

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENULIS SKRIPSI ASAL ACEH TENGGARA DI BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**Chairul Abdi Musni
NIM. 170901001**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM AR-RANIRY
BANDA ACEH
2023**

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENULIS SKRIPSI ASAL ACEH TENGGARA DI BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh

**CHAIRUL ABDI MUSNI
NIM. 170901001**

جامعة الرانيري

Disetujui Oleh:

AR - RANIRY

Pembimbing I



**Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si
NIP. 197601102006042002**

Pembimbing II



**Nurul Adharina, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIDN -**

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENULIS SKRIPSI ASAL ACEH TENGGARA DI BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan Sebagai
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Diajukan Oleh:

**CHAIRUL ABDI MUSNI
NIM. 170901001**

**Pada Hari/Tanggal
Kamis, 30 November 2023/16 Jumadil Awal 1445 Hijriah
Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi**

Ketua



**Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si
NIP. 197601102006042002**

Sekretaris



**Nurul Adharina, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIDN -**

Penguji I



**Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si.
NIP.199010312019032014**

Penguji II



**Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., M.A
NIP.199107142022032001**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry



**Dr. Muslim, M.Si
NIP. 196610231994021001**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya :

Nama : Chairul Abdi Musni

NIM : 170901001

Jenjang : Strata 1 (S-1)

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah diuji atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di rujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya yang ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 26 Juli 2023

Yang Menyatakan,



Chairul Abdi Musni

NIM. 170901001

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Sedang Menulis Skripsi Asal Aceh Tenggara Di Banda Aceh”. Shalawat dan Salam kita sanjungkan kepada Rasulullah Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita dari alam kebodohan ke alam yang penuh ilmu pengetahuan. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan moral dan moril dari berbagai pihak, keluarga, dan teman-teman terdekat. Untuk itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga terutama kepada Ayah saya Muslim S.pd.i dan Ibu saya Murniati yang telah mencintai saya tanpa syarat dan mendukung saya tanpa henti dengan doa yang selalu dipanjatkan dengan ketulusan, harapan, dan keikhlasan agar saya dapat mewujudkan cita-cita. Terima kasih telah menjadi orang tua terbaik dan telah mendidik dan mengajarkan saya untuk menjadi anak yang kuat dan hebat dan terima kasih kepada kakak saya yang pertama Masriani S.pd. dan yang kedua Siti Salamah S.pd. serta adik bungsu saya Laila Afrida Yani yang selalu memberikan dukungan, motivasi dengan segala ketulusan, kebaikan baik moril maupun materil dan selalu menjadi rumah bagi saya untuk berbagi cerita. Penyusunan skripsi ini dapat terlaksana dengan baik berkat adanya

do'a dan dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Muslim Zainuddin, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada semua mahasiswa Psikologi.
2. Bapak Dr Syafrihsyah, S.Ag., M.Si sebagai Wakil Dekan bidang Akademik dan Kelembagaan serta penasehat akademik yang selalu setia memotivasi dan membimbing mahasiswa dalam penyelesaian skripsi, yang telah memberikan motivasi dan meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan dalam menyelesaikan bimbingan ini.
3. Ibu Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si pembimbing satu dalam penyelesaian skripsi, yang telah memberikan motivasi dan meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan dalam menyelesaikan bimbingan ini
4. Ibu Nurul Adharina, S.Psi., M.Psi., Psikolog pembimbing dua dalam penyelesaian skripsi, yang telah memberikan motivasi dan meluangkan - waktu untuk melakukan bimbingan dalam menyelesaikan bimbingan ini.
5. Ibu Misnawati S.Ag., M.Ag., Ph.D sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan, yang membantu dalam administrasi mahasiswa.
6. Bapak Dr. Nasrudin, M.Hum sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan kerjasama, yang telah memberi dukungan dan mengurus administrasi mahasiswa.

7. Bapak Julianto Saleh S.,Ag., M.Si selaku Ketua Program studi Psikologi Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry, Banda Aceh, yang telah banyak membantu dan meluangkan waktu hingga penulis dapat menyelesaikan Program studi Psikologi
8. Ibu Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si. selaku Penguji I, yang telah banyak membantu dan meluangkan waktu hingga penulis dapat menyelesaikan Program studi Psikologi.
9. Ibu Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., M.A selaku Penguji II, yang telah banyak membantu dan meluangkan waktu hingga penulis dapat menyelesaikan Program studi Psikologi.
10. Seluruh dosen beserta staf Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh, yang telah membantu, mendidik, dan mencurahkan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.
11. Terima kasih kepada sahabat-sahabat seperjuangan yaitu Muhibuddin, Riski Tonaiko, Amruddin, Faizan Nubza yang telah banyak memberikan dukungan, membantu dan mendoakan peneliti dalam melewati masa sulit dan senang bersama selama masa kuliah.
12. Dan seluruh partisipan yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Terlepas dari semua itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih ada kekurangan baik dari segi isi maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima segala kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun untuk

kesempurnaan skripsi ini. Semoga tulisan ini dapat memberi manfaat bagi para pembaca. Terimakasih.

Banda Aceh, 26 Juli 2023

Peneliti,

Chairul Musni Abdi
NIM. 170901001



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Secara Teoritis	6
2. Secara Praktis	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. Kesejahteraan Psikologis	12
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis	12
2. Aspek-Aspek Kesejahteraan Psikologi	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis ...	16
B. Kecerdasan Emosi	19
1. Pengertian Kecerdasan Emosi	19
2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi	20
C. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis	23
D. Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Metodologi Penelitian.....	27
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
1. Variabel Bebas : Kecerdasan Emosi	27
2. Variabel Terikat : Kesejahteraan Psikologis	27
C. Definisi Operasional.....	27
1. Kecerdasan Emosi.....	27

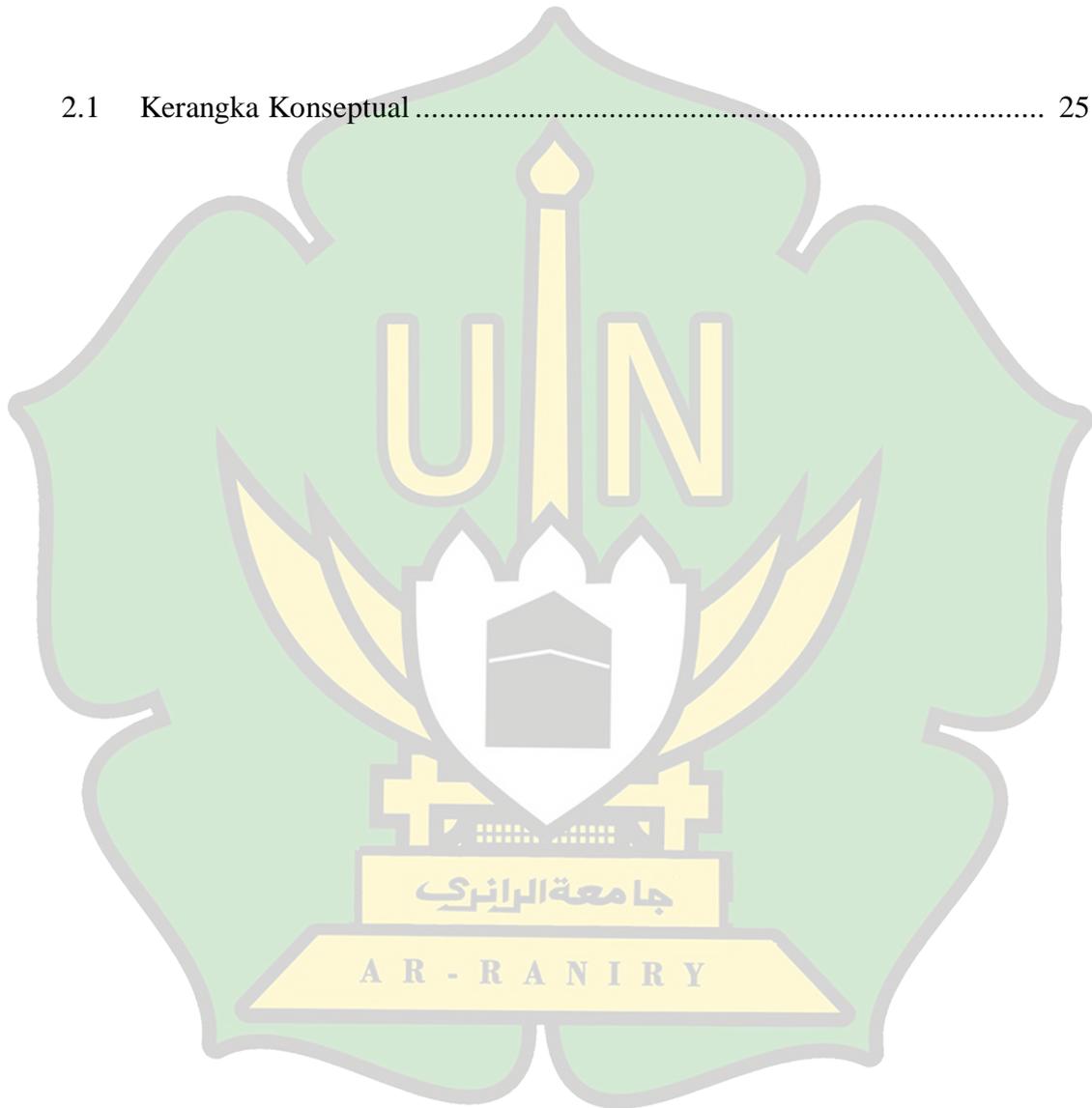
2. Kesejahteraan Psikologis.....	28
D. Subjek Penelitian.....	28
1. Populasi	28
2. Sampel.....	29
E. Persiapan Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	30
1. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	31
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	36
1. Validitas	36
2. Uji Daya Beda dan Reliabilitas Alat Ukur	39
3. Uji Daya Beda Item	40
G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	44
1. Teknik Pengolahan Data	44
2. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Deskripsi Subjek Penelitian	47
1. Demografi Penelitian	47
2. Hasil Penelitian.....	49
B. Pengujian Hipotesis	53
1. Uji Asumsi.....	53
2. Uji Hipotesis.....	55
C. Pembahasan.....	56
BAB V KESIMPULAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran	62
1. Kepada Dosen.....	62
2. Kepada Mahasiswa	62
3. Kepada Lembaga Pendidikan	62
4. Kepada peneliti selanjutnya.....	63
Daftar Pustaka	64

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Jumlah Mahasiswa Bimbingan Aceh Tenggara di Banda Aceh	29
3.2 Jumlah Sampel Mahasiswa Bimbingan Aceh Tenggara di Banda Aceh	29
3.3 <i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan Agresivitas	31
3.4 <i>Blueprint</i> Skala Kematangan Emosi	34
3.5 Skor Skala <i>Favourable</i> Dan Skala <i>Unfavourable</i>	36
3.6 Koefisien CVR Skala Kesejahteraan Psikologis.....	38
3.7 Koefisien CVR Skala Kecerdasan Emosi.....	38
3.8 Koefisien Korelasi Daya Beda Aitem Kecenderungan Agresivitas	41
3.9 <i>Blue Print</i> Akhir Skala Kecenderungan Agresivitas.....	42
3.10 Koefisien Korelasi Daya Beda Aitem Kematangan Emosi	43
3.11 <i>Blue Print</i> Akhir Skala Kematangan Emosi	44
4.1 Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	47
4.2 Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Usia.....	47
4.2 Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Universitas	48
4.2 Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Mengerjakan Skripsi.....	49
4.2 Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Tahun Masuk Kuliah	49
4.6 Deskripsi Data Penelitian Skala Kecenderungan Agresivitas	50
4.7 Hasil Kategorisasi Kecenderungan Agresivitas.....	51
4.8 Deskripsi Data Penelitian Skala Kematangan Emosi.....	52
4.9 Hasil Kategorisasi Kematangan Emosi	53
4.10 Hasil Uji Normalitas Sebaran	54
4.11 Hasil Uji Linieritas hubungan Agresivitas dan Kematangan Emosi.....	55
4.12 Hasil Uji Hipotesis Data Penelitian	55

DAFTAR GAMBAR

Bagan	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual	25



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

- Lampiran 1. Surat Keterangan Penelitian, Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 2. Tabulasi Data *Try Out* Skala Kesejahteraan Psikologis Dan Tabulasi Data Penelitian Skala Kecerdasan Emosi
- Lampiran 3. Tabulasi Data *Try Out* Skala Kesejahteraan Psikologis Dan Tabulasi Data Penelitian Skala Kecerdasan Emosi
- Lampiran 4. *Reliability* Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum Dibuang Aitem Yang Gugur Dan *Reliability* Skala Kesejahteraan Psikologis Setelah Dibuang Aitem Yang Gugur
- Lampiran 5. *Reliability* Skala Kecerdasan Emosi Sebelum Dibuang Aitem Yang Gugur Dan *Reliability* Skala Kecerdasan Emosi Setelah Dibuang Aitem Yang Gugur
- Lampiran 6. Analisis Penelitian Uji Normalitas, Uji Linearitas, dan Uji Hipotesis, dan Tabel Frekuensi
- Lampiran 7. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8. SK Skripsi



HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENULIS SKRIPSI ASAL ACEH TENGGARA DI BANDA ACEH

ABSTRAK

Berbagai kesulitan yang dialami mahasiswa selama mengerjakan skripsi memberikan tekanan pada mahasiswa. Fenomena ini dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam menyusun skripsi. yang biasa dialami mahasiswa adalah terganggunya kesejahteraan psikologis akibat tekanan hidup sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. kecerdasan emosi dalam penelitian ini diukur menggunakan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Goleman (2006). Sedangkan skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ryff (1986). Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *Stratified random sampling* sebanyak 161 mahasiswa. Berdasarkan analisis uji hipotesis data maka diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,601, dengan $p = 0.00$, yang menunjukkan bahwa ada terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi asal aceh tenggara di banda aceh, artinya apabila kecerdasan emosi tinggi maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis kemudian sebaliknya apabila kecerdasan emosi rendah maka rendah pula kesejahteraan psikologisnya.

