

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA
AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA
MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh

Nur Fatimatuz Zahroh

200401110022

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2024

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Nur Fatimatuz Zahroh

NIM. 200401110022

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

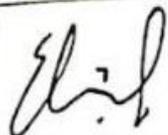
HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

S K R I P S I

Oleh

Nur Fatimatuz Zahroh
NIM. 200401110022

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M.Si NIP. 199109082019032008		22/05 - 29
Dosen Pembimbing 2 Ainindita Aghniacakti, M.Psi. Psikolog NIP. 19940818201911202272		22 Mei 2024

Malang, 22 Mei 2024

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Yusuf Ratu Agung, M.A

NIP. 198010202015031002

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh

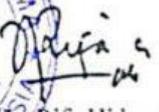
Nur Fatimatuz Zahroh

NIM. 200401110022

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam
Majlis Sidang Pada tanggal 20 Juni 2024

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Ujian Elok Fa' iz Fatma El Fahmi, M. Si NIP. 199109082019032008		05/07 -24
Ketua Penguji Ainindita Aghniacakti, M.Psi. Psikolog NIP. 19940818201911202272		28/06 2024
Penguji Utama Drs. H. Yahya, M.A NIP. 196605181991031004		3/ Juli '24

Disyahkan oleh,
Dekan,

Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 497611282002122001



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nur Fatimatuz Zahroh

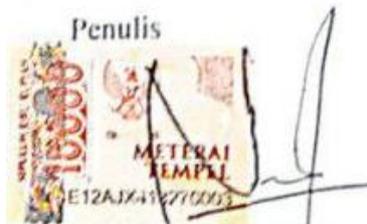
NIM : 200401110022

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**, adalah benar-benar hasil karya saya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggungjawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sangsi.

Malang, 5 Juli 2024

Penulis

Nur Fatimatuz Zahroh
NIM. 200401110022

(Note: The image contains a 5000 Rupiah postage stamp with a meter seal and the number E12AJX419770003.)

MOTTO

“Nothing is impossible, even the world itself says i’m possible”

- Audrey Hepburn

Segala kesulitan pasti ada kemudahan, dan janganlah takut untuk menghadapi kesulitan itu, karena Allah selalu bersama mu.

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan, Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Ibadah kepada Allah SWT dan Cinta Kasih Kepada Rasulullah SAW, sungguh segala sholatku, ibadahku, hidup dan matiku hanya untuk Allah SWT.
2. Ibunda dan Ayahanda, tulus cinta kasihmu, do'a dan perjuanganmu sangat mengakselerasi dan memotivasi perjuangan menuntut ilmu, dan ma'afkan putrimu belum mampu berbakti dan justru mungkin membuat luka kepada kalian, semoga karya sederhana ini mampu menjadi bukti bahwa karena Allah SWT ananda mencintai dan menyayangi ibunda dan ayahanda.
3. Saudara saya, kakak saya sudah mendukung juga memotivasi saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Diri saya sendiri, Nur Fatimatuz Zahroh yang sudah berjuang sejauh ini, dan mampu bertahan dalam keadaan susah maupun senang selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh pihak yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada saya hingga sekarang.
6. Keluarga besar saya yang jug aselalu mendukung dan mendo'akan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di malang.
7. Sahabat saya, Sulfia, Fitrah Amaliah, Muhammad Khalil Zakiy, Enggar Tiastoro, Inne Sofia yang selalu ada saat saya sedang jenuh. Terkhususnya kepada Sulfia, Fitrah dan juga Inne.
8. Teman saya yaitu Anindiya Faza yang telah membantu saya memberikan info dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Teman-teman saya, Devi Shohihatul Muzawadah, Dzuriatun Toyyibah Akhyar, Ririn Muktamiroh, Siti Baitir Rohimah, Intan Alifia yang selalu mendukung, memberikan motivasi, dan juga ada ketika saya merasa jenuh dan sedih.
10. Motivator saya, Hyunbin, dan Dohyun yang telah memotivasi saya dalam

membangkitkan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

11. Harris J, selama penyusunan skripsi saya mendengarkan lagu yang dinyanyikan olehnya, lagunya membuat saya bersemangat dalam menyusun skripsi ini dengan makna lagu yang dibawakannya, makna lagu tersebut yaitu tidak perlu khawatir dalam hal apapun karena Allah akan selalu bersama kita.
12. Semua teman-teman yang sudah mengisi kuensioner untuk penelitian saya. Tanpa mereka semua saya tidak dapat melakukan penelitian ini.

KATA PENGANTAR

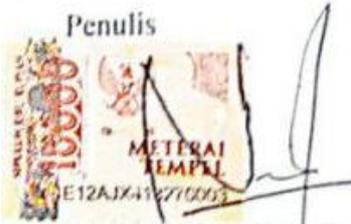
Ucapan terima kasih dan rasa syukur disampaikan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas limpahan-Nya penulis berhasil menyelesaikan tugas akhir berjudul "Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kesejahteraan Psikologis Terhadap Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang". Doa dan salam selalu penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW., yang kita harapkan syafaatnya di hari akhir.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan akhir dalam perolehan gelar sarjana psikologi. Semua pihak yang turut serta dalam penyusunan skripsi ini memiliki arti yang sangat berharga bagi penulis. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M. A, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Yusuf Ratu Agung, M.A selaku Ketua Program Studi Fakultas Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ibu Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si selaku Dosen Wali penulis selama menempuh perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
5. Ibu Elok Fa'iz fatma El Fahmi, M.Si selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, serta motivasi.
6. Ibu Ainindita Aghniacakti, M.Psi. Psikolog selaku Dosen Pembimbing II ynag telah memberikan bimbingan, arahan, saran, serta motivasi.
7. Kepada seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah membimbing dan menyalurkan ilmu ilmunya selama perkuliahan selama ini.

Penulis menyadari bahwa karya ini belum mencapai kesempurnaan, oleh karena itu penulis meminta maaf atas keterbatasan ilmu dan sumber daya yang ada. Oleh karena itu, masukan dan saran sangat dihargai untuk meningkatkan kualitas penelitian ini. Selain itu, harapannya agar skripsi ini dapat memberikan manfaat yang berarti bagi masyarakat, peneliti lain, dan pembaca.

Malang, 5 Juli 2024

Penulis

Nur Fatimatuz Zahroh
NIM. 200401110022

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Kecerdasan Emosional	13
1. Pengertian dan Definisi Kecerdasan Emosional	13
2. Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Psikologi.....	13
3. Teori Kecerdasan Emosional	15
4. Pengukuran Kecerdasan Emosional.....	18
B. Kesejahteraan Psikologis.....	20
1. Pengertian dan Definisi Kesejahteraan Psikologis.....	20
2. Kesejahteraan psikologis dalam Perspektif Psikologi	21

3. Teori Kesejahteraan Psikologis	22
4. Pengukuran Kesejahteraan Psikologis.....	25
C. Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kesejahteraan Psikologis	26
D. Kerangka Konseptual	30
E. Hipotesis	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Desain Penelitian	32
B. Identifikasi Variabel Penelitian	32
C. Definisi Operasional	32
1. Kecerdasan Emosional.....	32
2. Kesejahteraan Psikologis	33
D. Subjek Penelitian	33
1. Populasi.....	33
2. Sampel	33
E. Teknik Pengumpulan Data	34
F. Validitas dan Reliabilitas.....	36
G. Teknik Analisis Data	41
1. Analisis Deskriptif	42
2. Uji Asumsi	43
3. Uji Hipotesis	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Setting Penelitian.....	45
1. Sejarah Singkat Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang	45
2. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	46

B.	Pelaksanaan Penelitian	46
C.	Hasil Penelitian.....	48
	1. Analisis Deskriptif	48
	2. Uji Asumsi	53
	3. Uji Hipotesis	55
D.	Pembahasan	56
BAB V PENUTUP		65
A.	Kesimpulan.....	65
B.	Saran	66
DAFTAR PUSTAKA		67
LAMPIRAN.....		72

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Favourable dan Skala Unfavourable.....	34
Tabel 3.2 Blueprint Skala Kecerdasan Emosional.....	35
Tabel 3.3 Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis	36
Tabel 3.4 Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional	37
Tabel 3.5 Uji Validitas Skala Kesejahteraan Psikologis.....	39
Tabel 3.6 Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional.....	41
Tabel 3.7 Uji Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis	41
Tabel 3.8 Interpretasi Koefisien Korelasi	44
Tabel 4.1 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	47
Tabel 4.2 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
Tabel 4.3 Deskripsi Data Penelitian.....	48
Tabel 4.4 Kategorisasi.....	49
Tabel 4.5 Kategorisasi Kecerdasan Emosional.....	49
Tabel 4.6 Kriteria Kategorisasi Skor Berdasarkan Gender	50
Tabel 4.7 Kategori Berdasarkan Gender Pada Kecerdasan Emosional	50
Tabel 4.8 Kriteria Kategorisasi Skor Berdasarkan Aspek-Aspek.....	51
Tabel 4.9 Kategori Peraspek Variabel Kecerdasan Emosional.....	51
Tabel 4.10 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis	51
Tabel 4.11 Kriteria Kategorisasi Skor Berdasarkan Gender	52
Tabel 4.12 Kategori Berdasarkan Gender Pada Kesejahteraan Psikologis	52
Tabel 4.13 Kriteria Kategorisasi Skor Berdasarkan Aspek-Aspek.....	53
Tabel 4.14 Kategori Peraspek Variabel Kesejahteraan Psikologis	53
Tabel 4.15 Hasil Uji Normalitas	54
Tabel 4.16 Hasil Uji Linieritas.....	54
Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi Pearson.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Penelitian	30
Gambar 4.1 Kerangka Penelitian	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	72
Lampiran 2 Skala Kecerdasan Emosional.....	73
Lampiran 3 Skala Kesejahteraan Psikologis	77
Lampiran 4 Tabulasi Data Skala Kecerdasan Emosional	
Lampiran 5 Tabulasi Data Skala Kesejahteraan Psikologis	

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir sering dihadapkan pada masalah, seperti menyusun skripsi, yang dapat menyulitkan mereka mencapai kesejahteraan psikologis optimal. Banyaknya permasalahan dan perjuangan dalam menghadapi tugas-tugas perkembangan dapat menyebabkan tekanan dan stres, menunjukkan kebutuhan mereka untuk memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal. Kesejahteraan psikologis mencerminkan kebahagiaan individu yang didasarkan pada perasaan keseimbangan dalam dimensi psikologis, emosional, dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam masa penyusunan skripsi. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah bahwa terdapat hubungan yang positif antara kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosi pada mahasiswa akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam masa penyusunan skripsi. Penelitian ini melibatkan 280 responden, dengan 82 laki-laki dan 198 perempuan. Alat ukur kecerdasan emosi diadaptasi dari Hermasanti, sedangkan alat ukur kesejahteraan psikologis diadaptasi dari Setyawati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat nilai koefisien korelasi yang signifikan ($r = 0,627$, $p = <0,001$) yang menunjukkan adanya korelasi yang kuat dan positif antara kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologis, sehingga hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci : kecerdasan emosional, kesejahteraan psikologis

**THE RELATIONSHIP OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN FINAL STUDENTS OF THE
FACULTY OF PSYCHOLOGY, UIN MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

ABSTRACT

Final year students are often faced with problems, such as writing a thesis, which can make it difficult for them to achieve optimal psychological well-being. The many problems and struggles in facing developmental tasks can cause pressure and stress, indicating their need to have optimal psychological well-being. Psychological well-being reflects an individual's happiness based on a feeling of balance in the psychological, emotional, and social dimensions. This research aims to determine the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in final students at the Faculty of Psychology, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang who are in the process of writing their thesis. The hypothesis proposed in this research is that there is a positive relationship between psychological well-being and emotional intelligence in final students of the Faculty of Psychology at UIN Maulana Malik Ibrahim Malang who are in the period of writing their thesis. This research involved 280 respondents, with 82 men and 198 women. The emotional intelligence measuring instrument was adapted from Hermasanti, while the psychological well-being measuring instrument was adapted from Setyawati. The research results show that there is a significant correlation coefficient value ($r = 0.627$, $p = <0.001$) which indicates a strong and positive correlation between emotional intelligence and psychological well-being, so that the proposed hypothesis is accepted.

Keywords: emotional intelligence, psychological well-being

علاقة الذكاء العاطفي والسلامة النفسية لدى الطلاب النهائيين لكلية علم النفس بجامعة عين مولانا مالك إبراهيم مالانج

خلاصة

غالبًا ما يواجه طلاب السنة النهائية مشكلات، مثل كتابة الأطروحة، مما قد يجعل من الصعب عليهم تحقيق الرفاه النفسي الأمثل. إن كثرة المشاكل والصراعات في مواجهة المهام التنموية يمكن أن تسبب ضغطاً وتوتراً، مما يشير إلى حاجتهم إلى الصحة النفسية المثلى. تعكس الصحة النفسية سعادة الفرد المبنية على الشعور بالتوازن في الأبعاد النفسية والعاطفية والاجتماعية. يهدف هذا البحث إلى تحديد العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى الطلاب النهائيين في كلية علم النفس جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج والذين هم بصدد كتابة أطروحتهم. الفرضية المقترحة في هذا البحث هي أن هناك علاقة إيجابية بين الرفاه النفسي والذكاء العاطفي لدى الطلاب النهائيين لكلية علم النفس بجامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج الذين هم في فترة كتابة أطروحتهم. شمل هذا البحث 280 شخصاً، منهم 82 رجلاً و198 امرأة. تم تعديل أداة قياس Setyawati، في حين تم تعديل أداة قياس الرفاهية النفسية من Hermasanti الذكاء العاطفي من مما يدل على ($r = 0.627, p = <0.001$) وأظهرت نتائج البحث أن هناك قيمة معامل ارتباط معنوية وجود علاقة ارتباط قوية وموجبة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية، وبذلك تم قبول الفرضية المقترحة.

