebahagiaan dan kesejahteraan (Rachmi dalam Pasek, 2016).

Dilihat dari penelitian yang telah dilakukan Solissa dkk. (2022) tentang "*Analisis Hubungan Resiliensi dan Kecerdasan Emosional pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan*" menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dan resiliensi menunjukkan adanya hubungan positif, dengan kesimpulan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki individu. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi dalam diri individu maka semakin rendah pula resiliensi nya. Hal ini juga selaras dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Lina Iffata dan Novy Helena (2017) yakni "*Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi Penyintas Banjir di Indramayu*" yang menunjukkan hasil bahwa kecerdasan emosional dan resiliensi berhubungan dengan nilai korelasi yang tinggi.

Berdasarkan fenomena di atas, kecerdasan emosi diperkirakan memiliki hubungan positif dengan resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan hidup. Maka *literature review* ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dan proses resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kehilangan pasangan hidup, serta untuk mendapatkan hasil dari relevansi kecerdasan emosi untuk membantu proses resiliensi wanita dewasa awal.

## METODE

### Desain Penelitian

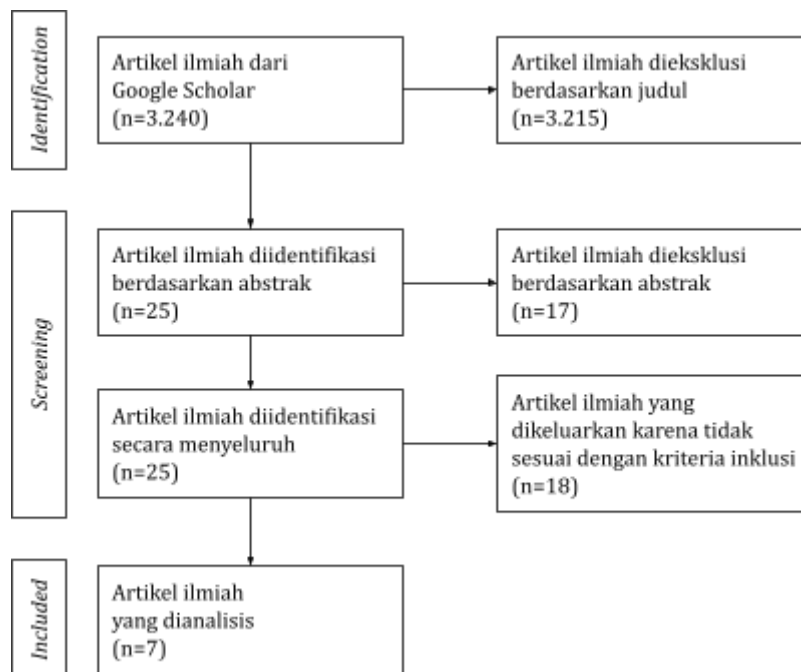
Penelitian ini dilaksanakan melalui *literature review*, yakni metode yang sistematis, eksplisit, dan reproduisibel dengan tujuan melakukan identifikasi, evaluasi, serta sintesis terhadap hasil penelitian maupun karya-karya yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi sebelumnya. Metode yang digunakan dari *literature review* adalah dengan pendekatan sistematis (*systematic review*). Pendekatan *systematic review* digunakan untuk mengidentifikasi, mengkaji, dan menafsirkan penelitian yang telah tersedia dan relevan. Artikel yang digunakan berfokus pada artikel *original empirical research* atau artikel yang telah melaksanakan pengamatan secara aktual maupun eksperimen.

### Strategi Pengumpulan Data

Strategi pencarian artikel ilmiah menggunakan database yang tersedia pada *e-resources google scholar*. Kata kunci dalam menemukan artikel, yaitu hubungan kecerdasan emosi dan resiliensi, perkembangan wanita pada masa dewasa awal, dan kematian pasangan hidup. Artikel dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Data inklusi untuk menentukan bahan *literature review*, yaitu: 1) Penelitian dilaksanakan secara aktual maupun eksperimen, 2) Artikel asli dari sumber utama (*primary source*), 3) Artikel penelitian terbit tahun 2013 sampai 2023, 4) Artikel *full text* berbahasa Indonesia, 5) Artikel membahas setidaknya satu dari kata kunci artikel ini. Adapun data eksklusi adalah: 1) Penelitian tidak menerangkan proses pelaksanaannya dengan jelas, 2) Artikel diterbitkan diatas 10 tahun terakhir atau sebelum 2013, 3) Artikel berbahasa Inggris, 4) Artikel hanya memuat bagian abstrak atau hanya *part of text*, 5) Artikel *literature review*.