Kata Kunci: *Kecerdasan Emosi, Kesejahteraan Psikologis, Mahasiswa*

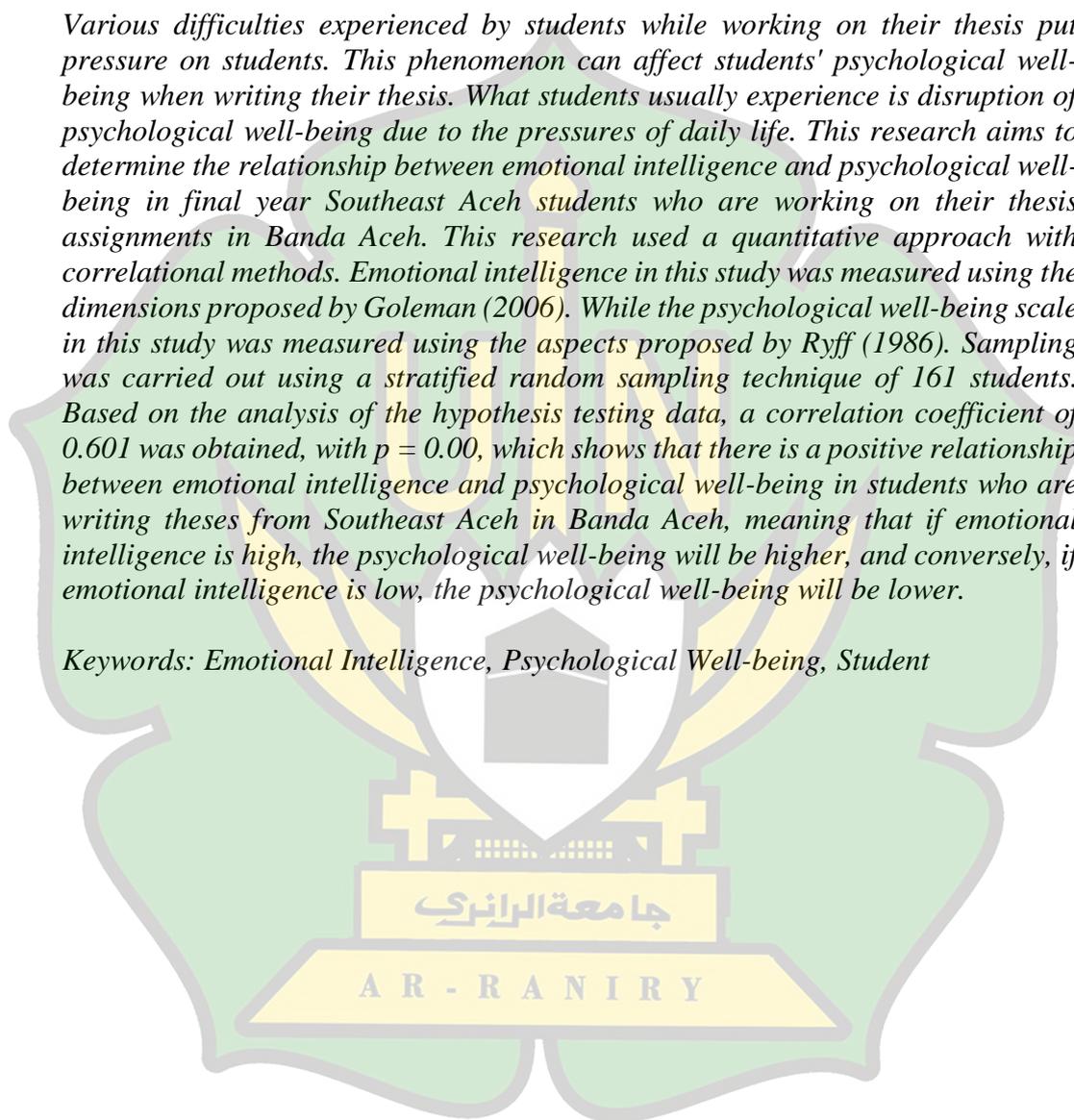


**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS WHO ARE WRITING
THE THESIS OF ORIGIN ACEH, SOUTH-EAST IN BANDA ACEH**

ABSTRACT

Various difficulties experienced by students while working on their thesis put pressure on students. This phenomenon can affect students' psychological well-being when writing their thesis. What students usually experience is disruption of psychological well-being due to the pressures of daily life. This research aims to determine the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in final year Southeast Aceh students who are working on their thesis assignments in Banda Aceh. This research used a quantitative approach with correlational methods. Emotional intelligence in this study was measured using the dimensions proposed by Goleman (2006). While the psychological well-being scale in this study was measured using the aspects proposed by Ryff (1986). Sampling was carried out using a stratified random sampling technique of 161 students. Based on the analysis of the hypothesis testing data, a correlation coefficient of 0.601 was obtained, with $p = 0.00$, which shows that there is a positive relationship between emotional intelligence and psychological well-being in students who are writing theses from Southeast Aceh in Banda Aceh, meaning that if emotional intelligence is high, the psychological well-being will be higher, and conversely, if emotional intelligence is low, the psychological well-being will be lower.

Keywords: Emotional Intelligence, Psychological Well-being, Student



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Sarwono (Kurniawati & Baroroh, 2016), mahasiswa adalah semua yang terdaftar secara resmi untuk mengikuti pendidikan di perguruan tinggi, dengan batas usia sekitar 18-30 tahun. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan, sehingga wajib bagi mahasiswa yang ingin menyelesaikan studi dan memperoleh gelar sarjana. Mahasiswa tingkat akhir diwajibkan untuk menulis karya ilmiah hasil penelitian yang diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat secara keseluruhan. Proses penyusunan skripsi dilakukan secara individual oleh masing-masing mahasiswa. Ini harus memungkinkan mahasiswa untuk melakukan pekerjaan penelitian independen untuk memecahkan masalah. Namun, beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dalam proses desain. Berdasarkan temuan di lapangan, beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dalam penyusunan skripsinya, mulai dari memilih judul penelitian yang relatif panjang dan menuntut hingga pemilihan judul penelitian dan metode penelitian yang sesuai dengan penelitian. realitas lingkungan yang dipelajari (Asrun, dkk, 2020).

Berbagai kesulitan yang diuraikan di atas dapat memberikan tekanan pada mahasiswa. Semakin kompleks tugas skripsi, maka semakin tinggi

tingkat kesulitan mahasiswa saat menyelesaikan skripsi. Fenomena ini dapat mempengaruhi perbedaan reaksi mahasiswa terhadap skripsi. Reaksi yang biasa dialami mahasiswa adalah terganggunya kesejahteraan psikologis akibat tekanan hidup sehari-hari. Peneliti melakukan observasi pada tanggal 25 Oktober 2022 kepada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang tengah mengerjakan skripsi di Banda Aceh. Peneliti menemukan bahwa mahasiswa menunjukkan ekspresi wajah seperti merenggut, sedih dan marah apabila ditanya tentang skripsi. Peneliti juga menemukan bahwa mahasiswa tersebut nampak lesuh dan lemas ketika berada di kampus untuk melakukan bimbingan bersama dosen. Beberapa mahasiswa juga sering melamun dan menghindari komunikasi dengan mahasiswa lain dan lebih memilih sendiri.

Cuplikan wawancara 1 :

“Ketika kita buat skripsi kadang kita dapat tekanan dari dospem apalagi isi skripsi yang kita buat ini emmm banyak salahnya tentu itu eeee yaaaaa batin kita ini kan tidak Bahagia ya ataupun sejahtera kadang suka termenung sendiri yaaa sama beban batin kita hahahahah ke pun yang sedang buat skripsi juga eee merasa gitu kan kalau skripsi belum siap masih saja tidak tenang hidup ke hahahahahh”. (MH, Wawancara Personal 25, Oktober 2022)

Cuplikan wawancara 2 : **جامعة الرانري**

“Ketika buat skripsi itu emosi kita itu tidak stabil apalagi banyak pertanyaan dari orang-orang yang ditanya kapan lulus kapan lulus gitu jadi kan emosi apalagi pas dengar kawan lagi bahas kapan sidang kita kek agak gak enak dengarnya gitu jadi gak bisa kita mengelola diri lagi apalagi membina emosi dengan orang lain itu susah, eeee karena kan rul eeeee membuat skripsi ini bisa membuat kita tertekan eev sehingga itu membuat batin kita ini tidak bisa tenang kalau belum selesai gitu....” (RT, Wawancara Personal 25, Oktober 2022)

Cuplikan Wawancara 3:

“sekarang lebih mudah sensitif aja, entah kenapa, enggak mau banyak-banyak komunikasi dulu dengan orang lain soalnya bawaannya marah aja emosi sendiri. Apalagi kalau dapat revisi banyak dari dosen rasanya kesal sendiri, tidur enggak nyenyak lagi kayak merasa enggak tenang aja, khawatir selalu takut-takut gak

bakalan diterima proposal kita atau enggak bakalan selesai semester ini, perasaan itu kalau enggak takut, khawatir atau stres gitu” (SM, Wawancara Personal 2 Februari 2023)

Berdasarkan wawancara diatas, peneliti menemukan bahwa mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi merasa tertekan, tidak tenang akibat beban skripsi yang dirasakan tidak hanya itu mahasiswa juga kurang dapat mengontrol emosi sehingga lebih mudah tersinggung dan marah apabila ditanya tentang kelanjutan skripsi yang dikerjakan. Merasa tertekan, tidak tenang dan emosi yang tidak stabil merupakan salah satu ciri-ciri dari kurangnya kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik memiliki ciri-ciri perasaan puas terhadap hidupnya, adanya emosi positif, serta jarang mengalami emosi negatif. Kepuasan ini membuat seseorang merasakan kesenangan dan ketenangan dalam hidupnya (Fajriani, 2018).

Kesejahteraan psikologis sebagai konsep yang mengacu pada Emosi dengan kebahagiaan positif yang dirasakan individu serta aktivitas positif yang tidak memiliki komponen perasaan negatif, misalnya ketika individu terlibat dalam kegiatan yang sangat disukai. Kesejahteraan psikologis merupakan wujud kesempurnaan, sehingga banyak orang yang berusaha mewujudkannya. Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting dan ada dalam diri setiap orang, tidak terkecuali mahasiswa yang sedang menjalani tugas akhir berupa skripsi.

Kesejahteraan psikologis bagi mahasiswa dalam dan mengerjakan tugas skripsi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk faktor

kecerdasan emosi (Wood Joseph, & Maltby, 2009). Goleman (2009) mendefinisikan kecerdasan emosi adalah kemampuan manusia yang terdiri dari berbagai kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, menolak frustrasi, mengendalikan kebutuhan atau dorongan impulsif, tidak melebih-lebihkan kesenangan atau ketakutan, mampu mengatur kebutuhan reaktif dan tetap bebas dari tekanan, tidak melumpuhkan kemampuan berpikir dan kemampuan berempati terhadap orang lain serta prinsip berusaha dengan berdoa. Adanya hubungan antara emosi dengan kemampuan penyelesaian tugas dikalangan mahasiswa yang dilakukan oleh Graham, dkk (dalam Adami, 2006) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki emosi yang baik akan memiliki kemampuan lebih baik dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Hal ini sesuai dengan Setyawan (2005) yang berpendapat dimana kecerdasan emosi juga merupakan kemampuan untuk menggunakan emosi secara efektif untuk mencapai tujuan untuk membangun produktif dan meraih keberhasilan (Setyawan, 2005)

Adanya ketidak sejahteraanya psikologi di kalangan mahasiswa dalam menulis tugas akhir berupa skripsi, juga sering dialami oleh sebagian mahasiswa Aceh Tenggara di Banda Aceh. Hal ini berdasarkan hasil wawancara awal yang peneliti lakukan dengan beberapa orang mahasiswa semester akhir dikatakan bahwa “selama menjalani tugas akhir mengalami rasa tidak tenang dalam menjalani kehidupan keseharian seperti beraktivitas sebagaimana biasanya, bahkan tidak sedikit mahasiswa mencari kegiatan yang dapat menghibur dirinya seperti berolahraga, bermain game online dan

lain-lain. Hal ini dilakukan agar dapat membuat dirinya bahagia dan bebas stres dalam mengerjakan skripsi dapat hilang.

Dibawah ini beberapa hasil penelitian yang menunjukkan terdapatnya hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologis. Penelitian yang dilakukan oleh Penelitian yang dilakukan Azis, (2022) terkait hubungan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di universitas X. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dan psychological well-being atau semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis begitupun sebaliknya.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Supeni, Hamidah, dan Lestari, (2019). Berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian berdasarkan korelasi antar faktor diperoleh 28,9%, artinya koefisien positif. Keduanya mempunyai hubungan kearah positif dengan besarnya pengaruh hubungan antara kecerdasan emosional (EQ) dengan kesejahteraan psikologis di kalangan anggota MAKO Akademi TNI Cilangkap Jakarta Timur. Hal tersebut artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimilikinya.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Desiningrum, (2018) hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis yang berarti bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi psychological well-being. Kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 30,3% terhadap kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Sedang Menulis Skripsi Asal Aceh Tenggara di Banda Aceh”.

B. Rumusan Masalah

Bertitik tolak pada latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah “apakah terdapat Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa yang Sedang Menulis Skripsi Asal Aceh Tenggara di Banda Aceh?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa yang Sedang Menulis Skripsi Asal Aceh Tenggara di Banda Aceh.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat teoritis maupun praktis.

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan serta referensi dalam bidang psikologi kepribadian, psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Mampu menjadi tambahan informasi dan referensi peneliti selanjutnya, yang berkaitan dengan penelitian ini.

2. Secara Praktis

a. Kepada mahasiswa.

Diharapkan mahasiswa mampu meningkatkan kecerdasan emosi selama mengerjakan skripsi agar kesejahteraan psikologis mahasiswa tidak menurun.

b. Kepada Universitas di Banda Aceh

Diharapkan kepada lembaga Universitas di Banda Aceh mendukung pembekalan mahasiswa skripsi dengan memberikan edukasi tentang pentingnya kecerdasan emosi selama mahasiswa menulis skripsi.

E. Keaslian Penelitian

Orisinalitas penelitian ini dihadirkan sebagai bukti agar tidak terjadi plagiarisme antara penelitian yang dilakukan dengan penelitian sebelumnya. Orisinalitas penelitian ini didasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang memiliki beberapa karakteristik yang relatif sama maupun dari segi topik penelitian, namun dengan perbedaan kriteria pemilihan sampel, jumlah sampel, lokasi pengambilan data dan beberapa variabel yang tidak berhubungan satu sama lain.

Studi oleh Safitri dan Laelatul (2022) Penelitian ini dilakukan untuk menyelidiki hubungan antara kecerdasan emosional dan keseimbangan kehidupan kerja terhadap kesejahteraan psikologis petugas kesehatan wanita multi peran. Hipotesis utama dari penelitian ini adalah adanya keterkaitan antara kecerdasan emosional dengan work-life balance dan mental well-

being. Sedangkan hipotesis minor adalah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis dan ada hubungan antara worklife balance dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menggunakan menggunakan metode Kuantitatif. Teknik pengambilan data dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*, dengan jumlah partisipan sebanyak 32 dari total populasi sebanyak 55. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan adalah pada populasi penelitian, jumlah variabel yang diteliti yang diteliti dan teknik pengambilan sampel yang dipakai. Penelitian yang dilakukan dilakukan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, variabel y didalam penelitian ini adalah kesejahteraan psikologi sedangkan variabel x adalah kecerdasan emosi dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random sampling*.

Penelitian yang dilakukan oleh Indrawati, (2018) tentang Kesejahteraan Psikologis Ditinjau dari Kecerdasan Emosional dan *Worklife Balance* Pada Tenaga Kesehatan Wanita yang Menjalani Peran Ganda. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara Kecerdasan Emosional dan *Worklife Balance* dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Tenaga Kesehatan Wanita yang Menjalani Peran Ganda. Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode Kuantitatif dan teknik pengambilan sampel yang digunakan *purposive sampling* dengan jumlah partisipan sebanyak 32. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan terletak pada jumlah variabel y dan x yang diteliti, populasi penelitian dan teknik pengambilan sampel yang digunakan. Jumlah variabel didalam

penelitian ini adalah dua variabel yaitu variabel x kecerdasan emosi dan variabel y kesejahteraan psikologis, populasi penelitian didalam penelitian ini adalah mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random smpling*.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, (2021) Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran kecerdasan emosi dalam meningkatkan *psychological well-being* remaja. Metode Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dan teknik dalam *literatur review* adalah pengumpulan data, tinjauan, analisis, dan ringkasan data untuk referensi. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan terletak pada metode penelitian yang digunakan dan teknik pengambilan sampel yang digunakan. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adan *stratified random sampling*.