الكلمات المفتاحية: الذكاء العاطفي، الصحة النفسية

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merujuk kepada individu yang sedang mengikuti pendidikan di perguruan tinggi selama periode tertentu (Bertens, 2005, hal. 11). Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang telah terdaftar secara resmi di perguruan tinggi. Mereka telah menyelesaikan semua mata kuliah teori dan saat ini sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi (Nugraha, 2018, hal. 32). Pada tingkat mahasiswa tingkat akhir, tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa menjadi lebih kompleks dan khusus dibandingkan dengan mahasiswa yang baru mengawali studi mereka (Roellyana & Listiyandini, 2016).

Mahasiswa tingkat akhir sering dihadapkan pada masalah salah satunya adalah dalam menyusun skripsi. Dengan banyaknya permasalahan dan juga perjuangan dalam menghadapi tugas-tugas perkembangan juga dapat menyulitkan mahasiswa dalam mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal (Ismail & Indrawati, 2013, hal. 10). Skripsi adalah karya ilmiah yang dibuat oleh seorang mahasiswa sebagai tugas akhir pada jenjang sarjana atau program S1 yang didasarkan pada penelitian lapangan dan literatur (Huda, 2011). Syarat utama mahasiswa untuk lulus adalah dengan membuat skripsi. Penyusunan skripsi ini akan melewati proses yang panjang yang akan dilalui oleh mahasiswa yaitu dimulai dengan pengajuan judul, penyusunan proposal dan kemudian penulisan skripsi (Leo, 2013, hal. 16).

Proses penyusunan skripsi merupakan fase penting dalam perjalanan akademik mahasiswa, terutama bagi mereka yang berada di tahap akhir studi. Namun, realitasnya dilokasi penelitian beberapa mahasiswa mengeluh akan tugas skripsi ini. Beberapa mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka merasa terbebani oleh proses skripsi ini, yang tidak hanya mempengaruhi keseimbangan kehidupan mereka sehari-hari, tetapi juga

menimbulkan tekanan pada dirinya yang membuat dirinya tidak dapat menerima dirinya sendiri. Selain itu sering mengalami perasaan gelisah dan ketakutan yang mendalam selama proses skripsi. Beberapa mahasiswa khawatir tentang interaksi dengan dosen pembimbing mereka dan takut akan jumlah revisi. Selain itu, adanya perbandingan dengan teman-teman yang telah mencapai tahap seminar proposal atau bahkan sidang skripsi sering kali menambah tekanan psikologis mereka. Hal ini membuat mereka merasa tidak yakin akan masa depan akademik mereka dan terkadang kehilangan arah dalam pencapaian tujuan studi mereka.

Penjelasan di atas tidak sedikit mahasiswa yang mengalami tekanan dan juga stres dalam menyusun skripsi. Masalah pada mahasiswa akhir dalam masa penyusunan skripsi yaitu proses revisi, kesulitan dalam mencari referensi, sulit untuk menemui dosen pembimbing dan juga adanya rasa takut untuk bertemu dengan dosen pembimbing sehingga hal ini mengakibatkan penundaan dalam menyusun skripsi (Aulia, 2019). Penelitian yang telah dilakukan oleh Kurniasari, dkk (2019) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir yang dalam masa penyusunan skripsi menunjukkan adanya tantangan yakni beberapa mahasiswa mengalami masalah psikologis, seperti rendahnya aspek kemandirian dan penerimaan diri, serta ketakutan tidak dapat memenuhi harapan orang tua. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa 64,44% mahasiswa memiliki kemandirian yang rendah, 53% mengalami takut dan bingung, dan 51% merasa tidak dapat memenuhi harapan orang tua.

Berdasarkan dari fenomena yang ditemukan di lokasi penelitian, peneliti melakukan wawancara pada beberapa mahasiswa fakultas psikologi. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti bahwasannya pada mahasiswa A menyatakan bahwa selama penyusunan skripsinya sering merasa kecewa pada dirinya sendiri. Juga merasa terpukul karena tidak dapat menyelesaikan skripsinya sebagaimana teman-temannya yang sudah banyak yang berhasil mengadakan seminar proposal bahkan sidang skripsi. Hal ini menggambarkan kurangnya dalam aspek

penerimaan diri dalam kesejahteraan psikologis menurut teori Ryff & Keyes (1995). Selanjutnya, rasa kecewa tersebut membuatnya merasa seperti kehilangan arah atau tujuan dalam hidupnya dan meragukan masa depannya. Hal ini merujuk pada kurangnya aspek arti dalam hidup menurut teori yang sama.

Permasalahan yang dialami oleh mahasiswa B mirip dengan yang dialami oleh mahasiswa A. Ia juga sering merasa kecewa terhadap dirinya sendiri karena tidak sejalan dengan teman-temannya yang sudah mencapai tahap seminar proposal bahkan sidang skripsi. Hal tersebut turut memengaruhi hubungannya dengan teman-temannya, di mana ia merasa semakin menjauh karena merasa tidak nyaman dan merasa bahwa teman-temannya sudah tidak berempati padanya ketika teman-temannya membicarakan tentang skripsi saat berkumpul. Sikap ini membuatnya kurang nyaman dan akhirnya ia lebih memilih untuk menghindari pertemuan dengan mereka. Dampak dari hal ini adalah adanya hubungan positifnya dengan temannya menjadi terganggu, sesuai dengan aspek kesejahteraan menurut teori Ryff & Keyes(1995).

Mahasiswa C mengungkapkan kesulitannya dalam mengatur waktu dan menempatkan penelitian skripsinya sebagai prioritas utama. Hal ini menyebabkan ia merasa cemas dan takut bahwa ia tidak akan mampu menyelesaikannya. Selain itu, ia cenderung mencari bantuan terlalu bergantung pada teman-temannya, bahkan mengharapkan mereka untuk menyelesaikan sebagian tugasnya. Sikap ini mencerminkan kurangnya kemandirian dalam aspek kesejahteraan psikologis menurut teori Ryff dan Keyes(1995). Selanjutnya, ia juga mengungkapkan perasaan menyerah terhadap penelitiannya karena jumlah revisi yang begitu banyak. Hal ini membuatnya merasa tidak kompeten dan tidak mampu dalam hal ini, mencerminkan kurangnya pertumbuhan pribadi dalam kesejahteraan psikologis menurut teori yang sama.

Mahasiswa D menyampaikan bahwa ia menghadapi masalah lingkungan saat belajar, dimana lingkungan tersebut penuh dengan

gangguan seperti kebisingan dari teman-temannya dan seringnya terganggu dengan penggunaan ponsel. Gangguan-gangguan ini membuatnya kesulitan untuk berkonsentrasi saat mengerjakan skripsinya. Akibatnya, ia merasa stres dan frustrasi karena merasa tidak mampu mengendalikan faktor-faktor lingkungan tersebut. Situasi ini mencerminkan kurangnya penguasaan lingkungan dalam aspek kesejahteraan psikologis menurut teori Ryff & Keyes(1995).

Beberapa masalah tersebut mengacu pada Ryff & Keyes (1995). Kesejahteraan psikologis terdiri dari berbagai dimensi, termasuk penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff & Keyes, 1995, hal. 720). Menurut Ryff & Keyes (1995, hal. 720) Kesejahteraan psikologis mencakup enam aspek utama, yakni penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penerimaan diri merujuk pada kemampuan individu untuk merasa positif terhadap diri sendiri dan masa lalu mereka. Hubungan positif dengan orang lain melibatkan kemampuan untuk membentuk hubungan yang hangat, memuaskan, dan saling mempercayai. Kemandirian mencakup kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan hidup seseorang sesuai dengan keyakinan pribadi. Penguasaan lingkungan adalah kemampuan untuk mengelola kehidupan dan dunia sekitar secara efektif. Tujuan hidup mencakup memiliki tujuan dan arah yang memberikan makna bagi kehidupan, sedangkan pertumbuhan pribadi mencakup rasa terus berkembang sebagai pribadi dan menyadari potensi diri.

Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik cenderung mencapai kualitas akademik yang lebih tinggi, sementara mereka yang memiliki kesejahteraan psikologis yang buruk cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang berkualitas dan lebih rentan terhadap gangguan psikologis (Bordhar et al., 2011, hal. 665). Menurut Ryff (dalam Saiful & Sariyah, 2018, hal. 30)

mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kondisi di mana individu terlibat dalam perilaku positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mampu menciptakan dan mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka, memiliki tujuan hidup yang jelas, berupaya untuk memberikan makna pada hidup mereka, dan terus mengembangkan diri. Dalam Ryff (2014, hal. 14), disebutkan bahwa seseorang dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi memiliki beberapa karakteristik: (a) kemampuan untuk mengambil kendali atas nasib dan tindakan mereka sendiri, dan mampu menahan tekanan sosial untuk bertindak sesuai dengan harapan orang lain, serta mengatur perilaku mereka secara internal; mereka juga menilai diri mereka berdasarkan standar pribadi. (b) Mereka merasa memiliki kompetensi dalam mengelola lingkungan mereka, dapat mengendalikan aktivitas eksternal yang kompleks, serta efektif dalam memanfaatkan peluang sekitarnya; mereka juga mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan nilai dan kebutuhan pribadi. (c) Mereka memiliki rasa perkembangan yang berkelanjutan, melihat diri mereka sebagai individu yang tumbuh dan berkembang, selalu terbuka untuk pengalaman baru, menyadari potensinya, dan melihat adanya peningkatan dalam diri dan perilaku mereka dari waktu ke waktu; mereka mampu berubah dengan cara yang mencerminkan pengetahuan diri dan keefektifan.

Menurut Ryff (2014, hal. 16), individu dengan rendahnya kesejahteraan psikologis dapat ditandai oleh beberapa ciri-ciri: (a) mereka cenderung terlalu memperhatikan harapan dan penilaian orang lain, serta bergantung pada pendapat orang lain saat membuat keputusan penting; mereka juga merasa tekanan sosial untuk selalu berperilaku sesuai dengan harapan orang lain. (b) Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola aktivitas sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan lingkungan sekitar mereka, serta tidak mampu mengenali peluang yang ada di sekitar mereka. (c) Terdapat perasaan stagnasi pribadi di mana mereka merasa tidak mengalami perkembangan atau perluasan

dalam hidup mereka dari waktu ke waktu. Hal ini dapat menyebabkan perasaan bosan, kurang antusias terhadap kehidupan, dan kesulitan mengembangkan sikap atau perilaku baru. (d) Hubungan dekat dan saling percaya dengan orang lain bisa minim, dan mereka mungkin merasa kesulitan dalam menjadi hangat, terbuka, dan peduli pada orang lain. Ini dapat mengakibatkan perasaan isolasi dan frustrasi dalam interaksi sosial, serta ketidakmampuan untuk berkompromi untuk mempertahankan hubungan yang penting dengan orang lain.

Lebih lanjut, menurut Ryff (dalam Saiful & Sariyah, 2018, hal. 30) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup sejauh mana individu merasa bahagia, nyaman, damai, menilai diri mereka sendiri secara positif, dan mengenali pencapaian potensi mereka sendiri. Rasa bahagia yang dirasakan individu mencerminkan kemampuan mereka dalam mengenali emosi diri, yang merupakan salah satu aspek utama dari kecerdasan emosional menurut Goleman (2009). Kecerdasan emosional, khususnya dalam hal mengenali emosi diri, memainkan peran penting dalam membantu individu memahami perasaan mereka, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Secara umum, karakteristik seseorang yang memiliki kecerdasan emosi adalah memiliki kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, bertahan dalam menghadapi rasa frustrasi, mengontrol dorongan emosional, menghindari perilaku berlebihan dalam mencari kesenangan, mengelola suasana hati, menjaga agar tekanan tidak menghambat kemampuan berpikir, serta menunjukkan empati dan kecenderungan untuk berdo'a (Goleman, 2009, hal. 47).

Peneliti melakukan wawancara pada 4 mahasiswa akhir fakultas psikologi yang dalam masa penyusunan. Dalam wawancara dengan mahasiswa A, ia mengungkapkan bahwa akhir-akhir ini merasa sensitif, terutama dalam menanggapi situasi sehari-hari. Contohnya, ketika ada barangnya yang tidak sengaja terjatuh karena ulah temannya, ia merasa langsung marah. Juga mengatakan bahwa sering merasa sedih dan kadang-

kadang merasa marah tanpa sebab yang jelas. Perilaku ini mencerminkan kurangnya kemampuan untuk mengenali dan mengatur emosi diri dalam kecerdasan emosi menurut Goleman (2009, hal. 311).

Mahasiswa B menyatakan bahwa ia merasa mudah khawatir tentang kemajuan skripsinya, terutama karena melihat teman-temannya yang sudah mencapai tahap seminar proposal dan sidang skripsi, sementara dirinya belum sampai pada tahap tersebut. Rasa khawatir ini konstan menyelimuti pikirannya dan sangat mengganggu bagi dirinya dalam melakukan aktivitas kesehariannya. Perasaan khawatir yang berlebihan ini mencerminkan kurangnya kemampuan dalam mengelola emosi dalam kecerdasan emosional menurut Goleman (2009, hal. 311).

