

# Journal An-Nafs : Kajian Penelitian Psikologi

P-ISSN: 2528-0600 E-ISSN: 2549-6166

**TERAKREDITASI SINTA 3**

SK Direktur Jenderal Penguatan Riset dan Pengembangan, Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi RI No. 30/E/KPT/2019

Alamat: Jl. KH. Wahid Hasyim 62 Telp 0354-772879 Kediri 64114

Website: <http://ejournal.iai-tribakti.ac.id/index.php/psikologi> | e-mail : [annafs@iai-tribakti.ac.id](mailto:annafs@iai-tribakti.ac.id)

## **LETTER OF ACCEPTANCE (LOA)**

**No: 020/A/OJS/An-Nafs/XII/2019**

Berdasarkan hasil proses Peer Review, pengelola Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi ISSN (Cetak): 2528-0600 dan ISSN (Online): 2549-6166 memberitahukan bahwa naskah dengan identitas dibawah ini:

Judul : Pelatihan Emotional Intelligence untuk Meningkatkan Resiliensi pada Siswi SMP yang Melakukan Self Injury

Penulis : Lebda Katodhia & Frikson C. Sinambela

email : [katodhialebda@gmail.com](mailto:katodhialebda@gmail.com) & [friksonsinambela@gmail.com](mailto:friksonsinambela@gmail.com)

Afiliasi/ Institusi : Universitas Surabaya

Telah memenuhi kriteria publikasi dan dinyatakan **DITERIMA** pada tanggal 17 Desember 2019 untuk dipublikasikan di jurnal kami pada Volume 5 Nomor 2 Desember 2020.

Untuk menghindari adanya duplikasi terbitan dan pelanggaran etika publikasi ilmiah terbitan berkala, artikel tersebut tidak boleh dikirimkan dan dipublikasikan ke penerbit jurnal lain.

Demikian surat ini disampaikan atas partisipasi dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih

Kediri, 17 Desember 2019

Editor In Chief

*Journal An-Nafs*  
*Kajian Penelitian Psikologi*

**M. Arif Khoiruddin**

## **Efektivitas Pelatihan *Emotional Intelligence* untuk Meningkatkan Resiliensi pada Siswa SMP yang Melakukan *Self Injury***

**Lebda Katodhia & Frikson C. Sinambela**  
katodhialebda@gmail.com  
**Fakultas Psikologi Universitas Surabaya**

### **Abstract**

*This study aims to understand the effectiveness of emotional intelligence training in enhancing students' resilience in SMP X Surabaya. The method used in this experimental study is a single case experimental design. There are 19 female students who have been doing self-injury such as slashing their hands. First, The Resilience Scale is used to assess students' resilience and The Assessing Emotions Scale Mayor-Salovey is used for assessing emotional intelligence. Second, the result is then analyzed with Paired Sample T-test. Third, Linear Regression Analysis is conducted to examine the effect the training toward students' resiliency. In the follow-up stage, the data is analyzed using a Wilcoxon Signed Rank. The emotional intelligence training is given in 4 sessions within 2 days. In addition, in the follow-up stage, participants are interviewed. The result shows statistical significance of 0.009 ( $p < 0.05$ ). It conveys there is a significant difference in students' resilience levels before and after the training. Therefore, it concludes that students' resilience level increased after given emotional intelligence training. The significance results of the training lasted until the follow-up one week after the training.*

*Keywords: self-injury, emotional intelligence training, students' resiliency*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan *emotional intelligence* (EI)/ kecerdasan emosi untuk meningkatkan resiliensi pada siswa SMP X di Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan *single case experimental design*. Total partisipan berjumlah 19 siswa perempuan SMP X Surabaya yang melakukan tindakan menyakiti diri sendiri dengan menyilet tangan (*self injury*). Resiliensi diukur menggunakan skala RS (*The Resilience Scale*) dan kecerdasan emosi diukur menggunakan skala *The Assessing Emotions Scale* Mayer-Salovey, kemudian dianalisis menggunakan *Paired Sample T-test*. Setelah itu dilakukan uji regresi linear untuk mengetahui pengaruh pelatihan terhadap resiliensi siswa. Pada tahap *follow up* analisis menggunakan statistik *Wilcoxon Signed Rank*. Pelatihan yang diberikan adalah pelatihan kecerdasan emosi yang dilakukan selama empat sesi yang dilaksanakan selama dua hari. Analisis kualitatif dilakukan dengan teknik wawancara saat *follow up*. Hasil analisis kuantitatif data menunjukkan nilai signifikansi 0.009 ( $p < 0.05$ ). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat resiliensi diri siswa sebelum dan setelah pemberian pelatihan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tingkat resiliensi peserta meningkat setelah pemberian pelatihan kecerdasan emosi. Signifikansi hasil pelatihan bertahan hingga saat *follow up* yang dilakukan satu minggu pasca pelatihan.

*Kata kunci: menyakiti diri sendiri, pelatihan kecerdasan emosi, resiliensi, siswa*