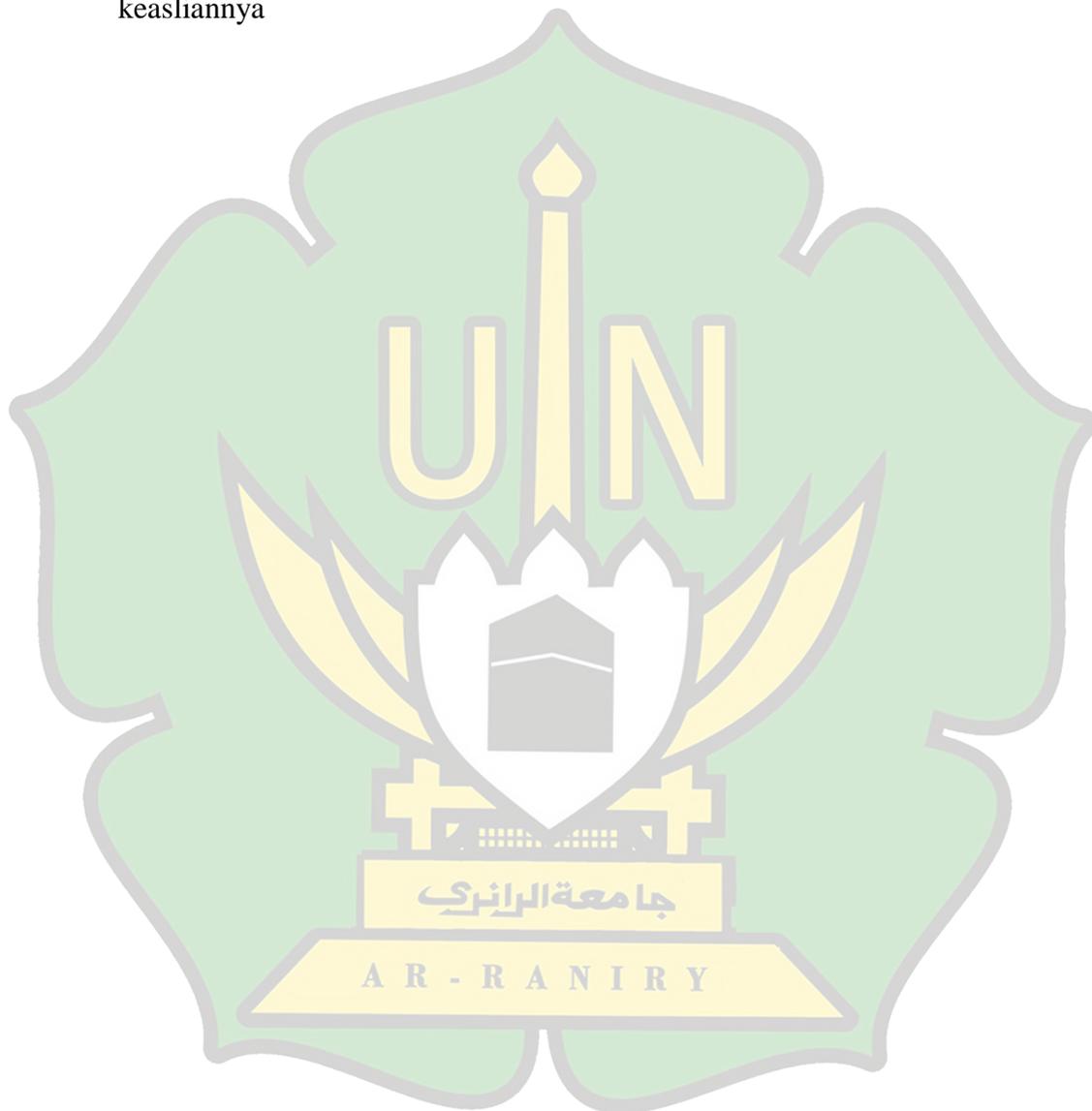
Penelitian yang dilakukan oleh Aisyah dan Chisol, (2018) tentang Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional, dengan dua variabel, yaitu variable rasa syukur sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel tergantungnya. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru honorer sekolah dasar di Kecamatan Pecangaan Kabupaten Jepara yang berjumlah 126. Subjek dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan tehnik *insidental sampling*. Perbedaannya dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel x yang

diteliti, populasi penelitian dan teknik pengambilan sampel yang digunakan. Variabel x yang diteliti didalam penelitian ini adalah kecerdasan emosi, populasinya adalah mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi dan teknik pengambilan sampel yang digunakan ada *stratified random sampling*.

Kemudian penelitian yang dilakukan Fitriah, Hariyono, dan Putri, (2022) Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana pengaruh Kecerdasan Emosi dan *self-esteem* terhadap *psychological well-being* Pada Relawan Covid-19 di terkhusus pada kelompok MCCC (Muhammadiyah Covid-19 Command Center). Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah kelompok relawan yang tergabung dalam Muhammadiyah Covid-19 Command Center (MCCC) Wilayah Kalimantan Selatan. Teknik pengambilan data dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan terletak pada populasi penelitian dan teknik pengambilan sampel yang digunakan. Metode penelitian yang digunakan didalam penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional dengan populasi yang diteliti adalah mahasiswa yang tengah mengerjakan skripsi dan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified sampling*.

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, terdapat beberapa perbedaan dari segi lokasi, subjek penelitian bahkan tema kajian. Dalam penelitian terdahulu terlihat bahwa belum ada yang menghubungkan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas skripsi di UIN Ar-Raniry. Oleh karena itu, penulis

merasa tertarik untuk melakukan penelitian terkait kedua variabel tersebut, dan dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh penulis berbeda dengan peneliti sebelumnya dan penelitian ini dapat di pertanggung jawabkan keasliannya



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menerima diri mereka apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri dari lingkungan sosial, menghadapi lingkungan eksternal, menetapkan tujuan hidup dan terus menerus memenuhi potensi mereka. Kemampuan ini dapat dicapai dengan memusatkan perhatian pada aktualisasi diri, pemberdayaan, dan mewujudkan potensi diri sehingga dapat bertindak positif sepenuhnya dan menemukan kebahagiaan (Ryff, 1989). Wells (2010) juga mengklaim bahwa kesejahteraan mental adalah keadaan seseorang yang sehat secara mental yang berdampak positif pada kehidupannya dan pikiran positif membuat orang bahagia.

Menurut Sumule (2008), kesejahteraan psikologis adalah perspektif eudaimonik kesejahteraan mental yang berfokus pada fungsi psikologis dan aktualisasi diri, serta mengukur sejauh mana seorang individu melihat dirinya sendiri dalam usahanya untuk mewujudkan dan mengembangkan keinginannya sendiri, dipertimbangkan menurut enam aspek, yaitu penerimaan diri individu, kemampuan individu untuk mengendalikan

lingkungannya, kapasitas otonomi, tingkat hubungan positif dengan orang lain, pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup individu.

Menurut Ramadhan, Djunaid, dan Sismiati (2016), kesejahteraan mental adalah kondisi psikologis individu yang berfungsi dengan baik dan positif. Seseorang yang sejahtera secara psikologis juga secara alami memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, memiliki tujuan hidup yang jelas, kemampuan untuk mengatur lingkungannya sesuai dengan preferensinya sendiri, membentuk hubungan positif dengan orang lain, dan berusaha untuk mengeksplorasi dan mengembangkan sebanyak mungkin. Kesejahteraan psikologis adalah evaluasi diri secara kognitif dari seorang individu yang menunjukkan bahwa mereka berada dalam kondisi kesehatan mental yang mencakup, penerimaan diri, hubungan sosial yang positif, tujuan hidup, pengembangan diri, dan kontrol terhadap lingkungan. lingkungan dan otonomi (Sari & Desiningrum, 2018)

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis adalah keadaan dimana individu sehat secara psikologis dimana memiliki penilaian positif terhadap dirinya, mengembangkan potensi dirinya serta memiliki hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya.

Berdasarkan definisi kesejahteraan psikologi yang dikemukakan oleh beberapa ahli diatas, maka peneliti mengambil referensi teori yang

dikemukakan oleh Ryff, (1989) karena komprehensif artinya dapat menjelaskan secara lebih luas tentang kesejahteraan psikologis

2. Aspek-Aspek Kesejahteraan Psikologi

Ryff (1986) menyebutkan bahwa aspek dari kesejahteraan psikologis adalah sebagai berikut:

- a. *Self acceptance* (Penerimaan diri). Penerimaan diri merupakan kemampuan individu dalam bersikap terhadap dirinya sendiri, mampu menerima segala bentuk kekurangan dan kelebihan dalam dirinya, menerima segala bentuk kritikan dari pihak lain sebagai acuan untuk dapat menjadi pribadi yang lebih baik
- b. *Positive relations with other* (Hubungan positif dengan orang lain). Kemampuan individu dalam membangun hubungan yang hangat dengan orang lain yang di dasari oleh rasa saling percaya, empati serta kasih sayang. Sehingga individu bisa berbaur dengan orang lain dan terhindar dari perasaan terisolasi dan sendiri.
- c. *Autonomy* (Kemandirian) Individu yang memiliki Autonomi berarti individu tersebut mampu mengatur hidupnya secara mandiri, tidak terus bergantung pada pihak lain, berani menyatakan pendapatnya, menentukan atau memutuskan sesuatu secara mandiri, dapat melakukan evaluasi diri secara mandiri dengan standart pribadi (bukan orang lain).

- d. *Environmental mastery* (Penguasaan lingkungan) Kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi batinnya.
- e. *Purpose in life* (Tujuan Hidup) Tujuan hidup merupakan suatu perasaan yang terarah terhadap tujuan yang hendak dicapai dalam hidup, individu dapat merasakan tujuan hidupnya dan dapat merasakan kebermaknaan dalam kehidupannya baik di masa sekarang maupun masa yang telah dilaluinya, memiliki keyakinan yang penuh untuk berhasil dalam mencapai tujuan hidupnya, dan mengambil sisi positif pada setiap pengalaman-pengalaman hidupnya
- f. *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi) Kemampuan individu dalam mengembangkan potensinya secara terus-menerus, menumbuhkan dan memperluas diri sebagai orang (*person*). Dalam diri individu menyatakan diri (aktualisasi diri) dan menghadai tantangan eksternal, sehingga pada akhirnya individu berjuang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (Kesejahteraan psikologis).

Dalam penjelasannya Hurlock (1994) menyatakan bahwa ada beberapa hal yang mendasari kesejahteraan, antara lain:

- a. Sikap Menerima Merupakan sikap penerimaan diri seseorang yang didorong oleh sikap menerima diri sendiri dan mengakibatkan penyesuaian pribadi serta penyesuaian sosial yang baik.

- b. Kasih sayang Merupakan perasaan yang kuat, berupa ungkapan cinta, termasuk rasa emosi, suasana hati, dan tindakan hangat yang diberikan seseorang.
- c. Prestasi (*Achievement*) Merupakan tercapainya suatu keinginan. Dimana ketika keinginan atau tujuan tidak sesuai dengan yang diharapkan maka timbul permasalahan atau kegagalan dimana dalam diri seseorang akan ada rasa tidak puas.

Kesimpulan yang dapat diambil berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang dikemukakan ahli-ahli diatas maka peneliti menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan Ryff (1986) sebagai alat uji didalam penelitian ini, karena aspek aspek yang dikemukakan Ryff (1986) komprehensif artinya dapat menjelaskan secara lebih luas tentang perilaku prososial dan sesuai dengan variabel perilaku prososial yang diteliti dalam penelitian ini.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

De Lazzari, (dalam Hutapea, 2011) terhadap berbagai hasil penelitian menunjukkan beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis antara lain adalah

a. Demografi

Faktor demografis yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya.

b. Kepribadian

Salah satu dari unsur kepribadian (Aisyah & Chisol, 2018) yang dianggap mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah masalah emosi. De Lazzari (dalam Hutapea, 2011) juga menjelaskan bahwa kecerdasan emosi seringkali juga terbukti sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis.

c. Dukungan sosial

Dukungan sosial sendiri didefinisikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima individu dari berbagai sumber, termasuk pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, dan organisasi sosial.

d. Evaluasi terhadap pengalaman hidup.

Pengalaman hidup mencakup berbagai bidang kehidupan pada berbagai tahap kehidupan. Penilaian individu terhadap pengalaman hidup memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya menurut Eid dan Larsen (dalam Indrawati, 2017) adalah:

a. Sosio-demografis

Faktor sosio-demografis yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya adalah usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya

b. Penilaian terhadap pengalaman hidup

Penilaian individu terhadap pengalaman hidup yang dialami seperti membandingkan pengalaman tersebut dengan pengalaman orang lain, atau mengambil makna dibalik pengalaman hidup yang mereka alami.

c. Religiusitas

Faktor religiusitas berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna

d. Kecerdasan emosi

Faktor kecerdasan emosi merujuk pada bagaimana individu dapat mengelola emosinya dengan baik sehingga dapat mengenali emosi diri dan orang lain serta membina hubungan positif dengan orang lain.

e. Optimisme

Optimisme berarti bahwa seseorang memiliki keyakinan yang kuat dan positif dalam dirinya dalam menjalani dan menghadapi kehidupan. Seseorang yang memiliki pengendalian emosi yang baik cenderung memiliki kondisi sejahtera dalam dirinya.

f. Dukungan sosial.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Dukungan sosial merujuk pada gambaran berbagai ungkapan perilaku konstruktif yang diterima individu dari orang-orang yang bermakna dalam hidupnya.

B. Kecerdasan Emosi

1. Pengertian Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk memahami emosi mereka sendiri dan orang lain dan menghadapinya dengan tepat tergantung pada situasinya (Safitri & Laelatul, 2022). Cooper dan Sawaf (1997) menjelaskan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koreksi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosional menurut Goleman (2006) adalah kemampuan mengendalikan emosi dan memotivasi diri sendiri sehingga individu dapat bercakap-cakap, melepaskan rasa takut, amarah dan hinaan, dapat pulih dari apapun, dapat berpikir positif, mampu terus berjuang menghadapi rintangan, tidak mudah menyerah dan tidak kalah. harapan Kecerdasan emosional adalah kemampuan menggunakan emosi secara efektif dalam pengendalian diri dan mempengaruhi orang lain, meliputi aspek mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan dalam hubungan antarmanusia (empati) (Sari & Desiningrum, 2018).

Mayer dan Salovey (1997) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai jenis kecerdasan sosial yang dapat mencakup kemampuan untuk mengamati emosi diri sendiri dan emosi orang lain, membedakan keduanya, dan menggunakan informasi untuk memandu pemikiran seseorang. dan tindakan Gardner (2003) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional adalah

kecerdasan pribadi yang terdiri dari kecerdasan interpersonal dan kecerdasan intrapersonal. Kecerdasan interpersonal adalah kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi individu, bagaimana individu bekerja, bagaimana individu bekerja bahu membahu untuk membantu orang lain. Kecerdasan intrapersonal adalah kemampuan korelatif tetapi mengarahkan diri sendiri. Kemampuan ini adalah kemampuan untuk membentuk model diri yang sadar dan mengacu pada diri sendiri dan menggunakan model itu sebagai alat untuk hidup yang efektif (Indrawati, 2018).

Berdasarkan pendapat beberapa para ahli diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan individu dalam memahami dan mengelola emosi yang ada pada diri serta memahami emosi orang lain sehingga dapat berfikir dan bertindak dengan efektif.

2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosi

Cooper dan Sawaf (1997) membagi kecerdasan emosional dalam empat aspek, meliputi:

- a. Keterampilan emosi, ketrampilan emosi adalah kemampuan untuk mengelola emosi secara tepat dan efektif.
- b. Keyakinan diri, keyakinan diri adalah kepercayaan yang besar yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangannya, sehingga individu dapat menerima keadaan dirinya sendiri.

- c. Sudut pandang, sudut pandang adalah bagaimana seorang individu memandang atau mempersepsikan sesuatu yang berkaitan dengan dirinya sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitarnya.
- d. Kreativitas, kreativitas adalah kemampuan seseorang untuk menciptakan hal-hal baru, menghasilkan ide-ide baru, mencari alternatif baru sehingga dapat merubah sesuatu menjadi baik.

Aspek kecerdasan emosional menurut Goleman, (2006), yaitu:

- a. Kesadaran Diri, mengenali sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional, kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu-kewaktu. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan kita yang sesungguhnya membuat kita berada dalam kekuasaan perasaan. Orang yang memiliki keyakinan yang lebih tentang perasaannya adalah pilot andal bagi kehidupan mereka, karena mempunyai kepekaan lebih tinggi akan perasaan yang sesungguhnya atas pengambilan keputusan-keputusan masalah pribadi.
- b. Mengelola emosi, menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri, kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan. Orang-orang yang buruk kemampuan keterampilan ini akan terus-menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara orang yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dalam kehidupan..

- c. Memotivasi diri sendiri. Menanta emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri. Mengendalikan diri secara, menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang.
- d. Mengenali emosi orang lain. Empati, orang yang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain, dapat merasakan apa yang orang lain rasakan, mampu melihat dari perspektif mereka, dan menumbuhkan hubungan baik terbuka dengan keberagaman orang yang luas.
- e. Membina hubungan, seni membina hubungan sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Seseorang dapat menangani emosi dalam hubungan dengan baik dan dapat dengan tepat membaca situasi sosial, dapat berinteraksi dengan sangat lancar.

Berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosional yang dikemukakan para ahli di atas, maka peneliti lebih memilih aspek-aspek yang dikemukakan Goleman (2006) sebagai alat uji dalam penelitian ini karena aspek-aspek yang dikemukakan Goleman (2006) bersifat komprehensif yaitu dapat digunakan untuk menjelaskan kecerdasan emosional secara lebih komprehensif dan sesuai dengan variabel perilaku prososial yang diteliti dalam penelitian ini.

C. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis

Eid dan Larsen (dalam Indrawati, 2018) menjelaskan bahwa kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, selain Eid dan Larsen, peneliti bernama De Lazzari (2000) juga menjelaskan bahwa kecerdasan emosi seringkali juga terbukti sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis. Lazzari juga mengatakan bahwa dari beragam kajian secara empiris ditemukan bahwa rasa akan makna dan kesejahteraan memiliki indikasi bahwa keduanya diprediksikan oleh kecerdasan emosi.

Kecerdasan emosi menurut Shapiro (dalam Fitriah, Hariyono, & Putri, 2022) adalah kecerdasan emosional sebagai himpunan suatu fungsi jiwa yang melibatkan kemampuan memantau intensitas perasaan atau emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. Orang yang cerdas secara emosional mengalami kesejahteraan psikologis yang lebih besar daripada mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Ini karena orang yang cerdas secara emosional mampu mempertahankan kondisi mental positif dan mengurangi atau menghilangkan emosi negatif karena mereka dapat mengelola (mengenali, memahami) secara efektif, menciptakan, memproduksi, dan mengatur emosi mereka sendiri sehingga mereka dapat mengalami kesejahteraan emosional (Indrawati, 2018).

Mengalami emosi memiliki dampak signifikan pada kesejahteraan psikologis. Ketika emosi negatif berkurang dan emosi positif meningkat, dampaknya terhadap kepuasan hidup lebih besar. Hal ini didukung oleh Ryff,

1998 (Gross & John, 2003), yang menemukan bahwa perbedaan pengaturan emosi individu mempengaruhi kebahagiaan dalam hidup. Hoschschild (1983), juga menjelaskan bahwa individu Orang dengan kecerdasan emosional tinggi mampu mengelola dan mengekspresikan emosi dengan baik. Seseorang merasa nyaman dengan dirinya dan lingkungannya serta mampu bereaksi terhadap tuntutan dan harapan eksternal dari lingkungannya, yang berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologis.

Wijaya, Putri, dan Pandjaitan (2020) yang menemukan bahwa pemahaman emosi yang baik meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengelola emosi. Individu dapat menggunakannya untuk banyak tujuan yang baik, seperti memotivasi atau mendorong mereka untuk bekerja lebih baik untuk mencapai tujuan dan harapan yang diinginkan. Orang dengan pemahaman kecerdasan emosional yang baik juga cenderung menentukan langkah hidup yang baik bagi dirinya dan orang lain untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang ideal bagi dirinya.

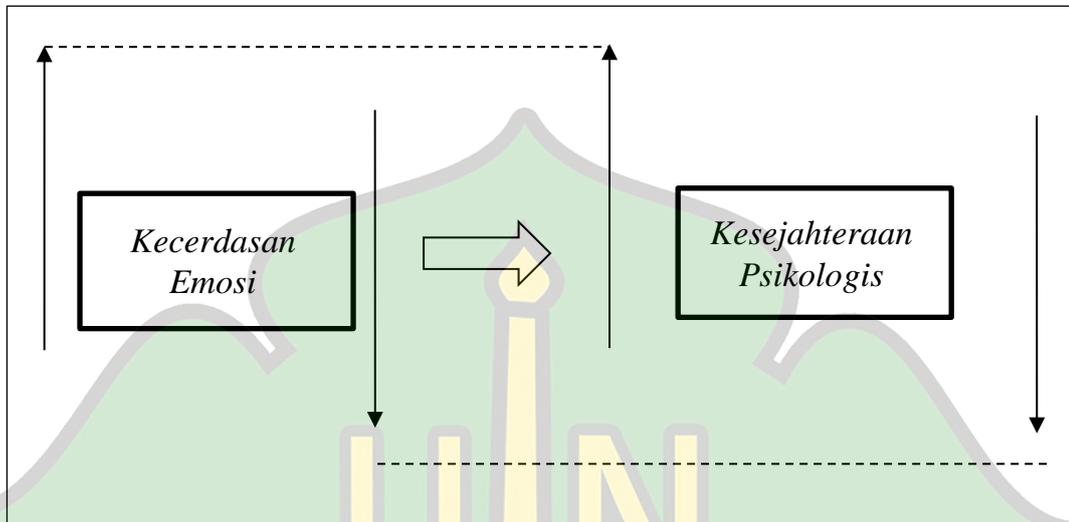
Dalam penelitian yang dilakukan oleh Indrawati, (2018) dengan judul Peranan Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP Terbuka di Cirebon. Berdasarkan uji parsial sumbangan yang diberikan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologis adalah sebesar 35,9%. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, kecerdasan emosi dapat memprediksi kesejahteraan psikologis secara bersama-sama. Hasil ini juga menjelaskan bahwa ada peran positif, yaitu semakin tinggi kecerdasan

emosi maka ada kecenderungan peningkatan kesejahteraan psikologis siswa SMP Terbuka.

Selanjutnya Azis, (2022) dengan judul Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa di Universitas X. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dilakukan seperti diatas maka dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif serta signifikan antara variabel kecerdasan emosi dengan variabel kesejahteraan psikologis yang berlaku pada subjek penelitian ini. Maksudnya semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan diikuti dengan semakin baiknya kesejahteraan psikologis yang dimiliki para lansia tersebut dan sebaliknya.

Penelitian Rahman dan Mariyati, (2023) dengan judul Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lansia. Berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel kecerdasan emosional dan kesejahteraan mental pada orang tua. Hubungan positif antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis adalah hubungan yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional seseorang yang lebih tinggi konsisten dengan kesejahteraan psikologisnya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional seseorang, maka semakin rendah kesejahteraan psikologisnya

Dari teori di atas dapat di gambarkan kerangka teoritis dalam penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

D. Hipotesis

Terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi asal Aceh Tenggara di Banda Aceh, artinya apabila kecerdasan emosi tinggi maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis kemudian sebaliknya apabila kecerdasan emosi rendah maka rendah pula kesejahteraan psikologisnya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metodologi Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang di bahas peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Martono (2016) metode atau pendekatan kuantitatif adalah metode yang cara penelitiannya menggunakan data-data yang dikumpulkan bisa dalam bentuk angka, kata-kata yang telah diubah menjadi bentuk angka Metode penelitian yang digunakan termasuk dalam jenis penelitian korelasional, penelitian korelasional merupakan penelitian yang melibatkan hubungan satu atau lebih variable lain (Purwanto, 2015).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas : Kecerdasan Emosi
2. Variabel Terikat : Kesejahteraan Psikologis

C. Definisi Operasional

1. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan Emosi merupakan kemampuan individu dalam memahami dan mengelola emosi yang ada pada diri serta memahami emosi orang lain sehingga dapat berfikir dan bertindak dengan efektif. Kecerdasan emosi dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Goleman (2006)

yaitu: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

2. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah keadaan dimana individu sehat secara psikologis dimana memiliki penilaian positif terhadap dirinya, mengembangkan potensi dirinya serta memiliki hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya. Kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ryff (1986) yaitu: *self acceptance* (penerimaan diri), *positive relations with other* (hubungan positif dengan orang lain), *autonomy* (kemandirian), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), *purpose in life* (tujuan hidup), *personal growth* (pertumbuhan pribadi).

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi peneliti, populasi juga dapat didefinisikan sebagai kelompok subjek yang harus memiliki ciri-ciri dan karakteristik-karakteristik individu yang ingin diteliti (Azwar S., 2015). Dalam hal ini populasi penelitian yang akan diteliti adalah mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh yang berjumlah 292 mahasiswa.

Tabel 3.1

Jumlah Populasi Mahasiswa Bimbingan Aceh Tenggara di Banda Aceh 2023

No	Tahun	Laki-laki	Perempuan	Total
1	2017	18	10	28
2	2018	45	47	92
3	2019	77	95	172
Total		140	152	292

Sumber: IPMAT (Ikatan Pemuda Mahasiswa Aceh Tenggara)

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang sama dengan populasi. Sampel juga didefinisikan sebagai bagian yang dipilih dengan cara tertentu dan dapat mewakili populasi yang ada (Purwanto, 2015). Pengambilan sampel dilakukan dengan metode pengambilan sampel, dimana sampel acak bertingkat digunakan sebagai metode pengambilan sampel. *Stratified random sampling* adalah teknik yang digunakan ketika populasi berisi anggota atau item yang tidak homogen dan bertingkat (Sugiyono, 2017).

Tabel 3.2

Jumlah Sampel Mahasiswa Bimbingan Aceh Tenggara di Banda Aceh 2023

No	Nama Fakultas	Total Keseluruhan	Jumlah Perhitungan	Total sampel
1	2017	28	$28/292 \times 161 = 15,4$	15
2	2018	92	$92/292 \times 161 = 50,7$	51
3	2019	172	$172/292 \times 161 = 94,8$	95
Total		292	161	161

Peneliti mengambil tingkat kepercayaan 95% dan taraf tingkat kesalahan 5% yang terdapat dalam tabel penentuan jumlah sampel dari keseluruhan populasi yang di kembangkan oleh *Isaac* dan *Michael* (Sugiyono, 2017). Oleh karena itu dari jumlah populasi 292 orang maka peneliti mengambil 161 orang mahasiswa.

D. Persiapan Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan model skala Likert yang mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Variabel yang diukur dengan skala Likert diubah menjadi indikator variabel. Indikator-indikator tersebut kemudian menjadi titik tolak pengembangan elemen instrumen, yang dapat berupa pernyataan dan pertanyaan (Sugiyono, 2017). Pernyataan-pernyataan dibuat dalam bentuk lembar skala dan diserahkan langsung kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas skripsi di UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

1. Admininstrasi Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian melalui portal mahasiswa kepada pihak kampus Psikologi UIN Ar-Raniry pada tanggal 27 Juni 2023, selanjutnya peneliti meminta data jumlah mahasiswa semester akhir pada pihak bagian tata usaha di ruagan tata usaha tanggal 28 Juni 2023. Kemudian setelah mendapatkan data mahasiswa, peneliti meminta izin untuk melakukan penelitian kepada pihak universitas sebelum menyebarkan google form grup mahasiswa aceh tenggara. Penelitian dilakukan pada tanggal 30 Juni 2023 sampai 5 Juli 2023.

2. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang disusun sendiri oleh peneliti. Skala kecerdasan emosional didasarkan pada teori dan aspek Goleman (2006). Sementara itu, skala kesejahteraan mental didasarkan

pada teori dan aspek Ryff (1986). Kedua skala dirancang dalam bentuk skala psikologis. Setiap skala terbagi terdiri dari dua pernyataan, yaitu pernyataan positif (F) dan tidak menguntungkan (UF). Afirmatif adalah pernyataan yang mendukung karakteristik yang diukur, sedangkan pernyataan negatif adalah pernyataan yang tidak mendukung karakteristik yang diukur (Azwar S. , 2012).

Yaitu sebagai berikut:

a. Skala Kesejahteraan Psikologis

Perilaku prososial diukur menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari Ryff (1986) yaitu: *self acceptance* (penerimaan diri), *positive relations with other* (hubungan positif dengan orang lain), *autonomy* (kemandirian), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), *purpose in life* (tujuan hidup), *personal growth* (pertumbuhan pribadi). Berikut merupakan tabel *blue print* skala kesejahteraan psikologis

Tabel 3.3

Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Self acceptance</i>	1. Kemampuan individu dalam bersikap terhadap dirinya sendiri	26	1	2
		2. Mampu menerima segala bentuk kekurangan dalam dirinya	27	2	2
		3. Mampu menerima segala bentuk kelebihan dalam dirinya	28	3	2
		4. menerima segala bentuk kritikan dari pihak lain sebagai	29	4	2

		acuan untuk dapat menjadi pribadi yang lebih baik			
2.	<i>Positive relations with other</i>	1. Kemampuan individu dalam membangun hubungan yang hangat dengan orang lain	30	5	2
		2. Rasa saling percaya	31	6	2
		3. Rasa empati terhadap orang lain	32	7	2
		4. Rasa kasih sayang terhadap orang lain	33	8	2
3.	<i>Autownomy</i>	1. Mampu mengatur hidupnya secara mandiri.	34	9	2
		2. Tidak terus bergantung pada pihak lain	35	10	2
		3. Berani menyatakan pendapatnya	36	11	2
		4. Menentukan atau memutuskan sesuatu secara mandiri	37	12	2
		5. Melakukan evaluasi diri secara mandiri dengan standart pribadi (bukan orang lain)	38	13	2
4	<i>Environmen tal mastery</i>	1. Kemampuann individu unuk memilih lingkungan yang sesuai dengan kondisi batinnya	39	14	2
		2. Kemampuann individu unuk menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi batinnya	40	15	2
5.	<i>Purpose in life</i>	1. individu dapat merasakan tujuan hidupnya	41	16	2

	2. dapat merasakan kebermanaknaan dalam kehidupannya baik di masa sekarang maupun masa yang telah dilaluinya	42	17	2
	3. memiliki keyakinan yang penuh untuk berhasil dalam mencapai tujuan hidupnya	43	18	2
	4. mengambil sisi positif pada setiap pengalaman-pengalaman hidupnya	44	19	2
6. <i>Personal Growth</i>	1. Kemampuan individu dalam mengembangkan potensinya secara terus-menerus	45	20	2
	2. Menumbuhkan diri	46	21	2
	3. Memperluas diri sebagai orang (<i>person</i>)	47	22	2
	4. Individu menyatakan diri (aktualisasi diri)	48	23	2
	5. Menghadapi tantangan eksternal	49	24	2
	6. Individu berjuang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya	50	25	2
	Total	25	25	50

b. Skala Kecerdasan Emosi

Selanjutnya, peneliti menggunakan skala kecerdasan emosi yang disusun menggunakan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Goleman

(2006) yaitu: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Berikut merupakan tabel *blue print* skala kecerdasan emosi

Tabel 3.4

Blue Print Skala Kecerdasani Emosi

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Kesadaran Diri	a. Mengenali sewaktu perasaan itu terjadi	25	1	2
		b. Memiliki kemampuan kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu-kewaktu	26	2	2
		c. Mempunyai kepekaan lebih tinggi akan perasaan yang sesungguhnya atas pengambilan keputusan-keputusan masalah pribadi	27	3	2
2.	Mengelola emosi	1. Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas	28	4	2
		2. Kemampuan untuk menghibur diri sendiri	29	5	2
		3. Melepaskan kecemasan	30	6	2
		4. Melepaskan kemurungan	31	7	2
		5. Melepaskan ketersinggungan	32	8	2
		6. Dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dalam kehidupan	33	9	2
3.	Memotivasi diri sendiri	a. Mengendalikan diri secara emosional	54, 34	51, 10	4

		b. Menahan diri terhadap kepuasan diri	53, 35	50, 11	4
		c. Mengendalikan dorongan hati	52, 36	49, 12	4
4	Mengenali emosi orang lain	1. Mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan	37	13	2
		2. Mampu menangkap sinyal-sinyal sosial orang lain yang tersembunyi yang menunjukkan keinginannya	38	14	2
		3. Dapat merasakan apa yang orang lain rasakan	39	15	2
		4. Mampu melihat dari perspektif mereka	40	16	2
		5. Menumbuhkan hubungan baik terbuka dengan keberagaman orang yang luas	41	17	2
5	Membina hubungan	1. Menangani emosi dalam hubungan dengan baik	42	18	2
		2. Dapat dengan tepat membaca situasi social	43	19	2
		3. Dapat berinteraksi dengan sangat lincer	44	20	2
		4. Keterampilan membujuk	45	21	2
		5. Keterampilan memimpin	46	22	2
		6. Keterampilan bernegosiasi	47	23	2
		7. Keterampilan menyelesaikan permasalahan untuk bekerja sama	48	24	2
		Total	27	27	54

Subjek diminta untuk memilih respon pernyataan sesuai atau tidak sesuai dengan empat kategori, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor skala *favourable* bernilai 4 untuk pilihan jawaban sangat sesuai (SS), skor 3 untuk pilihan jawaban sesuai (S), skor 2 untuk pilihan jawaban tidak sesuai (TS) dan skor 1 untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan skor aitem *unfavourable* adalah bernilai 1 untuk pilihan jawaban sangat setuju (SS), skor 2 untuk pilihan jawaban setuju (S), skor 3 untuk pilihan jawaban tidak setuju (TS) dan skor 4 untuk pilihan sangat tidak setuju (STS).