Pada mahasiswa C mengungkapkan bahwa ia telah menerima begitu banyak revisi pada penelitiannya, yang membuatnya merasa putus asa. Kondisi ini membuatnya cenderung menyerah, dan ia sering mencari bantuan dari teman-temannya untuk menyelesaikan tugas-tugasnya. Ia merasa bahwa dirinya tidak mampu melakukan apapun dan telah kehilangan semangat untuk melanjutkan penelitiannya. Sikap menyerah dan kehilangan motivasi ini mencerminkan kurangnya kemampuan dalam memotivasi diri dalam kecerdasan emosional menurut Goleman (2009, hal. 312). Dan pada mahasiswa D mengatakan bahwa ia dalam hubungan dengan teman-temannya sedang tidak bagus akhir-akhir ini dikarenakan adanya gangguan dalam lingkungan belajarnya ia menjadi mudah marah, hal ini terbawa hingga ke hubungan pertemanannya menjadikannya dengan teman-temannya renggang dalam hubungan pertemanan. Hal ini mencerminkan kurangnya kemampuan dalam mengelola emosi dalam kecerdasan emosional menurut Goleman (2009, hal. 312).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, terlihat bahwa mereka menghadapi tantangan dalam beberapa aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (2009, hal. 311-312), yaitu dalam pengaturan emosi, mahasiswa A dan D menunjukkan kesulitan dalam mengatur emosi mereka, baik dalam situasi pribadi maupun sosial. Dalam pengelolaan

emosi, mahasiswa B menunjukkan ketidakmampuan untuk mengelola kecemasan terkait kemajuan skripsinya. Dan dalam motivasi diri, mahasiswa C menunjukkan kurangnya motivasi diri saat menghadapi tantangan menyelesaikan skripsi.

Menurut Goleman (2009, hal. 311-312) kecerdasan emosional mencakup lima domain utama yang saling berkaitan. Pertama, kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi sendiri, yang memungkinkan individu untuk memahami bagaimana perasaan mereka mempengaruhi pikiran dan perilaku. Kedua, pengaturan diri mencakup kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik, sehingga individu dapat menenangkan diri, melepaskan diri dari suasana hati yang buruk, dan tetap tenang serta jernih di bawah tekanan. Ketiga, motivasi adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, termasuk mengatur tujuan yang tinggi, terus berusaha meskipun menghadapi kegagalan, dan memiliki dorongan untuk mencapai kesuksesan. Keempat, empati adalah kemampuan untuk memahami emosi orang lain, yang memungkinkan individu untuk merasakan apa yang orang lain rasakan, dan lebih mudah membangun hubungan yang sehat dan produktif. Terakhir, keterampilan sosial mencakup kemampuan untuk mengelola hubungan dengan orang lain secara efektif, termasuk kemampuan untuk berkomunikasi dengan jelas, membangun jaringan, dan berkolaborasi dalam tim.

Tingkat kesejahteraan psikologis juga dapat terkait dengan kecerdasan emosional. Mahasiswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih baik cenderung lebih mampu mengenali dan mengelola emosi dengan baik yang dapat menjaga keseimbangan emosi, dan mengalami tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi secara keseluruhan (Goleman, 2009, hal. 313). Kesejahteraan psikologis, menurut Ryff & Keyes (1995, hal. 13), mencakup enam aspek utama: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, arti dalam hidup, dan pertumbuhan pribadi. Berdasarkan fenomena kecerdasan emosional yang ditemukan, dapat diasumsikan

bahwa kesulitan dalam pengaturan emosi, seperti yang dialami oleh mahasiswa A dan D, dapat mengganggu penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain.

Ketidakmampuan untuk mengelola emosi negatif seringkali menyebabkan stres, depresi, dan isolasi sosial. Selain itu, kurangnya pengelolaan emosi yang terlihat pada mahasiswa B, yang terus-menerus merasa khawatir, dapat mengakibatkan penurunan kemandirian dan penguasaan lingkungan, mengganggu kemampuan mereka untuk berfungsi secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Kurangnya motivasi diri yang dialami oleh mahasiswa C, yang merasa putus asa dan cenderung menyerah, menunjukkan penurunan dalam aspek pertumbuhan pribadi dan arti dalam hidup. Rasa putus asa dan ketidakmampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas dapat mengurangi rasa pencapaian dan makna hidup. Secara keseluruhan, kecerdasan emosional yang rendah dapat berdampak negatif pada berbagai aspek kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Mahasiswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih baik mampu mengatasi tingkat tekanan yang tinggi yang sering terjadi selama proses penyusunan skripsi. Sejumlah penelitian yang dilakukan oleh Salovey & Mayer (1990) telah menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih baik dalam menghadapi stres dan juga tekanan. Mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan emosional dengan lebih baik, yang dapat mendukung kesejahteraan psikologis mereka. Kecerdasan emosional membantu dalam membangun hubungan interpersonal yang lebih baik (Salovey et al., 1990). Individu yang mampu memahami dan merespons emosi orang lain secara positif cenderung memiliki hubungan yang lebih hangat dan harmonis, yang berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mereka (Salovey et al., 1990).

Penelitian ini memiliki penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Hutapea (2011) tentang kecerdasan emosional dan kesejahteraan

psikologis pada orang lanjut usia yang menjadi anggota organisasi berbasis keagamaan di Jakarta. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis pada orang lanjut usia di Jakarta. Sampel penelitian terdiri dari 72 pria dan wanita lanjut usia yang menjadi anggota organisasi berbasis keagamaan dan menjawab satu set kuesioner yang meliputi demografi, kecerdasan emosional, dan kesejahteraan psikologis. Data penelitian dikumpulkan untuk dua variabel, yaitu kecerdasan emosional sebagai variabel bebas (X) dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat (Y). Analisis data menggunakan metode *Pearson Product Moment*, uji t, dan analisis variansi. Semua analisis menggunakan statistik dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang menemukan hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis.

Abdul Aziz (2022) melakukan penelitian sebelumnya dengan subjek mahasiswa akhir di Universitas X selama pandemi COVID dan objek hubungan kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis, jenis metode yang digunakan yaitu kuantitatif. Namun dalam penelitian tersebut menggunakan teori kesejahteraan psikologis menggunakan teori Ryff, dan kecerdasan emosional menggunakan teori Mayer dan Salovey. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan teori golem untuk skala kecerdasan emosional dan teori Ryff & Keyes dengan subjek penelitian yang lebih spesifik yaitu mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam masa penyusunan skripsi.

Kemudian penelitian yang telah dilakukan oleh Mohammadi, dkk (2016), yakni mereka mengeksplorasi hubungan antara kecerdasan emosional (EI) dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perguruan tinggi. Dengan menggunakan pendekatan studi lintas-seksi, penelitian ini melibatkan 300 mahasiswa yang mengisi kuesioner untuk menilai tingkat EI dan kesejahteraan psikologis mereka. Hasilnya menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara tingkat EI dengan kesejahteraan

psikologis mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat EI yang lebih tinggi cenderung menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Studi ini memberikan pemahaman lebih dalam tentang pentingnya pengembangan kecerdasan emosional dalam konteks meningkatkan kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa perguruan tinggi.

Meskipun mahasiswa pada umumnya dipandang sebagai kelompok yang penuh energi dan semangat untuk meraih prestasi akademik, banyak dari mereka menghadapi tantangan psikologis yang serius selama proses penyusunan skripsi. Fenomena ini mencakup kesulitan dalam mengelola emosi, kecemasan terkait penyelesaian skripsi, motivasi yang menurun, dan masalah-masalah dalam hubungan sosial dengan teman sebaya. Hal ini memunculkan kekhawatiran akan kesejahteraan psikologis mereka, yang dapat berdampak negatif terhadap kualitas kehidupan mereka di perguruan tinggi dan potensi akademik yang dapat mereka capai. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir fakultas psikologi, dengan harapan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik serta rekomendasi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kecerdasan emosional mahasiswa akhir fakultas psikologi dalam penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir fakultas psikologi dalam penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Bagaimana hubungan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir fakultas psikologi dalam penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional mahasiswa akhir fakultas psikologi dalam penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir fakultas psikologi dalam penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir fakultas psikologi dalam penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang bermanfaat dalam pembelajaran psikologi, terkait kecerdasan emosional, dan kesejahteraan psikologis. Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada pembaca, khususnya mahasiswa, agar dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian dan Definisi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan berfungsi untuk merasakan juga mengutarakan emosi, memadukan emosi dalam kemampuan untuk berpikirnya, serta untuk memahami dalam menjalin hubungan anatar emosi yang ada di dalam diri sendiri dan emosi yang dirasakan oleh orang lain (McShane & Von Glinow, 2009, hal. 105). Menurut Goleman (2009, hal. 310) kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengatur, dan juga mengelola mereka sendiri dengan orang lain. Kecerdasan emosional bukan hanya sebagai pengendalian diri, tetapi juga sebagai pemahaman, penafsiran, dan respons individu terhadap orang lain. (Sojka & Deeter, 2002, hal. 45)

Salovey & Mayer (1990, hal. 187) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami, mengatur, dan juga menggunakan emosi secara efektif dalam berbagai konteks kehidupan. Sedangkan menurut David (2004) menggambarkan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara sehat dan efektif, serta untuk mengatasi emosi yang mengganggu. Bradberry & Greaves (2019, hal. 28) mengartikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi, baik emosi diri sendiri maupun orang lain, serta menggunakan emosi tersebut untuk mencapai tujuan yang positif.

Kecerdasan emosional, seperti yang dijelaskan oleh McPheat (dalam Mubdi dan Indrawati, 2017), adalah gabungan dari berbagai keterampilan individu yang berkaitan dengan pemahaman diri, pengendalian emosi, kemampuan mengenali serta memahami emosi orang lain, dan kemampuan untuk menggunakan pengetahuan ini guna mencapai

kesuksesan, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Goleman (2009), di sisi lain, mengembangkan konsep kecerdasan emosional sebagai kemampuan seseorang dalam mengontrol emosinya, mengelola kondisi mentalnya, menunda gratifikasi, tetap tegar dalam menghadapi kegagalan, dan memiliki motivasi diri yang kuat.

Berdasarkan definisi-definisi serta uraian dengan beragam sudut pandang mengenai kecerdasan emosional bahwasannya kecerdasan emosional melibatkan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengatur, dan mengelola emosi dengan cara yang adaptif dan efektif dalam berbagai aspek kehidupan. Kecerdasan emosional tidak hanya mengacu pada kemampuan individu dalam mengelola emosi mereka sendiri, tetapi juga dalam membangun hubungan yang sehat dan produktif dengan orang lain. Konsep ini merupakan pondasi penting dalam perkembangan pribadi, profesional, dan sosial seseorang.

2. Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Psikologi

Dari sudut pandang psikologi, kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengatur, menjaga, dan mengungkapkan emosi melalui kesadaran diri, pengendalian diri, empati, motivasi diri, dan keterampilan sosial. Dalam psikologi islam, kecerdasan emosional dilihat sebagai kemampuan untuk menghadirkan kemantapan hati yang kokoh dan kuat dalam diri manusia melalui kesadaran terhadap apa yang dilakukan dan yujuan yang berpedoman pada Al-Qur'an dan As-Sunnah (Uyun, 2022). Kecerdasan emosional merupakan bagian dari kecerdasan sosial yang mencakup kemampuan untuk memantau perasaan sosial pada orang lain, memilah informasi tersebut, dan menggunakannya untuk mengarahkan pemikiran dan tindakan (Yulisubandi, 2009). Terdapat sejumlah tanda yang menunjukkan bahwa seseorang memiliki kecerdasan emosional.

Kecerdasan emosional melibatkan kemampuan untuk menangkap dengan akurat, menilai, dan mengungkapkan emosi; kemampuan untuk mengakses dan/atau menghasilkan perasaan ketika mereka memfasilitasi

pemikiran; kemampuan untuk memahami emosi dan pengetahuan emosional; dan kemampuan untuk mengatur emosi untuk mempromosikan pertumbuhan emosional dan intelektual (Mayer & Salovey, 1990, hal. 3). Goleman (1995, hal. 34) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan orang lain, memotivasi diri sendiri, serta mengelola emosi dengan baik dalam diri kita sendiri dan dalam hubungan kita. Mayer & Salovey (1990, hal. 185) juga mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk menangkap emosi, mengakses dan menghasilkan emosi untuk membantu pemikiran, memahami emosi dan makna emosional, serta mengatur emosi secara reflektif untuk mempromosikan pertumbuhan emosional dan intelektual.

3. Teori Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2009, hal. 47) secara umum, karakteristik seseorang yang memiliki kecerdasan emosi adalah kemampuannya untuk memotivasi diri sendiri, bertahan dalam menghadapi rasa frustrasi, mengontrol dorongan emosional, menghindari perilaku berlebihan dalam mencari kesenangan, mengelola suasana hati, menjaga agar tekanan tidak menghambat kemampuan berpikir, serta menunjukkan empati dan kecenderungan untuk berdoa. Goleman (2009, hal. 311-312) memberikan rincian lebih lanjut mengenai aspek-aspek kecerdasan emosional secara spesifik sebagai berikut:

a) Mengenali Emosi Diri

Mengenali emosi diri sendiri merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi perasaan saat perasaan tersebut muncul. Kemampuan ini merupakan landasan dari konsep kecerdasan emosional, yaitu kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Kesadaran terhadap diri sendiri membuat kita lebih sensitif terhadap perubahan suasana hati dan pemikiran terkait perasaan kita. Jika kesadaran diri kurang, maka seseorang menjadi lebih rentan terhadap terbawa arus emosi dan kehilangan kendali atas emosinya.