Adapun skema proses pencarian *literature review* dituangkan dalam Gambar 1.



Gambar 1. Skema Proses Pencarian Artikel Ilmiah

Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, maka diperoleh tujuh artikel ilmiah yang memenuhi syarat dari keseluruhan artikel yang telah diidentifikasi. Hasil dari *literature review* disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Tabel *literature review*

Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
Alrisa Naufaliasari & Fitri Andriani (2013)	Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan	Mengetahui bagaimana resiliensi pada wanita dewasa awal yang menjadi janda untuk dapat bangkit dari segala persoalan yang mereka hadapi serta berbagi pengalaman hidup sebagai janda di usia muda.	Kualitatif, analisis data tematik	Seluruh partisipan mengalami masa-masa sulit setelah kematian suami. Seluruh partisipan resilien karena adanya faktor-faktor internal dan eksternal yang dimanfaatkan dengan baik.
Citra Ayu Kumala Sari & Ayu Imasria Wahyuliarmy (2021)	Resiliensi pada Janda Cerai Mati	Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi pada janda cerai mati.	Kuantitatif, <i>purposive random sampling</i>	Terdapat hubungan positif dan sangat signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi pada janda cerai mati. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula resiliensi, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula resiliensinya.
Athaya Nugsria, Niken Titi Pratitis, & Isrida Yul Arifiana (2023)	<i>Quarter Life Crisis</i> pada Dewasa Awal: Bagaimana Peranan Kecerdasan Emosi?	Mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan <i>quarter life crisis</i> pada dewasa awal.	Kuantitatif, <i>accidental sampling</i>	Semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh individu, maka semakin tinggi pula <i>quarter life crisis</i> yang dialami individu pada masa dewasa awal

Nur Fitriyani & Andreas Agung Kristanto (2021)	Kecerdasan Emosi pada Anak Dewasa Awal yang Ayahnya Melakukan Perselingkuhan	Mengetahui kecerdasan emosi pada anak dewasa awal yang ayahnya melakukan perselingkuhan.	Kualitatif, studi kasus	Kecerdasan emosi pada anak dewasa awal yang ayahnya melakukan perselingkuhan memiliki peran yang penting. Ketiga partisipan membutuhkan adanya dukungan emosional dan ketegasan dari orang sekitar.
Pipit Yussi Tamiah Widiyawati & Damajanti Kusuma Dewi (2022)	Gambaran Resiliensi Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Kegagalan Menuju Hubungan Pernikahan	Mengetahui gambaran resiliensi pada perempuan dewasa awal yang mengalami kegagalan menuju hubungan pernikahan.	Kualitatif, studi kasus	Gambaran dan faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi partisipan meliputi regulasi emosi, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian.
Everhard Markiano Solissa, Muhammad Mujtaba Mitra Zuana, Nanny Mayasari, Gamar Al Haddar, & Marlen Wariunsora (2022)	Analisis Hubungan Resiliensi dan Kecerdasan Emosional pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan	Menguji secara empiris hubungan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa kelas SMK di Kabupaten Demak, Jawa Tengah.	Kuantitatif, <i>product moment pearson</i>	Terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada sekolah tersebut. Serta hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi pula resiliensinya dan begitu sebaliknya.
Lina Iffata Fauziya & Novy Helena Catharina Daulima (2017)	Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Resiliensi Penyintas Banjir	Mengetahui hubungan karakteristik dan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada penyintas	Kuantitatif, <i>cross sectional</i>	Terdapat hubungan antara pendidikan dan kecerdasan emosi dengan resiliensi. Penyintas dengan kecerdasan

---

banjir

emosi tinggi  
memiliki peluang  
lebih besar untuk  
beresiliensi dengan  
baik.

---

### HASIL PENELITIAN

Hasil dari *literature review* pada tujuh artikel, penulis menemukan adanya hubungan yang sangat berkaitan antara kecerdasan emosi dengan resiliensi individu pada masa-masa sulit hidupnya. Keseluruhan hasil yang ditemukan pada tujuh artikel mendapati hasil beberapa gambaran besar, yaitu: kebutuhan berpasangan pada usia dewasa awal, kesulitan menjalani kehidupan pasca kematian pasangan hidup, serta hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi dalam menghadapi peristiwa sulit dalam kehidupan.