Tabel 3.5

Skor Skala Favourable dan Skala Unfavourable

Skor skala <i>favourable</i>		Skor skala <i>unfavourable</i>	
SS (Sangat Sesuai)	4	SS (Sangat Sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	TS (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS (Sangat Tidak Sesuai)	4

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas didefinisikan sebagai faktor yang paling penting dalam mengevaluasi kualitas tes sebagai ukuran. Validitas adalah fungsi pengukuran dari sebuah tes. Dengan validitas kita melihat ketelitian alat ukur yang digunakan dalam penelitian, dengan validitas kita mengkaji sejauh mana ketelitian alat ukur tersebut memenuhi tugas ukurnya (Darmawan, 2013). Uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi. Validitas isi adalah validitas yang dinilai dan dikuantifikasi dengan menguji skala isi

dengan penilaian ahli. Tujuannya adalah untuk menentukan apakah setiap item mencerminkan karakteristik perilaku yang ingin Anda ukur (Azwar S. , 2016).

Content Validity Ratio (CVR) yang digunakan untuk mengukur validitas isi item-item berdasarkan data empirik yang diperoleh dari hasil penilaian para ahli yang disebut *Subject Matter Experts (SME)* menilai apakah suatu item esensial dan relevan ataupun tidak relevan dengan tujuan pengukuran skala (Azwar S. , 2015). Angka *CVR* bergerak antara -1.00 sampai dengan +1.00 dengan *CVR* = 0,00 berarti 50% dari *SME* dalam panel menyatakan aitem adalah esensial dan valid (Azwar, 2017). Adapun *Content Validity Ratio (CVR)* dirumuskan sebagai berikut :

$$CVR = \frac{2ne}{n} - 1$$

Keterangan :

ne = Banyaknya *SME* yang menilai suatu item “esensial”

n = Banyaknya *SME* yang melakukan penilaian

a. Hasil validitas alat ukur

Validasi penelitian ini menggunakan komputasi *content validity ratio* skala yang diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian terhadap isi skala melalui *expert judgment* dari beberapa orang *expert* untuk memeriksa apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri perilaku yang ingin di ukur. Oleh karena itu, untuk mencapai validitas tersebut, maka skala yang telah di susun akan dinilai oleh 3 orang *expert judgement* (penguji 1, penguji 2 dan pembimbing). Hasil *CVR* dapat dilihat pada table 3.6.

Tabel 3.6

Hasil CVR Kesejahteraan Psikologis

No.	Koefesien CVR	No.	Koefesien CVR	No	Koefesien CVR
1.	1	18	1	35	1
2.	1	19	1	36	1
3.	1	20	1	37	1
4.	1	21	1	38	1
5.	1	22	1	39	1
6.	1	23	1	40	1
7.	0,3	24	1	41	1
8.	1	25	1	42	1
9.	1	26	1	43	1
10.	1	27	1	44	1
11.	1	28	1	45	1
12.	1	29	1	46	1
13.	1	30	1	47	1
14.	1	31	1	48	1
15.	1	32	1	49	1
16.	1	33	1	50	1
17.	1	34	1		

Hasil komputasi *Content Validity Ratio* dari skala kesejahteraan psikologis yang peneliti gunakan dengan *expert judgment* sebanyak 3 orang terdapat 49 aitem yang memiliki koefisien 1 dan 1 item memiliki koefisien 0,3. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian *SME* pada skala. Kesejahteraan Psikologis menunjukkan nilai di atas nol (0), sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

Tabel 3.7

Hasil CVR Kecerdasan Emosi

No.	Koefesien CVR	No.	Koefesien CVR	No	Koefesien CVR
1.	1	19	1	37	1
2.	1	20	1	38	1
3.	1	21	1	39	1
4.	1	22	1	40	1
5.	1	23	1	41	1
6.	1	24	1	42	1
7.	1	25	1	43	1

8.	1	26	1	44	1
9.	1	27	1	45	1
10.	1	28	1	46	1
11	1	29	1	47	1
12	1	30	1	48	1
13	1	31	1	49	1
14	1	32	1	50	1
15	1	33	1	51	1
16	1	34	1	52	1
17	1	35	0,3	53	1
18	1	36	1	54	1

Hasil komputasi *Conten Validity Ratio* dari skala kecerdasan emosi yang peneliti gunakan dengan *expert judgment* sebanyak 3 orang terdapat 53 aitem yang memiliki koefisien 1 dan 1 memiliki koefisien 0,3. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian *SME* pada skala kecerdasan emosi menunjukkan nilai di atas nol (0), sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid

2. Uji Daya Beda dan Reliabilitas Alat Ukur

Sebelum melakukan analisis reliabilitas, peneliti terlebih dahulu melakukan analisis varian item dengan mengkorelasikan setiap item dengan nilai totalnya. Tes diskriminasi mengukur kemampuan target untuk membedakan antara individu atau kelompok individu yang menunjukkan atribut yang diukur dan mereka yang tidak. Saat menghitung daya pembeda objek, koefisien korelasi momen masuk orang tersebut digunakan. Rumus Pearson untuk menghitung koefisien korelasi total.

Rumus Pearson untuk menghitung koefisien korelasi total (Azwar, 2016).

$$r_{ix} = \frac{\sum ix - (\sum i)(\sum x)/n}{\sqrt{[\sum i^2 - (\sum i)^2/n][\sum x^2 - (\sum x)^2/n]}}$$

Keterangan :

- i = Skor aitem
- x = Skor skala
- n = Banyaknya responden

Kriteria dalam pemilihan aitem yang peneliti gunakan berdasarkan korelasi aitem total yaitu menggunakan batasan $r \geq 0,30$ untuk aitem kecerdasan emosi dan batasan $r \geq 0,30$ untuk aitem kesejahteraan psikologis. Setiap aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan, sebaliknya aitem yang memiliki nilai r kurang dari 0,30 diinterpretasi memiliki daya beda yang rendah (Azwar S. , 2015). Adapun untuk menghitung koefisien reliabilitas skala menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan rumus sebagai berikut (Azwar S, 2016).

$$\alpha = 2 [1 - (s_{y1}^2 + s_{y2}^2) / s_x^2]$$

Keterangan:

- s_{y1}^2 dan s_{y2}^2 = Varian skor Y1 dan varian skor Y2
- s_x^2 = Varian skor X

a. Uji Daya Beda Item

Pengujian daya beda dilakukan untuk mengetahui sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang di ukur. Perhitungan daya beda aitem-aitem menggunakan koefisien korelasi *product moment* dari Pearson. Formula Pearson

untuk komputasi koefisien korelasi aitem-aitem total (Azwar S. , Penyusunan Skala Psikologi, Edisi II, 2016).

$$r_{ix} = \frac{\sum iX - \frac{\sum i}{n}}{\sqrt{\left[\sum i^2 - \left(\frac{\sum i^2}{n}\right)\right] \left[\sum X^2 - \left(\frac{\sum X^2}{n}\right)\right]}}$$

Keterangan:

i = Skor aitem

X = Skor skala

N = Banyaknya subjek

Kemudian selanjutnya uji daya beda pada setiap aitem yang diteliti Kriteria dalam pemilihan aitem yang peneliti gunakan berdasarkan aitem total yaitu batasan $r_{ix} \geq 0,30$ Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan, sedangkan aitem yang memiliki harga r_{ix} kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah. Hasil analisis daya beda aitem skala Kecerdasan Emosi dapat dilihat pada tabel 3.8

Tabel 3.8

Koefesien Korelasi Daya Beda Aitem Kecerddasan Emosi

No.	Rix	No.	Rix	No	Rix
1.	0,445	19	0,402	37	0,596
2.	0,507	20	0,433	38	0,513
3.	0,509	21	0,585	39	0,494
4.	0,621	22	0,308	40	0,617
5.	0,590	23	0,569	41	0,485
6.	0,570	24	0,582	42	0,532
7.	0,587	25	0,126	43	0,549
8.	0,650	26	0,237	44	0,484
9.	0,495	27	0,000	45	0,534
10.	0,550	28	0,155	46	0,430
11	0,246	29	0,432	47	0,385

12	0,557	30	0,511	48	0,430
13	0,535	31	0,553	49	-0,441
14	0,387	32	0,464	50	0,103
15	0,572	33	0,490	51	-0,018
16	0,683	34	0,546	52	0,292
17	0,545	35	0,599	53	0,382
18	0,535	36	0,362	54	0,433

Berdasarkan tabel di atas, dari 54 aitem diperoleh 45 aitem yang memiliki nilai $r \geq 0,30$ dan layak digunakan untuk penelitian dan 9 aitem yang tidak layak digunakan untuk penelitian atau dinyatakan aitemnya gugur yaitu aitem pada nomor 11, 25, 26, 27, 28, 49, 50, 51, 52 Selanjutnya 45 aitem tersebut dilakukan analisis reliabilitas. Hasil analisis reliabilitas pada skala Kecerdasan Emosi diperoleh hasil $\alpha = 0,932$, selanjutnya peneliti melakukan analisis reliabilitas tahap ke-2 dengan membuang 9 aitem yang tidak terpilih (daya beda yang rendah) Hasil analisis pada skala kecerdasan emosi yang ke-2 diperoleh hasil $\alpha = 0,946$. Artinya skala kecerdasan emosi dalam penelitian ini sangat reliabel.

Tabel 3.9

Blue Print Akhir Skala Kcerdasan Emosi

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Kesadaran Diri	-	1, 2, 3	3
2.	Mengelola emosi	29, 30, 31, 32, 33	4, 5, 6, 7, 8, 9	11
3.	Memotivasi diri sendiri	54, 34, 53, 35, 36	10, 12	7
4.	Mengenali emosi orang lain	37, 38, 39, 40, 41	13, 14, 15, 16, 17	10
5.	Membina hubungan	42, 43, 44, 45, 46, 47, 48	18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	14
Total		22	23	45

Selanjutnya hasil analisis daya beda aitem skala Kesejahteraan psikologis dapat dilihat pada tabel 3.10

Tabel 3.10

Koefesien Korelasi Daya Beda Aitem Kesejahteraan Psikologis

No.	Rix	No.	Rix	No.	Rix
1.	0,243	18	0,551	35	0,390
2.	0,529	19	0,515	36	0,594
3.	0,464	20	0,521	37	0,392
4.	0,371	21	0,576	38	0,501
5.	0,548	22	0,517	39	0,616
6.	0,617	23	0,567	40	0,616
7.	0,546	24	0,450	41	0,744
8.	0,579	25	0,570	42	0,614
9.	0,239	26	0,557	43	0,592
10.	0,333	27	0,599	44	0,724
11.	0,442	28	0,536	45	0,667
12.	0,388	29	0,577	46	0,571
13.	0,334	30	0,501	47	0,654
14.	0,462	31	0,663	48	0,589
15.	0,583	32	0,682	49	0,588
16.	0,444	33	0,561	50	0,609
17.	0,645	34	0,569		

Berdasarkan tabel di atas, dari 50 aitem diperoleh 48 item yang memiliki nilai $r \geq 0,30$ dan layak digunakan untuk penelitian dan 2 aitem yang tidak layak digunakan untuk penelitian atau dinyatakan aitemnya gugur yaitu aitem pada nomor 1 dan 9 Selanjutnya 48 aitem tersebut dilakukan analisis reliabilitas. Hasil analisis reliabilitas pada skala kesejahteraan psikologis diperoleh hasil $\alpha = 0,953$, selanjutnya peneliti melakukan analisis reliabilitas tahap ke-2 dengan membuang 2 aitem yang tidak terpilih (daya beda yang rendah) Hasil analisis pada skala

kesejahteraan psikologis yang ke-2 diperoleh hasil $\alpha = 0,955$. Artinya skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini sangat reliabel.

Tabel 3.11

Blue Print Akhir Skala Kesejahteraan psikologis

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Self acceptance</i>	26, 27, 28, 29	2, 3, 4	7
2.	<i>Positive relations with other</i>	30, 31, 32, 33	5, 6, 7, 8	8
3.	<i>Autonomy</i>	34, 35, 36, 37, 38	10, 11, 12, 13	9
4.	<i>Environmental mastery</i>	39, 40	14, 15	4
5.	<i>Purpose in life</i>	41, 42, 43, 44	16, 17, 18, 19	8
6.	<i>Personal Growth</i>	45, 46, 47, 48, 49, 50	20, 21, 22, 23, 24, 25	12
Total		25	23	48

G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik Pengolahan Data

1. Editing

Selama pemrosesan, kejelasan dan kelengkapan alat pengumpulan data diperiksa. Kuesioner yang diisi oleh responden diolah dengan tujuan untuk menemukan kesalahan atau ketidakkonsistenan saat mengisi kuesioner. (Fatihudin, 2015).

2. Coding

Coding yaitu proses identifikasi dan klasifikasi dari setiap pertanyaan yang terdapat dalam instrument pengumpulan data menurut variabel-variabel yang diteliti. *Coding* dilakukan setelah editing yaitu

pemberian kode-kode atau angka-angka tertentu terhadap kolom-kolom, variabel-variabel yang ditanyakan dalam *questionnaire* berkaitan dengan keterangan tertentu yang diperlukan (Fatihudin, 2015).

3. Tabulasi

Tabulasi data yaitu mencatat atau *entry* data ke dalam induk penelitian. Tabulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer yaitu *Microsof Excel* dan *IBM SPSS version 20.0 for windows*. *Questionnaire* yang telah di isi oleh responden langsung dimasukkan ke dalam program tersebut (Fatihudin, 2015).

2. Teknik Analisis Data

a. Uji Prasyarat

Uji prasyarat analisis dimaksudkan untuk mengetahui data yang dikumpulkan memenuhi syarat untuk dianalisis dengan teknik statistik yang dipilih. Uji prasyarat dalam penelitian ini yaitu:

1) Uji normalitas sebaran

Uji Normalitas bertujuan untuk menguji apakah data dari tiap-tiap variabel penelitian berdistribusi normal atau tidak. Untuk mengidentifikasi data berdistribusi normal yaitu jika masing-masing variabel memiliki nilai lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian berdistribusi normal (Sugiyono, 2017). Analisis secara non-parametrik dengan menggunakan teknik statistik *One Sampel Kolomogorov Smirnov Test* dari program *IBM SPSS 20.0*

for windows. Angka signifikasi (Sig) > 0,05 berdistribusi normal dan sebaliknya apabila angka signifikan (Sig) < 0,05 maka data tidak berdistribusi secara normal (Periantalo, 2016).

2) Uji linieritas hubungan

Menurut Sugiyono & Susanto (2015), uji linearitas hubungan dapat digunakan untuk mengetahui apakah variabel dependen dan variabel independen memiliki hubungan yang linear atau tidak. Dalam penelitian ini, uji linieritas digunakan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan Psikologis. Apakah variabel regulasi emosi memiliki hubungan linier dengan variabel perilaku prososial atau tidak signifikan. Uji linieritas hubungan yang digunakan adalah *deviation from linearity* dengan taraf signifikan $P > 0,05$ Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan linier apabila nilai signifikan pada *linearity* $P < 0,05$ (Periantalo, 2016).

3) Uji hipotesis

Analisis data penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi product moment. Korelasi orang, sering disebut korelasi momen-produk, adalah teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis antara variabel independen dan variabel dependen. (Sugiyono, 2017). Menurut Periantalo (2016) koefisien korelasi dikatakan signifikan apabila $p < 0,05$. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis secara statistik program *IBM SPSS version 20.0 for window*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

1. Demografi Penelitian

Penelitian dilakukan pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh dengan jumlah sampel sebanyak 163 orang. Data demografi sampel yang diperoleh dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.1

Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Presentase
1.	Jenis Kelamin	Laki-Laki	102	62,5%
		Perempuan	61	37,4%
Total			163	100%

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, diketahui bahwa sampel menurut jenis kelamin dalam penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki, perempuan berjumlah 102 orang (62,5%) sedangkan laki-laki berjumlah 61 orang (37,4%).

Tabel 4.2

Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Usia

No.	Usia	Jumlah	Presentase
1.	19	3	1,8%
2.	20	7	4,2%
3.	21	16	9,8%
4.	22	53	32,5%
5.	23	33	20,2%

6.	24	37	22,6%
7.	25	14	8,5%
Total		163	100%

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, diketahui bahwa sampel berdasarkan usia. Jumlah mahasiswa dengan usia 22 lebih banyak dibandingkan usia lainnya yaitu berjumlah 53 orang (32,5%), dilanjutkan dengan umur 24 tahun sebanyak 37 orang (22,6%, kemudian 23 berjumlah 33 orang (20,2%) dan terakhir pada usia 21 sebanyak 16 orang (9,8%) dan usia 25 tahun sebanyak 14 orang (8,5%).