Meskipun kesadaran diri tidak menjamin pengendalian penuh terhadap emosi, namun ini merupakan salah satu langkah awal yang penting dalam proses mengendalikan emosi sehingga individu memiliki kemampuan yang lebih baik untuk mengelolanya.

b) Mengelola Emosi

Mengelola emosi adalah keterampilan individu dalam mengatasi perasaan sehingga dapat diekspresikan secara tepat, dan ini bertujuan untuk mencapai keseimbangan emosi dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang menimbulkan kekhawatiran tetap terkendali merupakan kunci untuk mencapai kesejahteraan emosi. Emosi yang berlebihan, yang meningkat dalam intensitas selama periode yang sangat panjang, dapat mengganggu stabilitas kita. Kemampuan ini mencakup kapasitas untuk menghibur diri sendiri, melepaskan perasaan kecemasan, kesedihan, atau ketidakpuasan, dan dampak-dampak yang timbul darinya, serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang meresahkan.

c) Memotivasi Diri Sendiri

Mencapai prestasi memerlukan adanya motivasi yang kuat dalam diri individu. Ini berarti individu harus memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap godaan kepuasan dan mengontrol hasratnya. Selain itu, penting juga untuk memiliki motivasi yang positif, seperti semangat, gairah, optimisme, dan keyakinan diri.

d) Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengidentifikasi emosi orang lain sering disebut sebagai empati. Kemampuan seseorang untuk mengenali atau merasa peduli terhadap orang lain mencerminkan tingkat empati mereka. Individu yang memiliki tingkat empati yang tinggi lebih baik dalam menangkap isyarat sosial yang tersembunyi yang mengindikasikan kebutuhan orang lain, sehingga mereka lebih

cenderung memahami sudut pandang orang lain, sensitif terhadap perasaan orang lain, dan lebih baik dalam mendengarkan orang lain.

e) Membina Hubungan

Kemampuan untuk menjalin hubungan interpersonal adalah suatu keahlian yang mendukung popularitas, kepemimpinan, dan kesuksesan dalam berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan dasar dalam menciptakan hubungan yang baik adalah kemampuan berkomunikasi. Terkadang, manusia mengalami kesulitan dalam mencapai apa yang mereka inginkan dan juga kesulitan dalam memahami keinginan serta kehendak orang lain.

Menurut Goleman (1996, hal. 137), salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kecerdasan emosional adalah tingkat kematangan emosi. Selain itu, faktor lain yang memiliki pengaruh terhadap tingkat kecerdasan emosi adalah usia dan pengalaman. Dari sebuah penelitian yang membandingkan ratusan orang dewasa dan remaja yang dilakukan oleh John D. Mayer (1997), hasilnya menunjukkan bahwa orang dewasa memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menguasai kecerdasan emosional. Oleh karena itu, Mayer (1997) menyimpulkan bahwa perkembangan kecerdasan emosional beriringan dengan usia dan pengalaman individu, dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Hal ini mengindikasikan bahwa orang dewasa memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja.

Walgito (1993) mengklasifikasikan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional menjadi dua kelompok utama, yaitu:

a) Faktor internal

Faktor internal adalah mencakup aspek-aspek yang ada dalam diri individu, termasuk kesehatan fisik dan aspek psikologis seperti pengalaman, perasaan, kemampuan berpikir, dan motivasi.

b) Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah mencakup stimulus dan lingkungan di mana kecerdasan emosional beroperasi, termasuk jenis stimulus itu sendiri dan situasi lingkungan yang mendukungnya.

Goleman (2009, hal 268) menekankan bahwa keluarga memainkan peran krusial sebagai sekolah pertama dalam pembelajaran emosi. Dalam lingkungan yang akrab, individu belajar bagaimana mengidentifikasi dan merespons perasaan mereka sendiri, serta cara orang lain merespons perasaan mereka. Ini meliputi refleksi tentang perasaan-perasaan tersebut dan pilihan reaksi yang tersedia, serta kemampuan membaca dan mengungkapkan harapan serta ketakutan. Pembelajaran ini tidak hanya melalui instruksi verbal langsung dari orangtua kepada anak-anak, tetapi juga melalui contoh dan interaksi yang menunjukkan cara orang dewasa mengelola perasaan mereka, termasuk dalam hubungan antara pasangan.

Orangtua yang memiliki keterampilan emosional yang baik dapat sangat membantu anak-anak dengan mengajarkan mereka keterampilan dasar seperti mengidentifikasi, mengelola, dan menggunakan perasaan mereka dengan baik. Mereka juga mengajarkan anak-anak untuk berempati dan mengatasi perasaan yang muncul dalam interaksi sosial mereka. Dampak positif dari orangtua yang terampil secara emosional ini meliputi berbagai keuntungan yang luas dalam pengembangan kecerdasan emosional anak-anak (Goleman, 2009, hal. 271).

4. Pengukuran Kecerdasan Emosional

Pengukuran variabel kecerdasan emosional merupakan proses untuk menilai dan mengukur berbagai aspek dari kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengatur, dan mengekspresikan emosi, serta dalam mengelola hubungan interpersonal dengan efektif. Skala yang digunakan untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional dalam penelitian ini adalah skala yang diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Hermasanti (2009). Skala kecerdasan emosional ini terdiri dari 38

aitem yang mengacu pada aspek-aspek yang diungkapkan oleh Goleman (2009) yaitu :

a) Mengenali emosi diri

Pengukuran dalam aspek ini bertujuan untuk mengetahui tingkat dalam mengenali emosi pada diri sendiri, yakni dapat mengidentifikasi emosi yang sedang dirasakan. Selain itu juga untuk mengetahui seberapa baik individu memahami dampak emosi tersebut pada pikiran dan tindakan individu.

b) Mengelola emosi

Dalam pengukuran aspek ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengelolaan emosi diri seperti menenangkan diri saat marah atau stress. Dan juga untuk mengetahui kemampuan diri untuk beradaptasi dalam situasi yang berubah.

c) Memotivasi diri sendiri

Pengukuran pada aspek ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik dalam menetapkan tujuan dan berusaha keras untuk mencapainya. Dan untuk mengetahui kemampuan untuk tetap termotivasi meskipun dihadapkan pada kegagalan atau hambatan.

d) Mengenali emosi orang lain

Tujuan dari pengukuran pada aspek ini yaitu untuk mengetahui kemampuan diri dalam memahami sudut pandang orang lain, kemudian sejauh mana dapat merasakan emosi orang lain, serta untuk mengetahui kemampuan untuk merespons dengan sensitif terhadap perasaan orang lain.

e) Membina hubungan

Tujuan dari pengukuran aspek ini untuk mengetahui kemampuan dalam membangun hubungan yang sehat dan produktif, kemudia untuk mengetahui kemmapuan diir untuk menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif, serta untuk mengetahui kemampuan dalam berkomunikasi dan bekerjasama dengan orang lain.

B. Kesejahteraan Psikologis

1 . Pengertian dan Definisi Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah hasil dari pencapaian penuh yang dimiliki oleh individu (Ryff, 1989, hal. 1070). Ini mencakup kemampuan individu untuk menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, menjadi mandiri, membina hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk menguasai lingkungan sekitarnya dengan cara mengubahnya agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, dan terus mengembangkan diri (Ryff, 1989, hal. 1070). Menurut Snyder (20019, hal 333) kesejahteraan psikologis bukan sekadar ketiadaan penderitaan. Kesejahteraan psikologis mencakup keterlibatan aktif dalam dunia, pemahaman terhadap arti dan tujuan dalam hidup, serta interaksi individu dengan objek atau orang lain.

Kesejahteraan psikologis merupakan konsep multi-dimensional mengenai bagaimana individu menjalankan fungsi-fungsi psikologisnya secara positif (Aghniacakti, 2016). Terdapat enam dimensi dari kesejahteraan psikologis yakni penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989, hal. 1070). Kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang terhadap kehidupannya. Evaluasi ini mencakup reaksi emosional terhadap peristiwa serta penilaian kognitif atas kepuasan dan pemenuhan (Diener, 1984, hal. 542). Keyes (2002, hal. 215) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai adanya tingkat tinggi dari kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial. Kesehatan mental bukan hanya berarti tidak adanya penyakit mental. Namun juga adanya tingkat kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial yang tinggi (Keyes, 2002, hal. 216).

Dari beberapa definisi di atas bahwasannya kesejahteraan psikologi adalah kondisi individu yang merasa baik secara psikologis. Istilah ini mencakup beberapa aspek kehidupan seseorang, termasuk penerimaan diri, kemandirian, membina hubungan positif dengan orang lain, tujuan

hidup, dan penguasaan lingkungan. Kesejahteraan psikologis merupakan konsep yang penting dalam psikologi positif dan kesehatan mental, karena mencakup lebih dari sekadar ketiadaan penyakit mental. Ini menekankan pentingnya mempromosikan kehidupan yang bermakna, memuaskan, dan produktif bagi individu.

2. Kesejahteraan Psikologis dalam Perspektif Psikologi

Kesejahteraan psikologis dalam perspektif psikologi merupakan kondisi yang meliputi perasaan positif terhadap diri sendiri, kepuasan hidup, hubungan yang sehat dengan orang lain, serta kemampuan untuk mengatasi stres dan kesulitan dalam kehidupan sehari-hari (Keyes, 2005). Hal ini juga mencakup aspek kemampuan individu untuk mencapai potensi maksimalnya, merasa memiliki kontrol atas kehidupannya, dan menemukan arti dan tujuan dalam aktivitas sehari-hari (Ryff, 1989). Ryff & Singer (1998, hal. 8) mengembangkan konsep kesejahteraan psikologis dengan memperkenalkan model dimensi kesehatan positif. Mereka mengidentifikasi enam dimensi utama dari kesejahteraan psikologis, termasuk otonomi, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, tujuan hidup yang bermakna, pertumbuhan pribadi, dan penerimaan diri. Konsep ini menyoroti pentingnya tidak hanya memahami dan mengukur gejala negatif tetapi juga mempromosikan aspek-aspek positif dari kesehatan mental (Ryff & Singer, 1998, hal. 8).

Kesejahteraan psikologis memiliki implikasi yang luas dalam praktik psikologis, termasuk dalam pengembangan intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup individu, mencegah gangguan mental, dan meningkatkan adaptasi sosial serta kesejahteraan secara keseluruhan (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, hal 7). Dalam (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) memperkenalkan psikologi positif sebagai bidang studi yang memusatkan perhatian pada aspek-aspek positif dari kehidupan manusia, termasuk kesejahteraan psikologis. Mereka menekankan pentingnya memahami dan mempromosikan kebahagiaan, kesejahteraan, dan makna hidup dalam psikologi modern.

Menurut Keyes (2002, hal 213), kesejahteraan psikologis dapat dipahami sebagai sebuah kontinum yang menggambarkan rentang dari "*languishing*" (merasa tidak bahagia dan tidak berfungsi optimal) hingga "*flourishing*" (merasa bahagia dan hidup bermakna). Implikasi dari studi tentang kesejahteraan psikologis mencakup pengembangan intervensi dan program-program yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup, mencegah gangguan mental, serta mengoptimalkan adaptasi sosial dan psikologis individu (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, hal 8). Dengan memahami dan mempromosikan aspek-aspek positif dari pengalaman manusia, psikologi dapat berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis secara holistik dalam masyarakat.

3. Teori Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis adalah hasil dari pencapaian penuh yang dimiliki oleh individu. Ini mencakup kemampuan individu untuk menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, menjadi mandiri, membina hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk menguasai lingkungan sekitarnya dengan cara mengubahnya agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, dan terus mengembangkan diri.

Ryff & Keyes (1995) mengungkapkan beberapa aspek yang ada dalam kesejahteraan psikologis, berikut aspek-aspek tersebut :

a) Penerimaan Diri

Seseorang yang mencapai tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi akan menunjukkan sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima dengan baik berbagai aspek positif dan negatif yang dimilikinya, serta memiliki perasaan positif terhadap pengalaman masa lalu mereka.

b) Hubungan Positif dengan Orang Lain

Kesejahteraan psikologis seseorang mencapai tingkat yang tinggi ketika mereka dapat menjalin hubungan dengan orang lain dengan kehangatan dan kepercayaan, memiliki empati, afeksi,

serta kedekatan emosional yang kuat. Mereka juga mampu memahami dinamika pemberian dan penerimaan dalam konteks hubungan tersebut.

c) Kemandirian

Kemandirian adalah kemampuan individu untuk bertindak secara independen, tanpa terpengaruh oleh tekanan sosial, dengan kemampuan untuk berpikir mengikuti nilai-nilai pribadi, dan mengevaluasi diri dengan standar sendiri, tanpa dipengaruhi tekanan sosial.

d) Penguasaan Lingkungan

Kemampuan menguasai lingkungan adalah kapasitas individu untuk efektif mengatur lingkungannya, memiliki kontrol yang baik terhadap faktor-faktor eksternal di luar dirinya, memanfaatkan peluang yang muncul dalam lingkungan tersebut, serta memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadinya.

e) Arti dalam Hidup

Pentingnya memiliki tujuan hidup yang jelas dan merasa bahwa hidup memiliki makna sangat berkaitan dengan kesehatan mental. Individu yang berfungsi secara positif cenderung memiliki tujuan, misi, dan arah yang memberikan makna pada hidup individu, dan ini berkontribusi pada kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

f) Pertumbuhan Pribadi

Pertumbuhan pribadi mencakup kemampuan individu untuk terus berkembang, belajar, dan mengembangkan potensi mereka. Individu yang merasa tumbuh secara pribadi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa komponen-komponen kesejahteraan psikologis mencakup , hubungan positif dengan orang lain,

kemandirian, kemampuan mengatur lingkungan, memiliki tujuan hidup yang terarah, dan pengembangan pribadi. Ketika individu mencapai nilai yang tinggi dalam setiap aspek ini, maka mereka dapat dikatakan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Menurut Ryff dan Singer (2008) mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, diantaranya yaitu :

a) Usia

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Ryff, bahwasannya penguasaan lingkungan dan kemandirian dapat menunjukkan peningkatan dengan seiring perbandingan usia. Namun, terdapat kecenderungan penurunan dalam aspek tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi seiring bertambahnya usia. Selain itu, skor pada dimensi penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain juga menunjukkan variasi yang signifikan berdasarkan usia.

b) Jenis Kelamin

Faktor jenis kelamin terdapat perbedaan yang cukup signifikan pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan pada dimensi perkembangan individu berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Ryff.

c) Tingkat Pendidikan dan Pekerjaan

Status pekerjaan yang tinggi dan tingkat pendidikan yang tinggi seseorang dapat mengindikasikan bahwa individu tersebut memiliki sumber daya (seperti keuangan, pengetahuan, dan keterampilan) yang dapat digunakan untuk menghadapi berbagai masalah, tekanan, dan tantangan dalam hidupnya. Hal ini dapat berhubungan dengan kesulitan ekonomi, di mana kendala ekonomi dapat menghambat individu dalam memenuhi kebutuhan dasarnya,

yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologisnya.

d) Latar Belakang Budaya

Perbedaan dalam budaya Barat dan Timur juga memberikan dampak yang berbeda. Dimensi yang lebih cenderung ke arah diri sendiri, seperti penerimaan diri dan kemandirian, lebih dominan dalam budaya Barat, sementara dimensi yang lebih berfokus pada hubungan dengan orang lain, seperti hubungan positif dengan orang lain, lebih menonjol dalam budaya Timur.

Beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor dari kesejahteraan psikologis diantara yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan, serta latar belakang budaya.

4. Pengukuran Kesejahteraan Psikologis

Untuk mengukur kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, kita bisa menggunakan berbagai instrumen yang telah diakui dan divalidasi dalam literatur psikologi. Skala yang digunakan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini menggunakan skala yang diadaptasi Setyawati (2019). Skala kesejahteraan psikologis ini terdiri dari 18 aitem yang mengacu pada aspek yang diungkapkan oleh Ryff & Keyes (1995) yaitu:

a) Penerimaan diri

Pengukuran dalam aspek ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana seseorang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, menerima berbagai aspek dari diri sendiri termasuk kekuatan dan kelemahan, dan merasa puas dengan dirinya.

b) Hubungan positif dengan orang lain

Dalam pengukuran aspek ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana seseorang memiliki hubungan yang hangat,

memuaskan, dan saling percaya dengan orang lain, serta kemampuan untuk merawat orang lain.

c) Kemandirian

Pengukuran pada aspek ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana seseorang merasa mampu mengendalikan perilaku dan aktivitasnya sendiri, merasa independen, dan tidak terlalu dipengaruhi oleh tekanan sosial.

d) Penguasaan lingkungan

Tujuan dari pengukuran pada aspek ini yaitu untuk mengukur sejauh mana seseorang merasa mampu mengelola tanggung jawab sehari-hari, merasa mampu menciptakan konteks hidup yang nyaman, dan mampu memanfaatkan peluang di lingkungannya.

e) Arti dalam hidup

Tujuan dari pengukuran aspek ini untuk mengukur sejauh mana seseorang memiliki tujuan dan arah dalam hidupnya, merasa hidupnya memiliki makna dan tujuan, dan memiliki keyakinan bahwa masa depan penuh dengan harapan

f) Pertumbuhan pribadi

Tujuan dari pengukuran aspek ini untuk mengukur sejauh mana seseorang merasa dirinya terus berkembang, memiliki rasa terbuka terhadap pengalaman baru, dan melihat dirinya sebagai seseorang yang terus berkembang dan belajar.

C. Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kesejahteraan Psikologis

Mahasiswa akhir yang dalam masa penyusunan skripsi pastinya memiliki keinginan untuk memiliki kesejahteraan psikologis yang baik agar mereka dapat mengerjakan skripsi dengan lancar tanpa adanya keluhan dan tantangan dari diri mereka sendiri. Dari hasil wawancara dan observasi adanya beberapa mahasiswa ditempat peneliti memiliki permasalahan yang disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu

stres, bingung, takut akan masa depannya, kecewa pada dirinya sendiri, emosi yang tidak terkendali, dan memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan temannya akhir-akhir ini.

Ryff (1989, hal. 13) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari individu yang mampu menerima kekurangan dan kelebihan dirinya. Individu tersebut juga mampu menjadi mandiri, membina hubungan yang positif dengan orang lain, menguasai lingkungannya dengan kemampuan memodifikasinya, memiliki tujuan hidup, dan terus mengembangkan dirinya. Dalam hal ini diketahui bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain dan memodifikasi lingkungan menurut keinginan mereka untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengatur, dan juga mengelola mereka sendiri dengan orang lain (Goleman, 1996, hal. 104). Goleman (1995) juga menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengelola dan juga mengungkapkan emosi dengan sehat. Kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam mencapai kesuksesan dan kesejahteraan dalam kehidupan. Teori ini masuk dalam bidang pendidikan, pekerjaan, hubungan antar orang lain, dan juga kesejahteraan psikologis individu.

Kecerdasan emosional, seperti yang dijelaskan oleh McPheat (dalam Mubdi dan Indrawati, 2017), mencakup sejumlah kompetensi individu yang melibatkan kesadaran diri, pemahaman, dan pengendalian emosi, kemampuan mengenali serta memahami emosi orang lain, serta pemanfaatan pengetahuan ini untuk mencapai kesuksesan pribadi dan kolektif. Mayer & Salovey (dalam Nasril & Ulfatmi, 2018) mengidentifikasi beberapa aspek kecerdasan emosi, termasuk persepsi emosi, integrasi emosi, pemahaman emosi, dan manajemen emosi. Keempat aspek ini sangat penting bagi mahasiswa dalam mencapai kesejahteraan psikologis.

Hubungan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis sangat erat dan saling memengaruhi. Dari konteks teori yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat melihat bagaimana kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis berhubungan. Pengenalan emosi dan penerimaan diri merupakan kemampuan untuk mengenali emosi, baik emosi diri sendiri maupun orang lain, adalah salah satu aspek kecerdasan emosional. Ketika seseorang dapat mengenali dan memahami emosinya dengan baik, ini dapat memengaruhi aspek mengenali emosi diri. Kemudian individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih sadar akan perasaan mereka sendiri, termasuk kelebihan dan kekurangan mereka. Ini dapat membantu mereka menerima diri mereka sendiri dengan baik dan memiliki sikap yang positif terhadap diri mereka sendiri. Hal ini didukung oleh Goleman (1995, hal. 127) bahwasannya orang yang memiliki kesadaran diri yang tinggi lebih mampu menerima diri mereka sendiri dengan segala kekuatan dan kelemahan mereka.

Mengenali emosi diri dan kemandirian merupakan dua aspek penting dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Mengelola emosi diri adalah kemampuan untuk mengatur emosi dan impuls, serta bertindak dengan pertimbangan yang matang (Goleman, 2009, hal. 102). Individu yang mampu mengelola emosi dengan efektif cenderung memiliki kemandirian yang lebih tinggi, karena mereka dapat mengatur diri sendiri tanpa bergantung pada orang lain (Gross, 1998, hal. 229). Teori regulasi emosi Gross (1998) menekankan bahwa kemampuan ini meningkatkan Dengan demikian, pengendalian diri bukan hanya berdampak pada kestabilan emosi individu tetapi juga berkontribusi pada pengembangan kemandirian yang fundamental untuk kesejahteraan psikologis yang optimal.

Mengenali emosi orang lain dengan hubungan positif orang lain memiliki hubungan. Mengenali emosi orang lain yaitu kemampuan untuk memahami dan merasakan emosi orang lain (Goleman, 2009, hal. 146).

Sedangkan hubungan positif dengan orang lain yaitu memiliki hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dengan orang lain. Hubungan antar kedua aspek ini yaitu mengenali emosi orang lain yang tinggi memungkinkan individu untuk membangun hubungan yang positif dengan orang lain, karena mampu merespon kebutuhan emosional orang lain. Hal ini didukung oleh teori empati Hoffman (2000). Empati adalah kunci untuk membangun hubungan sosial yang sehat dan memuaskan, yang merupakan aspek penting dari kesejahteraan psikologis (Hoffman, 2000, hal. 198)

Memotivasi diri sendiri dan arti dalam hidup, kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan memiliki motivasi yang positif. Individu yang dapat mengatur emosi mereka untuk mencapai tujuan positif cenderung merasa bahwa hidup mereka memiliki arti dan tujuan yang jelas. Motivasi diri yang kuat dapat memandu individu dalam mencapai tujuan hidup mereka dan merasa puas dengan pencapaian mereka. Teori yang mendukung hubungan antara memotivasi diri sendiri, arti dalam hidup, dan kecerdasan emosional dapat ditemukan dalam teori self-determination dari Deci & Ryan (2000). Teori ini menyoroti pentingnya motivasi diri, yaitu dorongan internal untuk mencapai tujuan dan meningkatkan diri tanpa adanya hadiah atau tekanan eksternal yang besar. Motivasi diri merupakan dorongan untuk berperilaku dengan cara yang menunjukkan eksplorasi dan integrasi pribadi serta menyediakan perasaan kompetensi dan otonomi (Deci & Ryan, 2000, hal. 258).

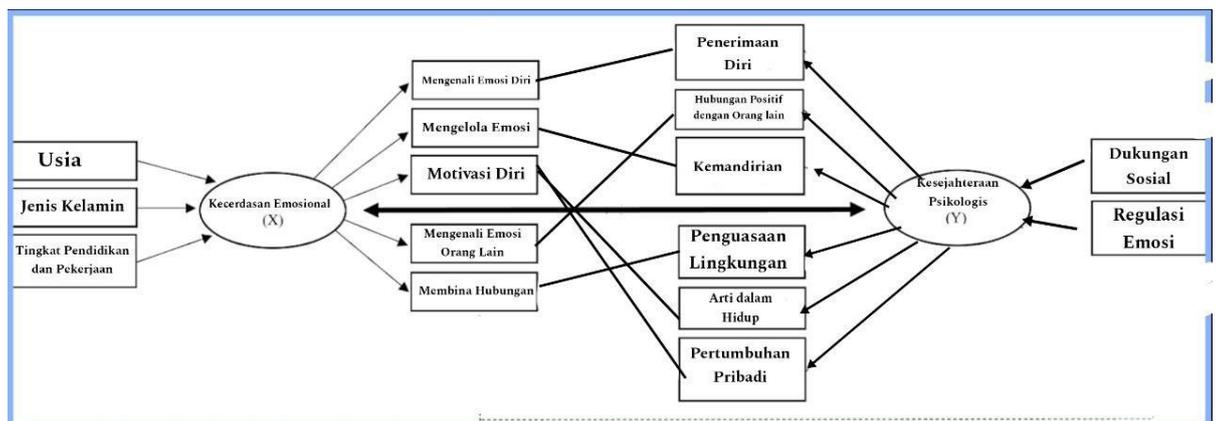
Membina hubungan dan penguasaan lingkungan saling terkait dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Membina hubungan melibatkan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif dan harmonis, sementara penguasaan lingkungan mencakup kemampuan untuk mengelola dan mengatur lingkungan hidup agar sesuai dengan kebutuhan pribadi. Membina hubungan merupakan komponen integral dari kecerdasan emosional yang membantu individu berfungsi

dengan efektif dalam konteks sosial mereka (Goleman, 1995, hal. 304). Kemampuan ini tidak hanya memungkinkan individu untuk membentuk hubungan yang sehat dan mendukung dengan orang lain, tetapi juga untuk menciptakan lingkungan yang memfasilitasi pencapaian tujuan pribadi dan kepuasan hidup. Dengan menguasai keterampilan sosial, individu dapat lebih baik dalam mengelola interaksi sosial mereka, yang pada gilirannya meningkatkan kemampuan mereka untuk mempengaruhi dan mengontrol lingkungan sekitar untuk mendukung kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, kecerdasan emosional dapat memberikan alat yang diperlukan untuk mengelola emosi dengan baik, berinteraksi dengan orang lain dengan positif, memotivasi diri sendiri untuk mencapai tujuan, dan merasa bahwa hidup memiliki arti. Semua faktor ini berkontribusi pada kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, seperti yang dijelaskan oleh teori kesejahteraan psikologis Ryff & Keyes (1995). Dengan kata lain, kecerdasan emosional dapat membantu individu mencapai tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dengan memengaruhi cara mereka berpikir, merasa, dan berhubungan dengan dunia sekitarnya.

D. Kerangka Konseptual

Berikut kerangka konseptual dari penelitian ini :



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

E. Hipotesis

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir fakultas psikologi dalam penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang menurut Yusuf (2014) disebut metode kuantitatif karena menggunakan instrumen yang valid dan reliabel serta analisis statistik. Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Penelitian ini direncanakan dengan menggunakan desain korelasional, sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian. Menurut Azwar (2007), penelitian korelasional bertujuan untuk menginvestigasi sejauh mana perubahan dalam satu variabel terkait dengan perubahan dalam satu atau lebih variabel lainnya, dengan menggunakan koefisien korelasi sebagai dasarnya. Menurut Fraenkel & Wallen (dalam Fridani dkk, 2015) metode korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan terhadap dua variabel atau lebih, karena dalam penelitian menggunakan data maka pada penelitian korelasional tidak ada manipulasi variabel. Dengan desain korelasional, peneliti akan mengevaluasi sejauh mana hubungan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir fakultas psikologi selama proses penyusunan skripsi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sebelum menguji hipotesis penelitian, langkah awal adalah mengidentifikasi variabel-variabel yang akan menjadi fokus penelitian. Variabel merujuk pada segala hal yang akan diamati dalam penelitian. Dalam penelitian ini, variabel yang akan dianalisis terdiri dari:

1. Variabel X : Kecerdasan Emosional
2. Variabel Y : Kesejahteraan Psikologis

C. Definisi Operasional

1. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan yang berfungsi untuk merasakan juga mengutarakan emosi, memadukan emosi dalam

kemampuan untuk berpikirnya, serta untuk memahami dalam menjalin hubungan anatar emosi yang ada di dalam diri sendiri dan emosi yang dirasakan oleh orang lain. Kemudian kecerdasan emosional juga merupakan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengatur, dan juga mengelola mereka sendiri dengan orang lain. Kecerdasan emosional dalam penelitian ini akan mengukur kecerdasan emosional sesuai dengan yang diungkapkan oleh Goleman. Nilai skor pada skala ini akan digunakan sebagai indikator kecerdasan emosional, dengan skor yang lebih tinggi mengindikasikan tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi.

2. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah hasil dari pencapaian penuh yang dimiliki oleh individu. Ini mencakup kemampuan individu untuk menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, menjadi mandiri, membina hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemampuan untuk menguasai lingkungan sekitarnya dengan cara mengubahnya agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, dan terus mengembangkan diri.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan jumlah berupa subjek atau objek yang diteliti yang memiliki kualitas dan karakteristik untuk dipelajari dan diambil kesimpulan (Sugiyono, 2016). Kemudian dari populasi akan dipilih sampel yang akan menjadi subjek penelitian. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan yaitu mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan kriteria mahasiswa akhir fakultas psikologi yang dalam masa penyusunan skripsi. Adapun jumlah mahasiswa akhir fakultas psikologi yang masuk dalam kriteria penelitian yaitu 280 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi terpilih dan mewakili populasi (Sugiyono, 2016). Penelitian ini menggunakan teknik sampling

jenuh, dikarenakan semua anggota populasi yang diambil sebagai sampel merupakan masuk dalam kriteria penelitian, yaitu merupakan mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam masa penyusunan skripsi. Menurut Sugiyono (2013) Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil, atau populasi yang relatif kecil. Sensus yang melibatkan seluruh populasi adalah istilah lain untuk sampel jenuh. Maka dari itu untuk sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan seluruh mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam penyusunan skripsi yaitu berjumlah 280 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian ini menggunakan teknik dalam pengumpulan data selama proses penelitian. Instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah :

1. Alat Ukur

a) Skala Kecerdasan Emosional

Skala dalam penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari 2 aitem pertanyaan yaitu *Favorable* dan *Unfavorable*. Skala likert yang digunakan dalam penelitian ini memiliki 4 opsi jawaban yang dimana opsi tersebut memiliki nilai bobot untuk setiap aitem *Favorable* dan *Unfavorable*. Berikut 4 opsi jawaban beserta nilai bobotnya :

Tabel 3.1 *Skor Skala Favourable dan Skala Unfavourable*

Opsi Jawaban	Keterangan	Nilai Bobot	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4
TS	Tidak Setuju	2	3
S	Setuju	3	2
SS	Sangat Setuju	4	1

Peneliti menggunakan skala kecerdasan emosional yang diadaptasi dari pada penelitian yang dilakukan oleh Hermasanti (2009). Skala kecerdasan emosional ini mengacu pada aspek-aspek yang diungkapkan oleh Goleman (2009) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Tujuan dari pengukuran skala ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kecerdasan emosi yang dimiliki oleh responden.

Tabel 3.2 *Blueprint Skala Kecerdasan Emosional*

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengenali Emosi Diri	1, 15, 21	6, 16, 27, 37	7
2.	Mengelola Emosi	2, 14, 25, 32, 31, 38	7, 18, 30	9
3.	Motivasi Diri Sendiri	3, 13, 22, 29	8, 20, 24	7
4.	Mengenali Emosi Orang Lain	4, 12, 26, 34	9, 19, 28	7
5.	Membina Hubungan	5, 11, 23, 33, 35, 36	10, 17	8
Total				38

b) Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala dalam penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari 2 aitem pertanyaan yaitu *Favorable* dan *Unfavorable*. Skala likert yang digunakan dalam penelitian ini memiliki 4 opsi jawaban yang dimana opsi tersebut memiliki nilai bobot untuk setiap aitem *Favorable* dan *Unfavorable*. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan skala yang diadaptasi Setyawati (2019). Skala kesejahteraan psikologis ini mengacu pada aspek yang diungkapkan oleh Ryff & Keyes (1995) yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, arti dalam hidup, dan pertumbuhan pribadi. Tujuan

dari pengukuran skala ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kesejahteraan psikologis pada responden.

Tabel 3.3 *Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis*

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penerimaan Diri	1,7	13	3
2.	Hubungan Positif Orang Lain	2	8, 14	3
3.	Kemandirian	3, 9	15	3
4.	Penguasaan Lingkungan	4, 10	16	3
5.	Arti dalam Hidup	5	11, 17	3
6.	Pertumbuhan Pribadi	6, 12	18	3
Total				18

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan penilaian terhadap ketepatan suatu tes dalam menjalankan fungsinya sebagai alat ukur. Istilah "validitas" berasal dari kata "*validity*," yang merujuk pada tingkat akurasi suatu tes atau skala dalam melaksanakan fungsi pengukuran (Azwar, 2007, hal. 105). Sebuah tes dianggap memiliki validitas yang tinggi jika mampu melakukan fungsi pengukuran dengan akurat dan menghasilkan hasil pengukuran sesuai dengan tujuan pengukuran tersebut (Azwar, 2007, hal. 105). Untuk menilai validitas suatu alat ukur, dapat digunakan korelasi antara skor aitem. Penentuan aitem yang akan diukur dalam penelitian dapat dilakukan dengan menghitung korelasi antara skor pada aitem tersebut dengan total skor yang diperoleh.

Uji validitas merujuk pada evaluasi seberapa akurat alat ukur yang digunakan untuk mengukur suatu variabel. Validitas kuesioner diuji untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuesioner dan kuesioner akan dinyatakan valid apabila kuesioner tersebut dapat mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut, begitupun sebaliknya.

Penelitian ini menggunakan uji validitas dengan konstruk *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Dalam uji validitas dengan konstruk CFA, nilai faktor loading yang tinggi merupakan indikasi yang positif terhadap validitas konstruk.

Uji validitas mengacu pada penilaian seberapa tepat alat ukur dalam mengukur suatu variabel. Validitas skala diuji untuk mengetahui apakah aitem dari skala tersebut valid atau tidak, di mana aitem dari skala dianggap valid jika memiliki kriteria kevalidan. Sebaliknya, jika aitem dari skala tidak memiliki kriteria tersebut, maka dianggap tidak valid. Dalam penelitian ini, validitas diuji menggunakan metode *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Pada uji validitas dengan metode CFA, kriteria dikatakan aitem dari skala yang diujikan valid apabila nilai p-value pada *factor loading* <0,05. Sebaliknya jika nilai p-value pada *factor loading* >0,05 maka dikatakan tidak valid.

a. Skala Kecerdasan Emosional

Berdasarkan hasil uji skala kecerdasan emosional yang telah disebarkan kepada 280 partisipan dengan jumlah 38 aitem, tidak terdapat aitem yang gugur dalam uji validitas ini. Adapun rincian uji validitas skala kesejahteraan psikologis adalah sebagai berikut :

Tabel 3.4 Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional

Item	p	Factor Loadings	Keterangan
1	0.016	1.048	Valid
2	< .001	0.712	Valid
3	< .001	0.556	Valid
4	< .001	0.718	Valid
5	< .001	0.542	Valid
6	< .001	0.611	Valid
7	< .001	0.675	Valid
8	< .001	0.684	Valid
9	< .001	0.600	Valid
10	< .001	0.720	Valid
11	< .001	0.761	Valid
12	< .001	0.598	Valid
13	< .001	0.698	Valid

14	< .001	0.779	Valid
15	< .001	0.770	Valid
16	< .001	0.742	Valid
17	< .001	0.831	Valid
18	< .001	-0.838	Tidak Valid
19	< .001	0.771	Valid
20	< .001	-0.743	Tidak Valid
21	< .001	0.336	Valid
22	< .001	-0.495	Tidak Valid
23	< .001	-0.579	Tidak Valid
24	< .001	0.739	Valid
25	< .001	-0.713	Tidak Valid
26	< .001	-0.731	Tidak Valid
27	< .001	-0.743	Tidak Valid
28	< .001	-0.683	Tidak Valid
29	< .001	-0.749	Tidak Valid
30	< .001	-0.820	Tidak Valid
31	0.014	0.157	Valid
32	< .001	0.638	Valid
33	< .001	0.580	Valid
34	< .001	0.728	Valid
35	< .001	0.632	Valid
36	< .001	0.593	Valid
37	< .001	0.801	Valid
38	< .001	-0.644	Tidak Valid

Berdasarkan tabel 3.4, terdapat 11 aitem yang gugur dalam uji validitas ini, yaitu pada aitem 18 dengan nilai *factor loading* -0,838, aitem 20 nilai *factor loading* -0,743, aitem 22 nilai *factor loading* -0,495, aitem 23 nilai *factor loading* -0,579, aitem 25 nilai *factor loading* -0,713, aitem 26 nilai *factor loading* -0,731, aitem 27 nilai *factor loading* -0,743, aitem 28 nilai *factor loading* -0,683, aitem 29 nilai *factor loading* -0,749, aitem 30 nilai *factor loading* -0,820, dan aitem 38 nilai *factor loading* -0,644. Menurut Hair dalam (Iskandar (2017) semua aitem dikatakan valid, apabila p-value dari semua aitem tersebut memiliki nilai p-value <0,05, dan nilai *factor loading* >0,30. Dengan demikian 11 aitem tersebut

dikatakan tidak valid dikarenakan memiliki nilai *factor loading* <0,30 dan memiliki p-value >0,05.

b. Skala Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan hasil uji skala kesejahteraan psikologis yang telah disebarkan kepada 280 partisipan dengan jumlah 18 aitem, tidak terdapat aitem yang gugur dalam uji validitas ini. Adapun rincian uji validitas skala kesejahteraan psikologis adalah sebagai berikut

Tabel 3.5 Uji Validitas Skala Kesejahteraan Psikologis

Item	p	Factor Loadings	Keterangan
1	< .001	0.653	Valid
2	< .001	0.750	Valid
3	< .001	0.751	Valid
4	< .001	0.630	Valid
5	< .001	0.408	Valid
6	< .001	0.581	Valid
7	< .001	0.651	Valid
8	< .001	0.405	Valid
9	< .001	-0.214	Tidak Valid
10	< .001	0.331	Valid
11	< .001	0.450	Valid
12	< .001	-0.517	Tidak Valid
13	< .001	-0.525	Tidak Valid
14	< .001	-0.365	Tidak Valid
15	< .001	-0.318	Tidak Valid
16	< .001	0.468	Valid
17	< .001	0.793	Valid
18	< .001	0.513	Valid

Berdasarkan tabel 3.5, terdapat lima aitem yang gugur dalam uji validitas ini yaitu pada aitem 9, 12, 13, 14, dan 15. Pada aitem

tersebut memiliki nilai *factor loading* -0,214, -0,517, -0,525, -0,365, -0,318. Menurut Hair dalam (Iskandar (2017) semua aitem dikatakan valid, apabila p-value dari semua aitem tersebut memiliki nilai p-value <0,05, dan nilai *factor loading* >0,30. Dengan demikian lima aitem tersebut dikatakan tidak valid dikarenakan memiliki nilai *factor loading* <0,30.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu alat pengukuran untuk mengukur kuesioner yang merupakan indikator dari variabel tertentu (Ghozali, 2018, hal. 110). Suatu kuesioner dianggap reliabel atau handal apabila jawaban yang diberikan oleh seseorang terhadap pernyataan tersebut bersifat konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Reliabilitas dari sebuah tes mencerminkan tingkat kestabilan, konsistensi, daya prediksi, dan akurasi. Pengukuran dikatakan memiliki reliabilitas yang tinggi ketika mampu menghasilkan data yang konsisten.

Dalam konteks penelitian, reliabilitas mengacu pada sejauh mana suatu tes tetap konsisten ketika diaplikasikan berulang-ulang pada subjek yang sama dan dalam kondisi yang sama. Suatu penelitian dianggap dapat diandalkan jika memberikan hasil yang konsisten untuk pengukuran yang serupa, dan sebaliknya, dianggap tidak dapat diandalkan jika pengukuran berulang menghasilkan hasil yang bervariasi.

Secara umum, rumus *alpha* digunakan untuk mengukur reliabilitas instrumen dengan rentang nilai antara 0 hingga 1. Semakin mendekati angka 1, semakin tinggi pula tingkat reliabilitasnya dan sebaliknya, semakin rendah koefisien reliabilitas, semakin rendah tingkat reliabilitasnya. Untuk melihat hasil uji reliabilitas dari skala kecerdasan emosional, dan skala kesejahteraan psikologis, dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

a) Skala Kecerdasan Emosional

Tabel 3.6 Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

Reliability	Coefficient ω Coefficient α	
Factor 1	1.035	0.948
Factor 2	1.279	0.089
Factor 3	0.848	0.770
total	0.936	0.914

Berdasarkan tabel di atas memiliki total *coefficient alpha* 0,914. Dikatakan reliabel apabila total *coefficient alpha* > 0,75 dan mendekati angka 1 (Iskandar, 2017). Pada data menunjukkan variabel kesejahteraan psikologis memiliki total *coefficient alpha* 0,914, maka variabel tersebut dapat dikatakan reliabel.

b) Skala Kesejahteraan Psikologis

Tabel 3.7 Uji Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis

Reliability	Coefficient ω Coefficient α	
Factor 1	0.790	0.803
Factor 2	0.494	0.531
Factor 3	0.715	0.750
total	0.791	0.833

Berdasarkan tabel di atas memiliki total *coefficient alpha* 0,833. Dikatakan reliabel apabila total *coefficient alpha* > 0,75 dan mendekati angka 1 (Iskandar, 2017). Pada data menunjukkan variabel kesejahteraan psikologis memiliki total *coefficient alpha* 0,833, maka variabel tersebut dapat dikatakan reliabel.