Usia dewasa awal dicirikan dengan individu yang mulai tertarik dengan lawan jenis, bahkan individu memulai hingga membangun hubungan dengan lawan jenis. Hal ini dilakukan individu dengan tujuan mencari pasangan yang dirasa paling cocok dengan dirinya. Harapannya hubungan ini akan membawa individu menuju kehidupan berpasangan yang bahagia. Di masa yang bersamaan, dewasa awal menjadi waktu individu untuk mempersiapkan berbagai hal menjelang pernikahan hingga membangun hubungan yang sah dengan lawan jenis melalui pernikahan.

Pernikahan menjadi salah satu aspek kehidupan yang didambakan ketika individu berada pada masa dewasa awal. Kebahagiaan menjadi salah satu tujuan yang ingin dicapai oleh seluruh individu ketika menjalani pernikahannya. Namun manusia tak pernah tahu bagaimana takdir akan membawanya dalam menjalani kehidupan ini. Kebahagiaan dalam pernikahan yang telah dibangun bersama dapat runtuh begitu saja, salah satu halnya apabila pasangan meninggal dunia. Meninggal menjadi misteri semua orang yang manusia tidak pernah tau waktunya. Berdasarkan literatur yang ada, kematian pasangan hidup menjadi duka tertinggi dari berbagai peristiwa lainnya. Hal ini tentu bukan hal yang mudah untuk dijalani oleh siapapun kelak.

Beratnya beban yang harus dilanjutkan seorang diri, membuat individu harus berupaya ekstra dalam upayanya untuk bangkit dari duka yang mendalam. Resiliensi berperan penting dalam proses ini, karena resiliensi membawa individu untuk mampu menghadapi berbagai hal dengan baik dan dapat bangkit kembali. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa semakin besar tingkat resiliensi pada individu, maka semakin baik pula prosesnya untuk bangkit dari setiap peristiwa yang menyakitkan.

Dalam berbagai usahanya menuju kehidupan normal pasca kematian pasangan hidup, individu masih harus terus menghadapi berbagai tanggapan sosial mengenai dirinya yang hidup menjadi orang tua tunggal. Pada masa ini individu diharuskan untuk mampu mengontrol diri agar dapat terus menjalani hari yang lebih baik setiap harinya. Kompleksnya tugas kehidupan sebagai tanggung jawab kehidupan yang dihadapi setelah kematian pasangan hidup menuntut individu agar cerdas dalam mengontrol emosi. Cara individu mengontrol emosi dalam menghadapi berbagai persoalan memiliki pengaruh terhadap tahapan resiliensinya. Kecerdasan emosi menyumbangkan pengaruh terhadap aspek-aspek penting resiliensi. Terlebih pada masa dewasa awal, pada masa ini individu masih mengalami penyesuaian peran pada masa transisi dari remaja menuju dewasa yang lebih bertanggung jawab. Individu belum berada pada tingkat pemikiran yang sangat matang untuk menyelesaikan berbagai persoalan dan memutuskan hal-hal dalam kehidupannya. Sehingga kecerdasan emosi sangat

diperlukan untuk mengontrol ketidakstabilan diri agar dapat mencapai resiliensi dalam menghadapi realita pasca kematian pasangan hidup.

### DISKUSI

Individu dewasa awal dihadapkan dengan tambahan berbagai tugas baru sebagai fase awal yang menjadi transisi menuju dewasa. Cukup banyaknya penelitian yang telah dilaksanakan dengan mengkaji persoalan dewasa awal, kecerdasan emosi, serta resiliensi pada dewasa awal menggambarkan betapa kompleksnya hal-hal yang harus dihadapi oleh individu dewasa awal. Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi dengan konteks variabel yang berbeda-beda, seperti peranan kecerdasan emosi dan resiliensi pada *quarter life crisis* dewasa awal, hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi penyintas banjir, juga analisis hubungan resiliensi dan kecerdasan emosi pada siswa SMK. Disamping itu, beberapa penelitian juga telah mengkaji pentingnya resiliensi bagi individu-individu pasca kematian pasangan hidup.

Beriringan dengan hal tersebut, kehilangan pasangan pada masa dewasa awal peneliti rasa memerlukan hadirnya kecerdasan emosi dan resiliensi yang berjalan beriringan dalam diri individu. Sejauh penelusuran peneliti, belum terdapat penelitian yang mengkaji hal tersebut, padahal hasil penelitian sebelumnya juga menyebutkan peristiwa kematian pasangan adalah peristiwa paling berat dari kehidupan individu sehingga peristiwa ini penting untuk dikaji dan diperhatikan. Oleh sebab itu diperlukan adanya kajian lebih lanjut yang membahas mengenai hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan hidup.

