

Peranan Kecerdasan Emosi dan *Problem-Focused Coping* Terhadap *Work-Life Balance* Pada Mahasiswa yang Bekerja

Illona Acintyajovita¹, Idei Khurnia Swasti²

^{1,2} Fakultas Psikologi UGM

Abstract. Emotional intelligence and problem-focused coping are individual factor that can influence one's work-life balance. Therefore, this study aims to test the simultaneous roles of emotional intelligence and problem-focused coping in the work-life balance of working students. All the variables were measured using modified scale and adjusted to the research context. The data were collected through online survey from 329 working undergraduate students (D4/S1) in Indonesia. The results of the multiple regression analysis indicated that the model is a significant predictor for work-life balance ($F = 33,225$; $R^2 = 0,169$; $p < 0,01$). However, only emotional intelligence proved to have significant positive impact on the model, while problem-focused coping did not. These findings suggest that to achieve a work-life balance, the students should utilize their emotional intelligence to be optimally carry out their roles as working students.

Keywords: working student, emotional intelligence, coping, problem-focused coping, work-life balance

Abstrak. Kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* merupakan faktor individual yang dapat memengaruhi *work-life balance* individu. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji peranan secara simultan kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* terhadap *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja. Seluruh variabel dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang dimodifikasi dan disesuaikan dengan konteks penelitian. Partisipan dalam penelitian ini ialah 329 mahasiswa aktif jenjang D4/S1 suatu perguruan tinggi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan survei daring. Analisis penelitian ini menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* berperan secara simultan dalam memprediksi *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja ($F = 33,225$; $R^2 = 0,169$; $p < 0,01$). Namun, secara parsial, hanya kecerdasan emosi yang signifikan berperan positif. Implikasi dari temuan pada penelitian ini ialah mahasiswa diharapkan mengembangkan dan menggunakan kecerdasan emosinya agar dapat optimal dalam menjalankan peran sebagai mahasiswa yang juga bekerja.

Kata kunci: mahasiswa bekerja, kecerdasan emosi, *coping*, *problem-focused coping*, *work-life balance*