Tabel 4.3

Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Universitas

No.	Universitas	Jumlah	Presentase
1.	UIN Ar-Raniry	73	44,7%
2.	UNSYIAH	50	30,6%
3.	Ubudiyah Indonesia	7	4,2%
4.	Yayasan Sehat Beurata	1	0,6%
5.	Univ. Bina Bangsa Getsempena	15	9,2%
6.	Gunung Lauser	1	0,6%
7.	Muhammadiyah	7	4,2%
8.	Abulyatama	5	3,0%
9.	Serambi Mekkah	4	2,4%
Total		163	100%

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, diketahui bahwa sampel berdasarkan universitas menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa UIN Ar-Raniry lebih banyak dari mahasiswa universitas lain, yaitu berjumlah 73 orang (44,7%), dilanjutkan dengan mahasiswa Unsyiah berjumlah 50 orang (30,6%), mahasiswa universitas Bina Bangsa Gatsempena berjumlah 15 orang (9,2%), mahasiswa Muhammadiyah berjumlah 7 orang (4,2%) dan mahasiswa Ubudiyah Indonesia sebanyak 7 orang (4,2%), mahasiswa Abulyatama berjumlah 5 orang (3,0%), mahasiswa Seambi

Mekkah berjumlah 4 orang (2,4%), mahasiswa Yayasan Sihat Beurata dan mahasiswa Gunung Lauser berjumlah 1 orang (0,6%).

Tabel 4.4

Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Lama Mengerjakan Skripsi

No.	Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Presentase
1.	Lama Mengerjakan Skripsi	Kurang dari 6 Bulan	40	24,5%
		Lebih dari 6 Bulan	50	30,6%
		1 Tahun	50	30,6%
		2 Tahun	9	5,5%
		3 Tahun	4	2,4%
Total			163	100%

Berdasarkan tabel 4.4 di atas, diketahui bahwa sampel kategori berdasarkan lama mengerjakan skripsi dengan lama lebih dari 6 bulan dan lama 1 tahun berjumlah 50 orang (30,6%), diikuti lama kurang dari 6 bulan sebanyak 40 orang (24,5%), lama mengerjakan skripsi selama 2 tahun sebanyak 9 orang (5,5%) dan lama mengerjakan skripsi selama 3 tahun berjumlah 4 orang (2,4%).

Tabel 4.5

Data Demografi Sampel Penelitian Berdasarkan Tahun Masuk Kuliah

No.	Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Presentase
1.	Tahun Masuk	2017	54	33,1%
		2018	55	33,7%
		2019	54	33,1%
Total			163	100%

Berdasarkan tabel 4.5 di atas, diketahui bahwa sampel berdasarkan tahun masuk kuliah menunjukkan mahasiswa tahun masuk 2018 lebih banyak dari mahasiswa tahun masuk lainnya yaitu 55 orang (33,7%), di ikuti tahun masuk 2017 dan 2019 berjumlah 54 orang (33,1%).

2. Hasil Penelitian

a. Kategorisasi Penelitian

Pembagian kategorisasi sampel yang digunakan oleh peneliti adalah berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang (ordinal). Tujuan dari kategorisasi ordinal adalah untuk menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut. Cara pengkategorian ini diperoleh dengan membuat kategori *normative* subjek berdasarkan besarnya satuan deviasi standar populasi. Mengingat kategorisasi bersifat relatif, maka luasnya interval yang mencakup setiap kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara deskriptif selama penetapan itu berada dalam batasan kewajaran dan dapat diterima oleh akal (Azwar S. , 2016)

1) Kecerdasan Emosi

Analisis secara deskriptif dilakukan dengan melihat deskripsi data empiris (berdasarkan kenyataan di lapangan) dan hipotetik (yang mungkin terjadi). Berdasarkan hasil deskripsi data penulisan, pada variabel kecerdasan emosi dapat dilihat pada tabel 4.6 di bawah ini

Tabel 4.6
Deskripsi Data Penelitian Skala Kecerdasan Emosi

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
<i>Kesejahteraan psikologis</i>	180	45	112,5	22,5	180	87	121	15

Keterangan Rumus Skor Hipotetik dan Empirik :

1. Skor maksimal (Xmaks) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.

2. Skor minimal (X_{min}) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
3. *Mean* (M) dengan rumus $\mu = (\text{skor maks} + \text{skor min})/2$
4. Standar Deviasi (SD) dengan rumus $s = (\text{skor maks} - \text{skor min})/6$

Berdasarkan hasil statistik data penelitian pada tabel 4.6, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban maksimal adalah 180, minimal nilai 45, rata-rata 112,5, dan standar deviasi 22,5, Sementara data empirik menunjukkan jawaban maksimal adalah 180, minimal 87, rata-rata 121 dan standar deviasi 15. Dekripsi hasil penelitian tersebut dapat dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan metode kategorisasi jenjang (ordinal).

Berikut rumus pengkategorian pada kecerdasan emosi.

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < (\bar{x} - 1,0 \text{ SD}) \\ \text{Sedang} &= (\bar{x} - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \\ \text{Tinggi} &= (\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \leq X \end{aligned}$$

Keterangan:

$$\begin{aligned} \bar{x} &= \text{Mean empirik pada skala} \\ \text{SD} &= \text{Standar Deviasi} \\ N &= \text{Jumlah subjek} \\ X &= \text{Rentang butir pernyataan} \end{aligned}$$

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka didapat hasil kategorisasi Kecerdasan Emosise bagai berikut.

Tabel 4.7

Hasil Kategorisasi Kecerdasan Emosi

Kategori	Interval	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Rendah	$106 < X$	10	6,1%
Sedang	$106 \leq X < 136$	74	45,4%
Tinggi	$136 \leq X$	79	48,5%
Jumlah		163	100%

Hasil kategorisasi Kesejahteraan psikologis pada table 4.7, menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh memiliki Kesejahteraan psikologis pada kategori tinggi yaitu sebanyak 79 mahasiswa (48,5%), sedangkan sisanya berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 74 mahasiswa (45,4%), dan kategori rendah yaitu sebanyak 10 mahasiswa (6,1%). Artinya bahwa tingkat Kesejahteraan psikologis yang ada pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh berada pada taraf tinggi.

2) Kesejahteraan psikologis

Analisis secara deskriptif dilakukan dengan melihat deskripsi data empiris (berdasarkan kenyataan di lapangan) dan hipotetik (yang mungkin terjadi). Berdasarkan hasil deskripsi data penulisan, pada variabel Kesejahteraan psikologis dapat dilihat pada tabel 4.8 di bawah ini.

Tabel 4.8

Deskripsi Data Penelitian Kesejahteraan Psikologis

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
<i>Kecerdasan</i>								
<i>Emosi</i>	192	48	120	24	192	67	136	20,6

Keterangan Rumus Skor Hipotetik dan Empirik :

1. Skor maksimal (Xmaks) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.
2. Skor minimal (Xmin) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
3. Mean (M) dengan rumus $\mu = (\text{skor maks} + \text{skor min})/2$
4. Standar Deviasi (SD) dengan rumus $s = (\text{skor maks} - \text{skor min})/6$

Berdasarkan hasil statistik data penelitian pada tabel 4.8, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban maksimal adalah 192, minimal nilai 48, rata-rata 120, dan standar deviasi, Sementara data empirik menunjukkan jawaban maksimal adalah 192, minimal 67, rata-rata 136 dan standar deviasi 20,6. Dekripsi hasil penelitian tersebut dapat dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan metode kategorisasi jenjang (ordinal). Berikut rumus pengkategorian pada Kesejahteraan psikologis

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < (\bar{x} - 1,0 \text{ SD}) \\ \text{Sedang} &= (\bar{x} - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \\ \text{Tinggi} &= (\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \leq X \end{aligned}$$

Keterangan :

$$\begin{aligned} \bar{x} &= \text{Mean empirik pada skala} \\ \text{SD} &= \text{Standar Deviasi} \\ n &= \text{Jumlah subjek} \\ X &= \text{Rentang butir pernyataan} \end{aligned}$$

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka didapat hasil kategorisasi Kesejahteraan psikologis sebagai berikut:

Tabel 4.9

Hasil Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Kategori	Interval	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Rendah	115,4 X <	67	41,1%
Sedang	115,4 ≤ X < 156,6	90	55,2%
Tinggi	156,6 ≤ X	6	3,7%
	Jumlah		100%

Hasil kategorisasi kecerdasan emosi pada table 4.9, menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas

skripsi di Banda Aceh memiliki kecerdasan emosi pada kategori sedang yaitu sebanyak 90 mahasiswa (55,2%), sedangkan sisanya berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 67 mahasiswa (41,1%), dan kategori tinggi yaitu sebanyak 6 mahasiswa (3,7%). Artinya bahwa tingkat kecerdasan emosi yang diberikan kepada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh berada pada taraf sedang.

C. Pengujian Hipotesis

1. Uji Asumsi

a. Hasil Uji Prasyarat

Penggunaan uji prasyarat pada penelitian bertujuan untuk menentukan uji statistik yang akan digunakan untuk mengetahui korelasi antar variabel. Uji prasyarat yang peneliti lakukan adalah:

1) Uji normalitas sebaran

Hasil uji normalitas sebaran data dari kedua variabel penelitian ini (Kecerdasan Emosidan Kesejahteraan psikologis) dapat dilihat pada tabel 4.10 di bawah ini:

Tabel 4.10

Hasil Uji Normalitas Sebaran

Variabel Penelitian	Kolmogorov Smirnov-Z	P
Kecerdasan Emosi	1,150	0,142
Kesejahteraan psikologis	1,028	0,241

Kategori normalitas signifikansinya $p > 0,05$, berdasarkan data tabel 4.10 hasil uji normalitas variabel kecerdasan emosi menunjukkan *Kolmogorov*

Smirnov = 1,150 dengan $p = 0,142$. Nilai P lebih besar dari 0,05 hal ini menunjukkan bahwa variabel kecerdasan emosi berdistribusi normal sehingga dapat digeneralisasikan pada populasi penelitian ini. Kemudian hasil uji normalitas variabel Kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa *Kolmogorov Smirnov* = 1,028 dengan $p = 0,241$. Nilai P lebih besar dari 0,05 hal ini menunjukkan bahwa variabel Kesejahteraan psikologis berdistribusi normal sehingga dapat digeneralisasikan pada populasi penelitian ini

2) Uji linieritas hubungan

Hasil uji linieritas hubungan yang dilakukan terhadap dua variabel penelitian ini diperoleh data sebagaimana yang tertera pada tabel 4.11 di bawah ini

Tabel 4.11

Hasil Uji Linieritas Hubungan Kecerdasan Emosi dan Kesejahteraan psikologis

Variabel Penelitian	Linearity	P
Kecerdasan Emosi Vs Kesejahteraan Psikologis	111,010	0,000

Hasil uji variabel dapat dikatakan linear dan signifikan apabila nilai $p < 0,05$ atau p lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan tabel 4.11 diperoleh *Linearity* kedua variabel di atas yaitu $F = 3,635$ dengan $p = 0,000$, nilai P lebih kecil dari 0,05, hal ini berarti bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologis

2. Uji Hipotesis

Setelah terpenuhi uji prasyarat, maka langkah selanjutnya adalah dengan melakukan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi regresi Pearson. Hasil analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel 4.12 di bawah ini.

Tabel 4.12

Hasil Uji Hipotesis Data Penelitian

Variabel Penelitian	Pearson Corelation	P
<i>Kecerdasan Emosi Dan Kesejahteraan Psikologis</i>	0,601	0.00

Berdasarkan tabel 4.12 diketahui bahwa hasil analisis menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,601, dengan $p = 0.00$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Artinya semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka semakin tinggi kecerdasan emosi pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Sebaliknya, semakin rendah kesejahteraan psikologis maka semakin rendah kecerdasan emosi pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa hipotesis diterima. Sumbangan relatif yang diberikan oleh kesejahteraan psikologis terhadap kecerdasan emosi sebesar $r^2=0,601$. Hal ini berarti bahwa kesejahteraan psikologis memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosi pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh sebesar 60,1% selebihnya kecerdasan emosi pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh.

berikut sumbangan relatif hasil penelitian dari kedua variabel yang dapat dilihat pada tabel Analisis *Measure Of Association* berikut ini.

Tabel 4.13

Analisis Measure Of Association

Variabel penelitian	r²
Kecerdasan emosi dengan Kesejahteraan psikologis	0,362

Berdasarkan hasil analisis tabel 4.13 diatas ditemukan bahwa pada penelitian ini diperoleh sumbangan relatif dari kedua variabel senilai 0.362. sehingga dapat diartikan bahwa terdapat 36,2 % pengaruh Kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi asal Aceh Tenggara di Banda Aceh.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan kecerdasan emosi pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Berdasarkan analisis uji hipotesis data maka diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,601, dengan $p = 0.00$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Artinya semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka semakin tinggi kecerdasan emosi pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Sebaliknya, semakin rendah kesejahteraan psikologis maka semakin rendah kecerdasan emosi pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di

Banda Aceh. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa hipotesis diterima. Sumbangan relatif yang diberikan oleh kesejahteraan psikologis terhadap kecerdasan emosi sebesar $r^2=0,601$. Hal ini berarti bahwa kesejahteraan psikologis memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosi pada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh sebesar 60,1% selebihnya kecerdasan emosi pada guru di mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Berdasarkan analisis deskriptif secara empirik dari skala Kecerdasan Emosi menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh memiliki kecerdasan emosi pada kategori sedang yaitu sebanyak 90 mahasiswa (55,2%), sedangkan sisanya berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 67 mahasiswa (41,1%), dan kategori tinggi yaitu sebanyak 6 mahasiswa (3,7%). Artinya bahwa tingkat kecerdasan emosi yang diberikan kepada mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh berada pada taraf sedang. Selanjutnya kategori kesejahteraan psikologis menunjukkan mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh memiliki Kesejahteraan psikologis pada kategori tinggi yaitu sebanyak 79 mahasiswa (48,5%), sedangkan sisanya berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 74 mahasiswa (45,4%), dan kategori rendah yaitu sebanyak 10 mahasiswa (6,1%). Artinya bahwa tingkat Kesejahteraan psikologis yang ada pada

mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh berada pada taraf tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mahmudah, Khauldi, dan Qusyairi, (2021) tentang Kontribusi Kecerdasan Emosional Terhadap kesejahteraan psikologis Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi, Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosi terhadap subjective well-being santri putri asrama tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi dengan kontribusi efektif yang diberikan kecerdasan emosional terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 32,4%, sedangkan sisanya yaitu 67,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Ini berarti bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi yang dirasa maka semakin tinggi juga kecenderungan terjadinya kesejahteraan psikologis pada karyawan tersebut. sebaliknya apabila semakin rendah kecerdasan emosi yang dirasa maka semakin rendah juga kecenderungan kesejahteraan psikologis.

Kemudian dalam penelitian Wanti, Wardah, dan Haryadi, (2021) tentang Korelasi Antara kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosional pada siswa di SMKN 2 Banjarbaru. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis > 60 termasuk kategori tinggi dan kecerdasan emosional kurang dari 50 yang berada dalam kategori sangat rendah, siswa memiliki kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosional yang sedang, serta tidak adanya keterkaitan atau korelasi antara kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosional karna nilai signifikansi yang didapat $0,306 > 0,05$. Dari hasil yang didapat

terlihat bahwa kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosional harus perlu adanya penanganan lebih lanjut agar kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosional lebih tinggi.

Penelitian yang dilakukan Wijaya, Putri dan Pandjaitan (2020) dimana pada penelitian ini juga didapatkan hasil adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di panti asuhan. Penelitian lain yang memiliki hasil yang serupa dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Desiningrum (2017) yang menunjukkan hubungan positif antara signifikan antara keerdasan emosi dan kesejahteraan psikologis pada taruna semester 3 Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, dimana semakin tinggi kecerdasan emosi yang dimiliki oleh taruna maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki taruna, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi yang dimiliki taruna maka akan semakin rendah pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki taruna

Diener, dkk (2003) memaparkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan konsep yang luas, meliputi emosi pengalaman menyenangkan, rendahnya tingkat mood negatif, dan kepuasan hidup yang tinggi. Selain itu Diener (2003) menyatakan seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi jika dia mengalami kepuasan hidup dan mengalami kegembiraan lebih sering, serta tidak terlalu sering mengalami emosi yang tidak menyenangkan, seperti kesedihan dan kemarahan. Sebaliknya, seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah jika dia tidak puas dengan hidupnya,

mengalami sedikit afeksi dan kegembiraan, dan lebih sering mengalami emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan.