### SIMPULAN

Simpulan dari *literature review* sebagaimana tujuan yang ditetapkan yaitu untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dan proses resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kehilangan pasangan hidup, serta untuk mendapatkan hasil dari relevansi kecerdasan emosi untuk membantu proses resiliensi wanita dewasa awal.

Hasil dari *literature review* pada tujuh artikel ditemukan adanya hubungan pada kecerdasan emosi dengan proses resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan hidup. Kecerdasan emosi memiliki pengaruh terhadap proses resiliensi yang sedang dijalani. Kecerdasan emosi relevan dengan resiliensi yang berperan sebagai kontrol diri pada wanita dewasa awal untuk membantu proses resiliensi dalam dirinya. Dari hal ini disimpulkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki, semakin tinggi pula resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan hidup. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah pula resiliensi pada diri individu.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat memperdalam informasi mengenai proses kontribusi kecerdasan emosional dalam tahap resiliensi pada wanita dewasa awal. Besar harapan agar lebih banyak penelitian yang membahas hubungan kecerdasan emosi dengan resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kehilangan pasangan hidup sehingga semakin banyak literatur serta mengingat hal ini merupakan topik yang perlu untuk diperhatikan terutama pada lingkungan sekitar.



### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah mendukung kelancaran jalannya penelitian ini serta seluruh kesediaan data yang telah mendukung pada penelitian ini.

### DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Aufa Hana Cahyaningrum dan Wiwin Hendriani tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

### PUSTAKA ACUAN

- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus pada Ibu Tunggal di Samarinda). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 157-163. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3326>
- Fauziya, L. I., & Daulima, N. H. C. (2017). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Resiliensi Penyintas Banjir. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(3), 148-157. <https://doi.org/10.7454/jki.v20i3.624>
- Fitriyani, N., & Kristanto, A. A. (2021). Kecerdasan Emosi pada Anak Dewasa Awal yang Ayahnya Melakukan Perselingkuhan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 260-278. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Gusniwati, M. (2015). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Minat Belajar terhadap Penguasaan Konsep Matematika Siswa SMAN di Kecamatan Kebon Jeruk. *FORMATIF: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(1), 26-41. <https://doi.org/10.30998/formatif.v5i1.165>
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Prenadamedia Group.
- Naufaliasari, A., & Andriani, F. (2013). Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(2), 264-269.
- Nugsria, A., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2023). Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal: Bagaimana Peran Kecerdasan Emosi. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 1-10. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/837>.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2014). *Menyelami perkembangan manusia = Experience human development* (12nd ed.). Salemba Humanika.
- Pasek, N. S. (2016). Pengaruh Kecemasan Intelektual pada Pemahaman Akuntansi dengan Kecerdasan Emosi dan Kecerdasan Spiritual sebagai Variabel Pemoderasi. *Jurnal Ilmiah Akuntansi*, 1(1), 62-76. <https://doi.org/10.23887/jia.v1i1.9983>
- Rosalinda, I., & Michael, T. (2019, April). Pengaruh Harga Diri Terhadap Preferensi Pemilihan Pasangan Hidup pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Quarter-Life-Crisis. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 8(1), 20-26. <https://doi.org/10.21009/JPPP.081.03>
- Santrock, J. W. (2018). *Educational Psychology* (6th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, C. A. K., & Wahyuliarmy, A. I. (2021). Resiliensi pada Janda Cerai Mati. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(1), 40-51. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i1.5104>
- Sari, I. P., Ifdil, & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi pada Single Mother Setelah Kematian Pasangan Hidup. *SCHOULID: Indonesia Journal of School Counseling*, 4(3), 76-82. <https://doi.org/10.23916/08411011>
- Sholih, Rochani, Khairun, D. Y., & Al Hakim, I. (2017). Meningkatkan Resiliensi Remaja Melalui Bibliocounseling. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 51-61. <https://doi.org/10.30870/jpbk.v2i1.3019>
- Solissa, E. M., Zuana, M. M. M., Mayasari, N., Al Haddar, G., & Wariunsora, M. (2022). Analisis Hubungan Resiliensi dan Kecerdasan Emosional pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(4), 7176-7183. <https://doi.org/10.31316/jk.v6i4.4440>

- 
- Widiyawati, P. Y. T., & Dewi, D. K. (2022). Gambaran Resiliensi Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Kegagalan Menuju Hubungan Pernikahan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 161-173.
- Zulfiana, U. (2013). Menjanda Pasca Kematian Pasangan Hidup. *Cognicia*, 1(1). <https://doi.org/10.22219/cognicia.v1i1.1438>