G. Teknik Analisis Data

Pengolahan data dilakukan setelah semua data dari responden atau sumber lain terkumpul. Proses ini melibatkan pengorganisasian dan pengaturan data secara sistematis yang diperoleh dari angket, kuesioner, atau sumber lainnya, sehingga data lebih mudah dipahami dan hasilnya dapat disajikan dengan jelas

(Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini, analisis data bertujuan untuk menjawab hipotesis-hipotesis penelitian. Untuk menjawab hipotesis-hipotesis penelitian ini menerapkan korelasi pearson.

Dalam pelaksanaannya, setiap aitem dievaluasi untuk menghitung skor faktornya. Pendekatan ini dilakukan untuk menghindari estimasi yang bias akibat kesalahan dalam pengukuran. Karena alasan ini, perhitungan faktor skor hanya mencakup aitem-aitem asli dan bukan seluruh aitem dalam variabel. Setelah skor faktor diperoleh, peneliti mengubahnya menjadi Tskor untuk menghindari hasil yang negatif, sehingga hasilnya lebih mudah dipahami dan diinterpretasikan. Rumus untuk menghitung Tskor menurut Umar dalam (Inayah, L (2015)) adalah sebagai :

$$T_{\text{skor}} = (\text{faktor skor} \times 10) + 50$$

Setelah Tskor diperoleh, nilai standar ini digunakan sebagai data dalam uji penelitian. Tolak ukur yang digunakan untuk nilai p adalah $< 0,05$. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *software* tertentu.

1. Analisis Deskriptif

Analisis data, yang juga dikenal sebagai statistik deskriptif, adalah metode analisis data yang digunakan untuk menggambarkan atau merangkum data yang telah dikumpulkan (Sugiyono, 2013). Data yang dihasilkan dapat memberikan pandangan yang jelas tentang karakteristik data, termasuk pemusatan, variasi, pola, dan hubungan antarvariabel. Dalam penelitian ini, variabel-variabel yang dianalisis meliputi variabel X (kecerdasan emosional) dan variabel Y (kesejahteraan psikologis). Skor dalam penelitian ini dihitung secara hipotetik, yang mencakup skor minimum, skor maksimum, rata-rata (*mean*), dan deviasi standar dari setiap variabel. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *software*. Untuk mengetahui tingkat deskriptif yang tinggi, sedang, dan rendah pada setiap variabel, perhitungannya didasarkan pada skor hipotetik.

2. Uji Asumsi

Uji asumsi bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel kecerdasan emosional, dan variabel kesejahteraan psikologis. Uji ini memberikan informasi mengenai distribusi variabel-variabel yang digunakan, membantu dalam pengujian hipotesis. Uji asumsi penting untuk memastikan kelayakan penggunaan model dalam penelitian. Tujuan utama dari uji ini adalah untuk memastikan bahwa data yang diperoleh memiliki distribusi normal. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *software* tertentu. Untuk memastikan bahwa model yang digunakan sesuai, beberapa asumsi perlu diuji, termasuk uji normalitas dan uji linearitas.

a) Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2018, hal. 161) uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel independen maupun dependen mempunyai distribusi yang normal atau tidak. Adapun kriteria uji normalitas menurut Masrukhin (dalam Al Taimima, 2017) ini yaitu:

- 1) Jika nilai signifikansi skewness ± 1 maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut mengikuti distribusi normal.
- 2) Jika nilai signifikansi kurtosis ± 3 , maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut mengikuti distribusi normal.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas dapat digunakan untuk menentukan hubungan linear antara variabel terikat dan variabel bebas uji (Sugiyono & Susanto, 2015). Menurut Ghozali (2016) hubungan antara kedua variabel tersebut dapat dianggap linear jika nilai signifikansi pada linieritas $< 0,05$, tetapi jika nilai signifikansi pada linieritas $> 0,05$, maka hubungan tersebut dianggap tidak linear.

3. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi yang diperlukan telah terpenuhi, langkah berikutnya adalah melakukan pengujian hipotesis dalam penelitian.

Uji hipotesis yang diterapkan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *product momen*, yaitu sebuah analisis yang dimanfaatkan untuk mengevaluasi tingkat keterkaitan linear antara dua variabel yang didistribusikan secara normal (Priyatno Duwi, 2014). Adapun kriteria untuk uji korelasi pearson menurut Ambiyar, dkk (2020) yaitu semakin dekat nilai *Pearson's r* dengan 1 atau -1 semakin kuat hubungan linier antara X dan Y. Nilai *Pearson's r* yang positif menunjukkan adanya hubungan linier positif antara X dan Y. Dan nilai *Pearson's r* yang negatif menunjukkan adanya hubungan linier negatif antara X dan Y.

Untuk mengetahui tinggi dan rendahnya korelasi antara variabel X dan variabel Y, maka dapat dilihat pada tabel interpretasi nilai *Pearson's r* menurut Sugiyono (dalam Nuryani (2014)).

Tabel 3.8 *Interpretasi Koefisien Korelasi*

Interva Koefisien	Tingkat Korelasi
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Setting Penelitian

1. Sejarah Singkat Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, atau lebih dikenal sebagai UIN Malang, didirikan pada tanggal 21 Juni 2004 berdasarkan Surat Keputusan Presiden No. 50. Namun, sejarah panjang kampus ini sudah dimulai sejak jauh sebelum tahun 2004. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dulunya merupakan sebuah fakultas di bawah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta. Berdirinya universitas ini berawal dari gagasan para tokoh Jawa Timur untuk mendirikan lembaga pendidikan tinggi Islam di bawah Departemen Agama. Maka, dibentuklah Panitia Pendirian IAIN Cabang Surabaya melalui Surat Keputusan Menteri Agama No. 17 Tahun 1961 yang bertugas untuk mendirikan Fakultas Syariah yang bertempat di Surabaya dan Fakultas Tarbiyah yang ada di Malang. Menteri Agama meresmikan kedua fakultas ini secara bersamaan pada 28 Oktober 1961. Kemudian, didirikan juga Fakultas Ushuluddin yang berlokasi di Malang.

Nama UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diambil dari nama salah seorang Walisongo yang dikenal sebagai Sunan Gresik, penyebar agama Islam di Jawa. Kampus ini memiliki visi, misi, dan tujuan yang telah diperbarui pada tahun 2020, dengan visi "Terwujudnya pendidikan tinggi integratif dalam memadukan sains dan Islam yang bereputasi internasional". Misi UIN Malang adalah mencetak sarjana yang berkarakter Ulul Albab, menghasilkan sains, teknologi, seni yang relevan dan budaya saing tinggi, serta memberikan akses pendidikan tinggi keagamaan yang lebih luas kepada masyarakat.

2. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mulai dibuka pada tahun 1997/1998 dan berstatus sebagai jurusan ketika UIN Maulana Malik Ibrahim Malang masih berstatus sebagai Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang. Pembukaan program studi tersebut berdasarkan Surat Keputusan (SK) Dirjen Bimbaga Islam, No. E/107/98 tentang Penyelenggaraan Jurusan Tarbiyah di STAIN Malang, Program Studi Psikologi bersama sembilan program studi yang lain[3]. Surat Keputusan tersebut diperkuat dengan terbitnya SK Dirjen Binbaga Islam, No. E/138/1999 Tanggal 18 Juni 1999 tentang Penyelenggaraan Jurusan Psikologi dan Jurusan Tarbiyah Program Studi Tadris IPS E/ 212/2001, ditambah dengan Surat Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional, No. 2846/D/T/2001, Tgl. 25 Juli 2001 tentang Wider Mandate.

Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki visi untuk menjadi lembaga pendidikan yang secara umum dan secara akademik berada di bawah pengawasan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi. Tujuannya adalah untuk mencetak sarjana Muslim yang mempunyai keluasaan wawasan ilmu psikologi yang dikembangkan berdasarkan.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan secara online dengan menggunakan media *google forms* pada hari Senin, 18 Maret 2024. Penggunaan platform online ini memungkinkan peneliti untuk menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang aktif dalam penyusunan skripsi tanpa terbatas oleh lokasi fisik. Sebelum pelaksanaan penelitian, kuesioner telah diuji coba kepada 280 responden untuk memastikan kejelasan dan validitas pertanyaan menggunakan uji validitas konstruk CFA. Dengan demikian, pengumpulan data dapat dilakukan secara efisien dan akurat.

Proses penyusunan skripsi di UIN Malang dapat memiliki dinamika yang berbeda dan dengan memilih pengumpulan data online, penelitian ini dapat merangkul keberagaman mahasiswa yang mungkin tersebar di berbagai tempat. Uji kuensioner sebelumnya bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan dapat menghasilkan data yang dapat diandalkan dan mengukur konsep dengan tepat. Dengan penelitian ini, diharapkan memberikan wawasan yang berharga tentang hubungan antara kecerdasan emosional, kesejahteraan psikologis, dan pengalaman mahasiswa akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam penyusunan skripsi.

Pembagian subjek didasarkan pada populasi yang sudah diambil pada penelitian ini. Ada beberapa kriteria dalam pengisian kuisioner penelitian antara lain:

- a. Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi
- b. Mahasiswa yang dalam masa penyusunan skripsi

Setelah hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi mengalami kekurangan aspek kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologi selama masa penyusunan skripsi. Dalam menanggapi hal ini, peneliti melakukan penyebaran skala menggunakan *google form* dan membagikan skala melalui *WhatsApp*. Penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 18 Maret hingga 18 April 2024. Jumlah responden total adalah 280 mahasiswa. Berikut adalah deskripsi responden penelitian :

Tabel 4.1 *Deskripsi Responden Berdasarkan Usia*

Usia (tahun)	Frekuensi	Persentase
20	3	1,1%
21	191	69,2%
22	10	3,6%
23	76	27,2%
Total	280	100%

Berdasarkan tabel 4.1, terdapat 3 responden yang memiliki usia 20 tahun dengan persentase 1,1%, usia 21 tahun terdapat 191 responden dengan persentase 69,2%, usia 22 tahun terdapat 10 responden dengan persentase 3,6%, usia 23 terdapat 76 responden dengan persentase 27,2%. Berdasarkan penjelasan di atas, diketahui responden yang paling mendominasi dalam penelitian ini adalah responden dengan usia 21 tahun.

Tabel 4.2 *Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	82	29,3%
Perempuan	198	70,7%
Total	280	100%

Berdasarkan tabel 4.2, diketahui terdapat 82 responden dengan jenis kelamin laki-laki dengan persentase sebesar 29,3%, sedangkan untuk responden jenis kelamin perempuan berjumlah 198 dengan persentase 70,7%. Berdasarkan hal tersebut, responden paling banyak terlibat dalam penelitian ini merupakan responden dengan jenis kelamin perempuan.

C. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

Berdasarkan hasil deskripsi data, informasi mengenai variabel kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis dapat ditemukan pada Tabel 4.3 berikut.

Tabel 4.3 *Deskripsi Data Penelitian*

Variabel	Data			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD
Kecerdasan Emosional	80,4	33,6	50	10
Kesejahteraan Psikologis	72	29,2	50	10

Berdasarkan analisis statistik dari data penelitian yang terdapat pada tabel 4.3, variabel kecerdasan emosional menunjukkan nilai maksimum 71,8, minimum 31, *mean* 50, dan standar deviasi 9,8. Dan pada variabel kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai maksimum 76,6, minimum 34,7, *mean* 50, dan standar deviasi 9,5. Deskripsi dari hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai batasan dalam mengkategorikan sampel penelitian ke dalam tiga kategori berbeda (rendah, sedang, dan tinggi) dengan menggunakan metode kategorisasi ordinal berjenjang. Berikut rumus pengkategorian pada kecerdasan emosional :

Tabel 4.4 *Kategorisasi*

Kategorisasi	Skor
Tinggi	$X > (M + 1SD)$
Sedang	$(M - 1SD) < X < (M + 1SD)$
Rendah	$X < (M - 1SD)$

Setelah daitemukan skor sesuai dengan norma maka dibuat menjadi tiga kelas dengan batas kelas masing-masing. Penjelasan secara terperinci pada masing-masing variabel dijelaskan sebagai berikut :

a) Kecerdasan Emosional

Berdasarkan rumus kategorisasi yang digunakan, maka didapat hasil kategorisasi kecerdasan emosional sebagai berikut :

Tabel 4.5 *Kategorisasi Kecerdasan Emosional*

Kategorisasi	Skor	Frekuensi	Presentase
Tinggi	$X > 60$	60	21,43%
Sedang	$40 X < 60$	161	57,5%
Rendah	$X < 40$	59	21,07%

Berdasarkan hasil kategorisasi kecerdasan emosional pada tabel 4.5, bahwasanya mahasiswa akhir dari Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan tugas skripsi menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang sedang. Sebanyak 60 mahasiswa (21,43%) berada dalam kategori tinggi, sementara 161 mahasiswa (57,5%) berada dalam kategori sedang, dan 59 mahasiswa (21,07%) berada dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tersebut memiliki tingkat kecerdasan emosional yang sedang saat sedang menghadapi tahap akhir pengerjaan tugas skripsi.