Ryff (1989) menjelaskan Kesejahteraan Psikologis merupakan sebuah realisasi dari pencapaian penuh yang dimiliki oleh individu, dimana individu dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, mandiri, dapat membina hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menguasai lingkungannya dalam arti mampu memodifikasi lingkungan agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, serta mampu terus mengembangkan pribadinya. Dari hal tersebut menunjukkan secara tidak langsung bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan dapat membina hubungan yang positif dengan orang lain serta memodifikasi lingkungan agar sesuai dengan keinginannya.

Kecerdasan emosional sendiri menurut McPheat (dalam Mubdi dan Indrawati, 2017) merupakan suatu kombinasi dari kompetensi individu yang berkaitan dengan kesadaran itu sendiri, pemahaman serta mengontrol emosi, dapat mengenali dan memahami emosi dari orang lain serta dapat menggunakan pengetahuan yang dimiliki untuk mencapai kesuksesan pribadi serta orang lain.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, salah satunya hasil dari penelitian ini tidak dapat melihat fenomena psikologi yang terjadi secara lebih luas. disamping itu penyebaran skala tidak tersebar kepada beberapa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk angkatan 2016 sehingga itu menjadi salah satu kekurangan dalam penelitian ini.

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari Penelitian ini adalah bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh. Berdasarkan analisis uji hipotesis data maka diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,601, dengan $p = 0.00$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh.

Sumbangan relatif yang diberikan oleh kesejahteraan psikologis terhadap kecerdasan emosi sebesar $r^2=0,601$. Hal ini berarti bahwa kecerdasan emosi memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh sebesar 60,1% selebihnya kecerdasan emosi pada guru di mayoritas mahasiswa Aceh Tenggara tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas skripsi di Banda Aceh.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti menyarankan beberapa hal berikut :

1. Kepada Mahasiswa

Kepada mahasiswa diharapkan untuk mengetahui pentingnya kecerdasan emosi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis selama mengerjakan skripsi. Mahasiswa juga dapat meningkatkan kecerdasan emosi dengan mengikuti kegiatan-kegiatan positif sehingga kecerdasan emosi dapat meningkat selama mengerjakan skripsi

2. Kepada Lembaga Pendidikan

Bagi lembaga pendidik diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologis dan memerikan pengetahuan kepada dosen dan mahasiswa kegiatan-kegiatan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa selama mengerjakan skripsi, lembaga pendidik dapat mengadakan seminar atau kegiatan yang membantu meningkatkan kecerdasan emosi.

3. Kepada peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya, agar dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi, khususnya yang berkaitan dengan masalah Kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosi. Peneliti selanjutnya juga bisa menambahkan variabel-variabel lain untuk melihat hubungan, sehingga akan ada penelitian baru. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosi.

Daftar Pustaka

- Aisyah, A., & Chisol, R. (2018). Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar. *Proyeksi*, 13(2), 109-122.
- Azis, A. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Di Universitas X. *Jurnal Psikologi*, 1-134.
- Azwar, S. (2012). *Reabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi, Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cooper, R. K., & Sawaf, A. (1997). *Executive Eq: Kecerdasan Emosional Dalam Kepemimpinan Dan Organisasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Daniel, G. (2000). *Emotional Intelligence, (Terjemahan)*. Jakarta: Pt Gramedia Pustaka Utama.
- Darmawan, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Fatihudin, D. (2015). *Metodelogi Penelitian Untuk Ilmu Ekonomi, Manajemen, Dan Akutansi*. Sidoarjo: Zifatama Publisher.
- Fitriah, A., Hariyono, D., & Putri, A. (2022). Kecerdasan Emosi, Self-Esteem Dan Psychological Well-Being Pada Relawan Covid-19. *Jurnal Studia Insania*, 10(1), 1-9.
- Gardner, H. (2003). *Multiple Intelligences After Twenty Years*. Chicago, IL: The American Educational Research Association.
- Goleman, D. (2006). *Emotional Intelligence (Terjemahan)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gross, J. J., & John, O. (2003). Individual Differences In Two Emotion Regulation Processes: Implications For Affect, Relationships, And Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Hochschild, A. R. (1983). *The Managed Heart: Commercialization Of Human Feeling*. Berkeley Ca: University Of California Press.
- Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hutapea, B. (2011). Emotional Intelligence Dan Psychological Well-Being Pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan Di Jakarta. *Insan*, 13(2), 64-73.
- Indrawati, T. (2018). Peranan Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP Terbuka Di Cirebon. *Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 70-88.
- Konradus, N., & Harsanti, I. (2015). Peranan Kecerdasan Emosi Dan Kesejahteraan Psikologis Terhadap Kepuasan Kerja Guru Pada Sebuah Yayasan Pendidikan Islam Di Bekasi. *Jurnal Psikologis*, 2(1).
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). What Is Emotional Intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.). *Emotional Development And Emotional Intelligence: Educational Implications*, 3-34.

- Nasril, & Ulfatmi. (2018). *Melacak Konsep Dasar Kecerdasan Emosional*. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam: 16–25.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Purwanto. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Untuk Psikologi Dan Pendidikan)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahman, F., & Abdillah, H. (2010). Peran Kecerdasan Emosi Terhadap School Well-Being Siswa SMP Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Islam*, 11(2), 1-7 .
- Rahman, H. N., & Mariyati, L. (2023). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia. *Indonesian Journal Of Innovation Studies*, 21, 1-13.
- Ramadhani, T., Djunaedi, & Sismiati S, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well Being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 108-115.
- Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Safitri, C. M., & Laelatul, A. (2022). Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Kecerdasan Emosional Dan Worklife Balance Pada Tenaga Kesehatan Wanita Yang Menjalani Peran Ganda. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 5(1), 101-110 .
- Sari, L. S., & Desiningrum, D. (2018). Kecerdasan Emosional Dan Psychological Well-Being Pada Taruna Semester III Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Jurnal Empati*, 5(1), 158-161.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumule, R. (2008). Psychological Wellbeing Pada Guru Yang Bekerja Di Yayasan Pesat Nabire. *Jurnal Psikologi*, 1-11.
- Supeni, V. A., Hamidah, T., & Lestari, M. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Psychological Well Being Pada Anggota Mako Akademi TNI Cilangkap Jakarta Timur. *Jagakarsa*, 1-10.
- Wahyuni, A. S. (2021). Peran Kecerdasan Emosi Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Remaja. *Jurnal Social Library*, 1(1),1-6.
- Wells, I. E. (2010). *Psychological Well-Being*. New York: Nova Science Publishers.



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY

BANDA ACEH-2023

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Saya adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Saat ini saya sedang melaksanakan penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir (skripsi) sebagai salah satu syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 Psikologi. Oleh karena itu, untuk memperoleh data-data yang menunjang penelitian ini saya memohon kesediaan Anda untuk menjawab beberapa pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skalaini.

Data dalam penelitian ini termasuk identitas akan dijaga kerahasiaannya dan hanya akan dipergunakan dalam penelitian ini. Besar harapan saya untuk Anda dapat berpartisipasi dalam penelitian ini.

Atas kesediaan dan partisipasinya, saya mengucapkan terima kasih.
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Hormat Peneliti

Chairul Abdi Musni

Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1.	Saya tidak merasa bahwa diri saya adalah pribadi yang hebat				
2.	Saya sulit menerima kekurangan yang saya miliki				
3.	Saya tidak yakin dengan kelebihan yang saya miliki				
4.	Saya merasa tersinggung apabila ada orang mengkritik saya				
5.	Saya sulit untuk dekat dengan orang disekitar saya				
6.	Saya meragukan banyak orang disekitar saya				
7.	ketika teman saya sedih saya merasa biasa saja				
8.	Saya tidak menyukai orang-orang disekeliling saya				
9.	Saya butuh bantuan orang lain untuk mengingatkan saya dengan kegiatan sehari-hari saya				
10.	Saya tidak bisa melakukan apapun jika orang lain tidak membantu saya				
11.	Saya takut jika pendapat saya akan ditolak oleh orang lain				
12.	Saya membutuhkan campur tangan orang lain untuk mengambil keputusan didalam hidup saya				
13.	Saya merasa harus menjadi seseorang yang diharapkan orang lain				
14.	Saya seringkali harus beradaptasi dengan lingkungan yang kurang menyenangkan				
15.	Saya sulit untuk mengendalikan suasana lingkungan saya				
16.	Saya tidak tahu arah hidup saya				

17.	Saya tidak merasa makna besar didalam kehidupan yang saya jelani				
18.	Saya tidak akan dapat menggapai apa yang saya inginkan meskipun saya berusaha				
19.	Saya tidak ingin mengingat pengalaman apapun yang terjadi di kehidupan saya yang lalu				
20.	Saya tidak memiliki potensi apapun yang dapat saya kembangkan				
21.	Saya tidak dapat merubah apapun didalam diri saya				
22.	Saya kesulitan untuk memahami kemampuan yang saya miliki				
23.	Saya tidak melakukan apapun untuk mencapai apa yang saya inginkan				
24.	Saya mudah melarikan diri segala kesulitan yang saya dapatkan dilingkungan saya				
25.	Tidak ada yang dapat membuat saya bahagia didalam hidup ini				
26.	Saya merasa bangga dengan diri saya				
27.	Saya tidak merasa malu dengan kekurangan yang ada pada diri saya				
28.	Saya percaya dengan kelebihan saya miliki				
29.	Saya menerima setiap kritikan yang diberikan orang kepada saya				
30.	Saya dapat berteman dengan orang baru dengan mudah				
31.	Saya dapat membangun kepercayaan dengan orang-orang dikeliling saya				
32.	Saya merasa sedih apabila teman saya terkena musibah				
33.	Saya menyayangi orang-orang disekeliling saya				
34.	Saya dapat mengatur agenda sehari hari saya secara mandiri				
35.	Saya dapat menyelesaikan permasalahan saya tanpa bantuan orang lain				
36.	Saya berani menyampaikan pendapat saya di depan umum				
37.	Saya dapat mengambil keputusan secara mandiri tanpa bantuan orang lain				
38.	Saya merasa bahwa saya sudah memenuhi standar bentuk tubuh yang ideal				

39.	Saya mampu memilih lingkungan pertemanan yang sesuai dengan keinginan saya				
40.	Saya mampu menciptakan lingkungan yang menyenangkan untuk saya				
41.	Saya mengetahui dengan pasti apa tujuan hidup saya				
42.	Saya selalu belajar makna hidup dari kejadian dimasa lalu maupun masa sekarang				
43.	Saya yakin saya akan berhasil mencapai tujuan saya				
44.	Saya selalu mengambil sisi positif dari pengalaman pengalaman hidup yang saya lewati				
45.	saya mampu mengembangkan skil yang saya miliki menjadi lebih baik lagi				
46.	Saya yakin dapat menumbuhkan kemampuan yang baik dalam diri saya sehingga saya akan berhasil kedepannya				
47.	Saya dapat memperluas potensi saya sehingga saya dapat mencapai tujuan saya				
48.	Saya mampu melakukan apapun dengan segala kemampuan saya untuk mencapai tujuan saya				
49.	Saya dapat menghadapi masalah dari lingkungan saya dengan baik				
50.	Saya akan berusaha membuat diri saya bahagia				

جامعة الرانري

AR - RANIRY

Skala Kecerdasan Emosi

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1.	Saya terkadang tidak tahu perasaan apa yang saya rasakan				
2.	Saya tidak dapat menjelaskan apa saja yang saya rasakan selama ini				
3.	Saya tidak merasakan apapun setiap kali saya mengambil suatu keputusan dalam hidup saya				
4.	Saya seringkali marah tak terkendali apabila saya memiliki masalah dengan orang disekitar saya				
5.	Saya selalu mengurung diri saya sendirian ketika saya sedih				
6.	Saya seringkali tidak tau bagaimana agar rasa cemas saya dapat hilang				
7.	Saya seringkali tidak tahu apa yang dapat saya lakukan ketika saya sedih				
8.	Saya akan merasa sangat tersinggung apabila teman saya mengomentari diri saya				
9.	Saya seringkali takut untuk kembali mencoba ketika saya gagal dalam melakukan sesuatu				
10.	Saya seringkali berteriak ketika saya menangis				
11.	Meskipun hasil yang saya dapatkan biasa saja, saya tetap akan merasa puas				
12.	Saya tidak dapat mengendalikan keinginan hati saya ketika saya sedang sedih				
13.	Saya seringkali kali kurang peka dengan sekeliling saya				
14.	Saya tidak dapat mengetahui dengan pasti apa yang orang lain inginkan				
15.	Saya seringkali tidak tahu harus melakukan apa ketika teman saya tengah bersedih				
16.	Saya kesulitan untuk memahami keadaan yang dirasakan orang-orang disekeliling saya				
17.	Saya kesulitan untuk berteman dekat dengan orang yang berbeda dengan saya				
18.	Saya kesulitan mengontrol emosi saya dihadapan orang lain				
19.	Saya kesulitan mengetahui perubahan suasana disekeliling saya				
20.	Saya kesulitan untuk memulai pembicaraan dengan orang lain				

21.	Saya adalah orang yang canggung sehingga sulit bagi saya membujuk orang lain				
22.	Saya lebih senang apabila dipimpin oleh orang lain				
23.	Ketika sedang bernegosiasi dengan orang lain saya kesulitan menemukan kalimat yang meyakinkan mereka				
24.	Saya membutuhkan orang lain untuk menyelesaikan permasalahan yang ada				
25.	Saya dapat mengetahui perasaan yang saya rasakan ketika saya sedang sedih				
26.	Saya tahu pasti bagaimana perasaan saya dari waktu ke waktu				
27.	Ketika saya salah dalam mengambil keputusan saya mengetahui bahwa saya sangat kecewa				
28.	Saya akan mengatur perasaan saya sebaik mungkin agar orang-orang lain dapat memahami apa yang saya rasakan				
29.	Saya selalu berfikir hal positif ketika saya merasa sedih agar saya tidak berlarut-larut dalam kesedihan				
30.	Saya akan berusaha menemukan jalan keluar atas permasalahan saya agar saya terlepas dari perasaan cemas				
31.	Ketika sedih saya akan berusaha melakukan sesuatu yang membuat saya senang kembali				
32.	Saya selalu menganggap ucapan buruk orang-orang terhadap saya sebagai penguat untuk saya				
33.	Saya akan berusaha bangkit kembali meskipun saya telah gagal berkali-kali dalam menggapai tujuan saya				
34.	Ketika saya sedih saya mampu mengendalikan diri saya agar saya tidak menangis secara berlebihan				
35.	Saya menahan untuk tidak cepat puas meskipun saya dapat menyelesaikan sesuatu dengan baik				
36.	Ketika saya sedang bertengkar dengan teman saya, saya akan menahan keinginan hati saya untuk mengatakan hal buruk tentang nya				
37.	Saya dapat segera mengetahui apa yang dibutuhkan teman saya ketika mereka sedang kesusahan				

38.	Sangat mudah bagi saya untuk mengetahui keinginan orang-orang disekeliling saya				
39.	Ketika teman saya bersedih saya dapat merasakan pula kesedihan mereka dengan baik				
40.	Saya selalu menempatkan diri saya diposisi orang lain agar saya dapat memahami mereka dengan baik				
41.	Saya senang berteman dengan orang-orang yang beragama				
42.	Saya mampu membuat orang lain merasa nyaman bersama saya				
43.	Saya mampu mengetahui perubahan situasi disekeliling saya				
44.	Saya dapat mengobrol dengan baik kepada orang yang baru saya temui				
45.	Saya mampu membujuk orang lain untuk bekerja sama dengan saya				
46.	Saya mampu memimpin didalam sebuah kelompok				
47.	Saya memiliki kemampuan negosiasi yang baik ketika melakukan kesepakatan dengan orang lain				
48.	Saya mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi ketika bekerja sama dengan orang lain				
49.	Saya akan melakukan apapun yang hati saya inginkan				
50.	Saya mudah puas apabila sudah dipuji oleh orang lain				
51.	Saya seringkali melempar kan barang ketika saya marah				
52.	Saya akan tetap memikirkan segala sesuatu dengan matang meskipun bertolak belakang dengan keinginan saya				
53.	Saya tidak akan mudah puas apabila tujuan saya belum tercapai				
54.	Saya mampu mengendalikan diri saya ketika saya merasa sangat marah				

Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis Sebelum Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,953	50

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	145,9167	344,688	,243	,954
Y2	145,5833	340,756	,529	,952
Y3	145,6500	340,096	,464	,953
Y4	145,6000	343,092	,371	,953
Y5	145,4500	339,845	,548	,952
Y6	145,5833	339,434	,617	,952
Y7	145,4000	338,854	,546	,952
Y8	145,2667	337,284	,579	,952
Y9	145,9000	345,210	,239	,954
Y10	145,3333	344,768	,333	,953
Y11	145,5167	341,779	,442	,953
Y12	145,4833	342,559	,388	,953
Y13	145,6500	343,892	,334	,953
Y14	145,8000	341,214	,462	,953
Y15	145,7333	338,301	,583	,952
Y16	145,2500	339,106	,444	,953
Y17	145,3333	336,192	,645	,952
Y18	145,1000	338,024	,551	,952
Y19	145,5667	338,690	,515	,952
Y20	145,1333	340,118	,521	,952
Y21	145,1167	338,071	,576	,952
Y22	145,4500	337,709	,517	,952
Y23	145,2167	338,444	,567	,952
Y24	145,4167	342,451	,450	,953
Y25	145,2167	337,834	,570	,952
Y26	145,1333	334,524	,557	,952
Y27	145,2000	334,366	,599	,952
Y28	145,1000	337,922	,536	,952

Y29	145,1833	337,745	,577	,952
Y30	145,2167	340,579	,501	,952
Y31	145,2333	336,995	,663	,952
Y32	145,0167	335,610	,682	,951
Y33	145,0833	339,739	,561	,952
Y34	145,1833	341,508	,569	,952
Y35	145,3333	343,412	,390	,953
Y36	145,2167	338,952	,594	,952
Y37	145,3333	343,379	,392	,953
Y38	145,5667	338,182	,501	,952
Y39	145,3000	338,688	,616	,952
Y40	145,3333	338,734	,616	,952
Y41	145,2667	334,368	,744	,951
Y42	145,0000	338,983	,614	,952
Y43	144,9167	338,925	,592	,952
Y44	145,0333	336,914	,724	,951
Y45	145,1167	340,003	,667	,952
Y46	145,0667	341,894	,571	,952
Y47	145,1667	339,531	,654	,952
Y48	145,1500	339,316	,589	,952
Y49	145,1667	340,853	,588	,952
Y50	144,9000	338,464	,609	,952

Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis Sesudah Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,955	48

Reliabilitas Kecerdasan Emosi Sebelum Gugur Item

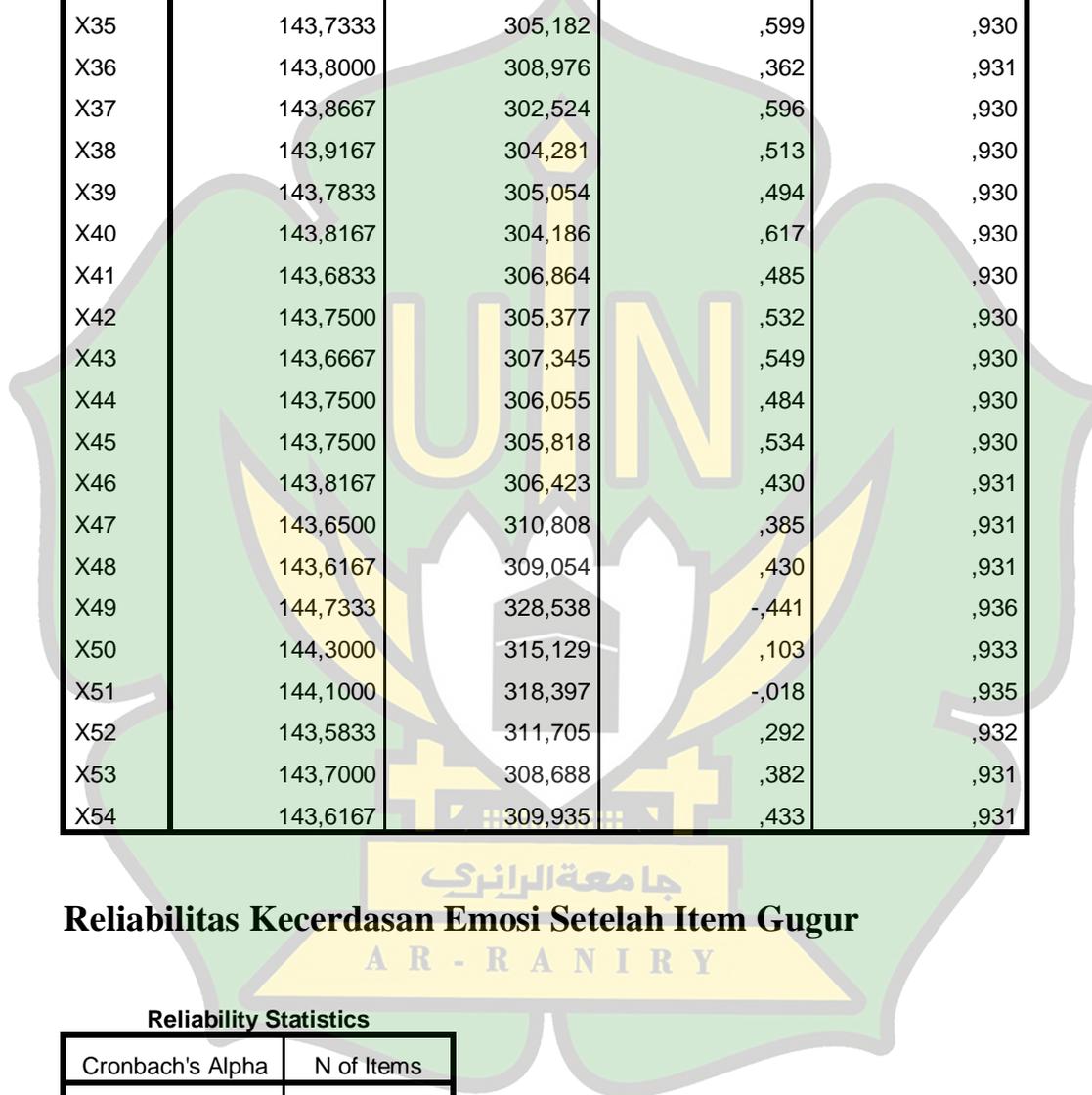
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,932	54

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	144,3000	307,332	,445	,931
X2	144,2833	306,274	,507	,930
X3	144,0500	305,404	,509	,930
X4	144,1667	301,395	,621	,929
X5	144,1500	302,706	,590	,930
X6	144,1500	303,689	,570	,930
X7	144,0833	303,400	,587	,930
X8	144,0667	303,080	,650	,929
X9	144,0333	304,168	,495	,930
X10	143,9333	305,589	,550	,930
X11	144,4167	311,908	,246	,932
X12	144,2833	302,749	,557	,930
X13	144,2000	304,095	,535	,930
X14	144,4667	308,016	,387	,931
X15	144,2167	303,630	,572	,930
X16	144,2333	299,301	,683	,929
X17	144,0500	303,608	,545	,930
X18	144,0333	303,931	,535	,930
X19	144,1833	307,847	,402	,931
X20	144,1167	306,376	,433	,931
X21	144,1833	300,966	,585	,930
X22	143,9833	309,983	,308	,932
X23	144,1000	302,837	,569	,930
X24	144,0833	301,637	,582	,930
X25	143,8667	314,694	,126	,933
X26	143,9333	311,962	,237	,932
X27	144,0000	317,966	,000	,934
X28	143,9333	314,233	,155	,933

X29	143,6667	309,175	,432	,931
X30	143,6667	308,667	,511	,930
X31	143,6833	306,390	,553	,930
X32	143,8000	308,705	,464	,931
X33	143,5667	306,724	,490	,930
X34	143,7000	305,231	,546	,930
X35	143,7333	305,182	,599	,930
X36	143,8000	308,976	,362	,931
X37	143,8667	302,524	,596	,930
X38	143,9167	304,281	,513	,930
X39	143,7833	305,054	,494	,930
X40	143,8167	304,186	,617	,930
X41	143,6833	306,864	,485	,930
X42	143,7500	305,377	,532	,930
X43	143,6667	307,345	,549	,930
X44	143,7500	306,055	,484	,930
X45	143,7500	305,818	,534	,930
X46	143,8167	306,423	,430	,931
X47	143,6500	310,808	,385	,931
X48	143,6167	309,054	,430	,931
X49	144,7333	328,538	-,441	,936
X50	144,3000	315,129	,103	,933
X51	144,1000	318,397	-,018	,935
X52	143,5833	311,705	,292	,932
X53	143,7000	308,688	,382	,931
X54	143,6167	309,935	,433	,931



Reliabilitas Kecerdasan Emosi Setelah Item Gugur

 AR - RANIRY

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,946	45

Analisis Data

Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KESEJAHTERAA N PSIKOLOGIS	KECERDASAN EMOSI
N		163	163
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	136,5767	121,0798
	Std. Deviation	20,62597	15,09026
Most Extreme Differences	Absolute	,080	,090
	Positive	,036	,090
	Negative	-,080	-,083
Kolmogorov-Smirnov Z		1,028	1,150
Asymp. Sig. (2-tailed)		,241	,142

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Correlations

Correlations

		KESEJAHTERAA N PSIKOLOGIS	KECERDASAN EMOSI
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS	Pearson Correlation	1	,601**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	163	163
KECERDASAN EMOSI	Pearson Correlation	,601**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	163	163

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			44892,619	55	816,229	3,635	,000
KESEJAHTERAAN	Between	Linearity	24927,525	1	24927,525	111,010	,000
PSIKOLOGIS * KEKERCASAN	Groups	Deviation from Linearity	19965,094	54	369,724	1,646	,015
EMOSI	Within Groups		24027,172	107	224,553		
Total			68919,791	162			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS * KEKERCASAN EMOSI	,601	,362	,807	,651

Frequencies

Statistics

		KESEJAHTERAA N PSIKOLOGIS	KEKERCASAN EMOSI
N	Valid	163	163
	Missing	0	0
Mean		136,5767	121,0798
Std. Deviation		20,62597	15,09026
Minimum		67,00	87,00
Maximum		192,00	180,00

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	67,00	1	,6	,6	,6
	69,00	1	,6	,6	1,2
	90,00	1	,6	,6	1,8
	91,00	1	,6	,6	2,5

93,00	1	,6	,6	3,1
98,00	1	,6	,6	3,7
102,00	1	,6	,6	4,3
104,00	1	,6	,6	4,9
105,00	1	,6	,6	5,5
106,00	1	,6	,6	6,1
111,00	2	1,2	1,2	7,4
112,00	2	1,2	1,2	8,6
113,00	1	,6	,6	9,2
116,00	3	1,8	1,8	11,0
117,00	1	,6	,6	11,7
119,00	6	3,7	3,7	15,3
120,00	6	3,7	3,7	19,0
121,00	10	6,1	6,1	25,2
122,00	4	2,5	2,5	27,6
124,00	3	1,8	1,8	29,4
125,00	3	1,8	1,8	31,3
126,00	2	1,2	1,2	32,5
127,00	3	1,8	1,8	34,4
128,00	1	,6	,6	35,0
129,00	4	2,5	2,5	37,4
130,00	3	1,8	1,8	39,3
131,00	2	1,2	1,2	40,5
132,00	3	1,8	1,8	42,3
133,00	5	3,1	3,1	45,4
134,00	4	2,5	2,5	47,9
135,00	4	2,5	2,5	50,3
136,00	2	1,2	1,2	51,5
137,00	1	,6	,6	52,1
138,00	2	1,2	1,2	53,4
139,00	5	3,1	3,1	56,4
140,00	3	1,8	1,8	58,3
141,00	5	3,1	3,1	61,3
142,00	3	1,8	1,8	63,2
143,00	4	2,5	2,5	65,6

144,00	2	1,2	1,2	66,9
145,00	3	1,8	1,8	68,7
146,00	1	,6	,6	69,3
147,00	3	1,8	1,8	71,2
148,00	3	1,8	1,8	73,0
149,00	2	1,2	1,2	74,2
150,00	5	3,1	3,1	77,3
151,00	3	1,8	1,8	79,1
152,00	1	,6	,6	79,8
153,00	4	2,5	2,5	82,2
156,00	3	1,8	1,8	84,0
157,00	1	,6	,6	84,7
159,00	2	1,2	1,2	85,9
160,00	1	,6	,6	86,5
161,00	1	,6	,6	87,1
162,00	3	1,8	1,8	89,0
164,00	1	,6	,6	89,6
165,00	3	1,8	1,8	91,4
167,00	1	,6	,6	92,0
168,00	1	,6	,6	92,6
169,00	5	3,1	3,1	95,7
170,00	1	,6	,6	96,3
172,00	2	1,2	1,2	97,5
177,00	1	,6	,6	98,2
182,00	1	,6	,6	98,8
192,00	2	1,2	1,2	100,0
Total	163	100,0	100,0	

KECERDASAN EMOSI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 87,00	1	,6	,6	,6
89,00	2	1,2	1,2	1,8
91,00	1	,6	,6	2,5

96,00	1	,6	,6	3,1
99,00	1	,6	,6	3,7
100,00	1	,6	,6	4,3
101,00	1	,6	,6	4,9
102,00	1	,6	,6	5,5
103,00	4	2,5	2,5	8,0
104,00	2	1,2	1,2	9,2
105,00	1	,6	,6	9,8
106,00	1	,6	,6	10,4
107,00	2	1,2	1,2	11,7
108,00	2	1,2	1,2	12,9
109,00	4	2,5	2,5	15,3
110,00	4	2,5	2,5	17,8
111,00	4	2,5	2,5	20,2
112,00	16	9,8	9,8	30,1
113,00	9	5,5	5,5	35,6
114,00	7	4,3	4,3	39,9
115,00	2	1,2	1,2	41,1
116,00	5	3,1	3,1	44,2
117,00	2	1,2	1,2	45,4
118,00	9	5,5	5,5	50,9
119,00	2	1,2	1,2	52,1
120,00	4	2,5	2,5	54,6
121,00	5	3,1	3,1	57,7
122,00	3	1,8	1,8	59,5
123,00	5	3,1	3,1	62,6
124,00	4	2,5	2,5	65,0
125,00	4	2,5	2,5	67,5
126,00	4	2,5	2,5	69,9
127,00	6	3,7	3,7	73,6
128,00	1	,6	,6	74,2
129,00	3	1,8	1,8	76,1
130,00	4	2,5	2,5	78,5
131,00	3	1,8	1,8	80,4
132,00	5	3,1	3,1	83,4

133,00	2	1,2	1,2	84,7
134,00	1	,6	,6	85,3
135,00	4	2,5	2,5	87,7
136,00	3	1,8	1,8	89,6
137,00	2	1,2	1,2	90,8
138,00	1	,6	,6	91,4
139,00	1	,6	,6	92,0
140,00	1	,6	,6	92,6
141,00	1	,6	,6	93,3
146,00	1	,6	,6	93,9
147,00	1	,6	,6	94,5
148,00	2	1,2	1,2	95,7
154,00	1	,6	,6	96,3
157,00	1	,6	,6	96,9
165,00	1	,6	,6	97,5
168,00	2	1,2	1,2	98,8
173,00	1	,6	,6	99,4
180,00	1	,6	,6	100,0
Total	163	100,0	100,0	

Frequencies

	Interval			Cumulative Percent
	Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	115,4	67	41,1	41,1
	115,4-156,6	90	55,2	96,3
	156,6	6	3,7	100,0
Total	163	100,0	100,0	

Frequencies

Interval		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	106	10	6,1	6,1	6,1
Valid	106-136	74	45,4	45,4	51,5
	106	79	48,5	48,5	100,0
	Total	163	100,0	100,0	