Peneliti melakukan kategorisasi berdasarkan gender. Berikut hasil kategorisasi gender pada kecerdasan emosional :

Tabel 4.6 *Kriteria Kategorisasi Skor Berdasarkan Gender*

Kategorisasi	Skor
Tinggi	$X > 60$
Sedang	$40 < X < 60$
Rendah	$X < 40$

Tabel 4.7 *Kategori Berdasarkan Gender Pada Kecerdasan Emosional*

Gender	Frekuensi	Skor Mean	Kategorisasi
Laki-Laki	82	50	Sedang
Perempuan	198	50	Sedang

Berdasarkan data pada tabel di atas terkait kategorisasi kecerdasan emosional berdasarkan gender, diperoleh hasil bahwa skor rata-rata pada laki-laki yaitu 50 dengan kategori sedang, dan pada perempuan dengan skor rata-rata 50 dengan kategori sedang.

Kemudian peneliti melakukan kategorisasi terhadap tiap aspek dalam variabel kecerdasan emosional. Berikut kriteria untuk melakukan kategorisasi tiap aspek variabel kecerdasan emosional :

Tabel 4.8 *Kriteria Kategorisasi Skor Berdasarkan Aspek-Aspek*

Kategorisasi	Skor
Tinggi	$X > 60$
Sedang	$40 < X < 60$
Rendah	$X < 40$

Tabel 4.9 *Kategori Peraspek Variabel Kecerdasan Emosional*

Aspek	Skor Mean	Kategorisasi
<i>Mengenal Emosi Diri</i>	50	Sedang
Mengelola Emosi	50	Sedang
Memotivasi Diri Sendiri	50	Sedang
Mengenal Emosi Orang Lain	144	Tinggi
Membina Hubungan	226	Tinggi

Berdasarkan data pada tabel di atas terkait kategorisasi peraspek variable Kecerdasan Emosional, diperoleh hasil bahwa aspek mengenali emosi diri memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, mengelola emosi memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, memotivasi diri sendiri memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, mengenali emosi orang lain memiliki skor rata-rata 144 dengan kategori tinggi, membina hubungan memiliki skor rata-rata 226 dengan kategori tinggi.

b) Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan rumus kategorisasi yang digunakan, maka didapat hasil kategorisasi kecerdasan emosional sebagai berikut :

Tabel 4.10 *Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis*

Kategorisasi	Skor	Frekuensi	Presentase
Tinggi	$X > 60$	47	16,79%
Sedang	$40 < X < 60$	174	62,14%
Rendah	$X < 40$	59	21,07%

Berdasarkan hasil kategorisasi kesejahteraan psikologis pada tabel 4.10, bahwasanya mahasiswa akhir dari Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan tugas skripsi menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang. Sebanyak 47 mahasiswa (16,79%) berada dalam kategori tinggi, sementara 174 mahasiswa (62,14%) berada dalam kategori sedang, dan 59 mahasiswa (21,07%) berada dalam kategori rendah.

Peneliti melakukan kategorisasi berdasarkan gender. Berikut hasil kategorisasi gender pada Kesejahteraan Psikologis :

Tabel 4.11 *Kriteria Kategorisasi Skor Berdasarkan Gender*

Kategorisasi	Skor
Tinggi	$X > 60$
Sedang	$40 < X < 60$
Rendah	$X < 40$

Tabel 4.12 *Kategori Berdasarkan Gender Pada Kesejahteraan Psikologis*

Gender	Frekuensi	Skor Mean	Kategorisasi
Laki-Laki	82	50	Sedang
Perempuan	198	50	Sedang

Berdasarkan data pada tabel di atas terkait kategorisasi kesejahteraan psikologis berdasarkan gender, diperoleh hasil bahwa skor rata-rata pada laki-laki yaitu 50 dengan kategori sedang, dan pada perempuan dengan skor rata-rata 50 dengan kategori sedang.

Kemudian peneliti melakukan uji kategorisasi terhadap tiap aspek dalam variable kecerdasan emosional. Berikut kriteria untuk melakukan kategorisasi tiap aspek variable kecerdasan emosional :

Tabel 4.13 *Kriteria Ktegorisasi Skor Berdasarkan Aspek-Aspek*

Kategorisasi	Skor
Tinggi	$X > 60$
Sedang	$40 < X < 60$
Rendah	$X < 40$

Tabel 4.14 *Kategori Peraspek Variabel Kesejahteraan Psikologis*

Aspek	Skor Mean	Kategorisasi
Penerimaan Diri	50	Sedang
Hubungan Positif dengan Orang lain	50	Sedang
Kemandirian	50	Sedang
Penguasaan Lingkungan	50	Sedang
Arti dalam Hidup	50	Sedang
Pertumbuhan Pribadi	50	Sedang

Berdasarkan data pada tabel di atas terkait kategorisasi peraspek variable kesejahteraan psikologis, diperoleh hasil bahwa aspek penerimaan diri memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, hubungan positif dengan orang lain memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, kemandirian memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, penguasaan lingkungan memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, arti dalam hidup memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, dan pertumbuhan pribadi memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang.

2. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan *Skewness*. Hasil uji normalitas sebaran data dari kedua variabel penelitian dapat dilihat pada tabel 4.15 dibawah ini.

Tabel 4.15 Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>Skewness</i>	<i>Kurtosis</i>
Kecerdasan Emosional	0,363	-0,799
Kesejahteraan Psikologis	-0,104	-0,740

Kategori normalitas signifikansi *Skewness* ± 1 , Berdasarkan data tabel 4.15 menunjukkan bahwa variabel kecerdasan emosional memiliki nilai *skewness* = 0,363 dan nilai *kurtosis* = -0,799 . Kemudian pada variabel kesejahteraan psikologis *skewness* = -0,104 dan nilai *kurtosis* = -0,799. Menurut Masrukhin (dalam Al Taimima, 2017) jika nilai signifikansi *Skewness* ± 1 maka berdistribusi normal, dan jika nilai signifikansi *Kurtosis* ± 3 , berdasarkan data tabel 4.15 menunjukkan bahwa variabel kecerdasan emosional berdistribusi normal *Kurtosis* = -0,799 dan variabel kesejahteraan psikologis berdistribusi normal *Kurtosis* = -0,740.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bersifat linear atau tidak. Menurut Ghozali (2016) hubungan dianggap linear jika nilai signifikansi linearitasnya kurang dari 0,05 ($< 0,05$).

Tabel 4.16 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Koefisien Linieritas (F)	Signifikansi (Sig.)/p
Kecerdasan Emosional *	1.584	0.011
Kesejahteraan Psikologis		

Berdasarkan uji linearitas yang telah dilakukan, hasil menunjukkan nilai signifikansi untuk kedua variabel yaitu kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis sebesar 0,011 atau $p < 0,05$. Nilai ini

menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis.

3. Uji Hipotesis

a) Korelasi Pearson

Setelah memenuhi persyaratan uji prasyarat, langkah berikutnya adalah melakukan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi Pearson. Hasil dari analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel 4.17 di bawah ini.

Tabel 4.17 Hasil Uji Korelasi Pearson

Variable	Pearson's r	P-value
Kesejahteraan Psikologis – Kecerdasan Emosional	0.627	<0.001

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai *Pearson's r* (koefisien korelasi) adalah 0,627, serta nilai p-value (signifikansi) <0.001. Menurut Ambiyar, Aziz, Delyana (2020) Semakin dekat nilai *Pearson's r* dengan 1 atau -1 semakin kuat hubungan linier antara X dan Y. Nilai *Pearson's r* yang positif menunjukkan adanya hubungan linier positif antara X dan Y, dalam arti semakin besar X maka semakin besar pula hubungan pada Y. Nilai *Pearson's r* yang negatif menunjukkan adanya hubungan linier negatif antara X dan Y, dalam arti semakin Kecil X maka semakin kecil juga hubungan pada Y.

Untuk mengetahui tinggi dan rendahnya korelasi antara variabel X dan variabel Y, maka dapat dilihat pada interpretasi nilai *Pearson's r* menurut Sugiyono (2009) dalam Evi Nuryani (2014) :

1. 0,00 – 0,199 = Tingkat korelasi sangat rendah
2. 0,20 – 0,399 = Tingkat korelasi rendah
3. 0,40 – 0,599 = Tingkat korelasi sedang
4. 0,60 – 0,799 = Tingkat korelasi kuat
5. 0,80 – 1,000 = Tingkat korelasi sangat kuat

Maka dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis memiliki korelasi yang kuat dan positif (koefisien 0,627), dan signifikan dengan nilai p-value ($<0,001$), yang artinya kemungkinan terjadi korelasi ini secara kebetulan sangat besar.

D. Pembahasan

1. Tingkat Kecerdasan Emosional pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi

Kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan berfungsi untuk merasakan juga mengutarakan emosi, memadukan emosi dalam kemampuan untuk berpikirnya, serta untuk memahami dalam menjalin hubungan anatar emosi yang ada di dalam diri sendiri dan emosi yang dirasakan oleh orang lain (McShane & Von Glinow, 2010, hal. 105). Berdasarkan data penelitian didapatkan dari mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam masa penyusunan skripsi yang berjumlah 280 responden, terdapat 60 mahasiswa tergolong tinggi dalam kecerdasan emosional, 161 mahasiswa tergolong sedang kecerdasan emosional, dan 59 mahasiswa tergolong rendah kecerdasan emosionalnya.

Peneliti menganalisis tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang peraspek-aspek nya. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwasannya pada aspek mengenali emosi pada mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang masa penyusunan skripsi tergolong sedang, pada aspek mengelola emosi tergolong sedang, pada aspek memotivasi diri sendiri tergolong sedang, pada aspek mengenali emosi orang lain tergolong sedang, dan pada aspek membina hubungan tergolong sedang. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dalam kecerdasan emosional pada mahasiwa akhir fakultas psikologi tergolong sedang.

Faktor yang menjadi hambatan bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor

internal meliputi motivasi yang rendah, kesulitan mengelola emosi, kurangnya pemahaman terhadap tugas akhir, dan keinginan untuk pindah peminatan karena tekanan pengerjaan tugas akhir (Walgito, 1993, hal. 57). Faktor eksternal termasuk materi tugas akhir yang sulit, proses pengajuan revisi yang memakan waktu lama, keterbatasan waktu, dan kendala yang disebabkan oleh dosen pembimbing. Selain itu, tawaran pekerjaan yang datang bersamaan dengan waktu pengerjaan tugas akhir juga merupakan kendala eksternal. Hal ini sering kali menyebabkan konflik internal pada mahasiswa, memicu emosi negatif, dan mengganggu kemampuan mereka untuk memprioritaskan tugas akhir.

Faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecerdasan emosi, yang tidak dilihat dalam penelitian ini, diantaranya adalah faktor dukungan sosial, status ekonomi sosial, jaringan sosial, dan religiusitas (Sari, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020) yang berjudul 'Hubungan *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosional dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA Negeri 2 Binjai' menyebutkan bahwa dukungan sosial, status ekonomi sosial, jaringan sosial, dan religiusitas juga berperan dalam mempengaruhi kecerdasan emosional individu.

2. Tingkat Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Ryff (1989, hal. 13) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari individu yang mampu menerima kekurangan dan kelebihan dirinya. Individu tersebut juga mampu menjadi mandiri, membina hubungan yang positif dengan orang lain, menguasai lingkungannya dengan kemampuan memodifikasinya, memiliki tujuan hidup, dan terus mengembangkan dirinya. Berdasarkan data penelitian didapatkan dari mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam masa penyusunan skripsi yang berjumlah 280 responden, terdapat 47 mahasiswa tergolong tinggi dalam kecerdasan emosional, 174 mahasiswa tergolong sedang kecerdasan emosional, dan 59 mahasiswa tergolong rendah kecerdasan emosionalnya.

Pada kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Malang yang tergolong sedang, terdapat kategorisasi peraspeknya. Dari hasil penelitan terkait kategorisasi aspek-aspek kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, bahwasannya pada aspek penerimaan diri pada mahasiswa akhir fakultas psikologi tergolong sedang, pada aspek hubungan positif dengan orang lain pada mahasiswa tergolong sedang, pada aspek kemandirian tergolong sedang, pada aspek penguasaan lingkungan tergolong sedang, pada aspek arti dalam hidup mahasiswa tergolong sedang, dan pada aspek pertumbuhan pribadi mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tergolong sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa pada setiap aspek-aspek kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tergolong sedang.

Tingkat kesejahteraan psikologis yang tergolong sedang dapat berarti bahwa individu menunjukkan keseimbangan dalam dimensi-dimensi tersebut. Namun, mereka mungkin masih menghadapi beberapa tantangan dalam mencapai tujuan jangka panjang atau mengalami perkembangan pribadi yang optimal. Dalam konteks ini, individu dapat terus berupaya meningkatkan kesejahteraan mereka melalui refleksi diri, pengembangan keterampilan coping, dan mencari dukungan dari lingkungan sosial mereka. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik tidak harus sempurna dalam semua dimensi ini, melainkan mampu mencapai keseimbangan dan pengelolaan yang baik dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Ini berarti bahwa seseorang dapat mengelola stres dan tantangan dengan cukup baik sambil terus berusaha untuk meningkatkan aspek-aspek tertentu dari kesejahteraan psikologis mereka (Ryff, 1989, hal. 1070).

Beberapa faktor utama pada kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir fakultas psikologi meliputi motivasi akademik, dukungan sosial, manajemen stres, dan kualitas hubungan dengan dosen pembimbing.

Motivasi akademik yang tinggi dapat membantu mahasiswa akhir untuk tetap fokus dan termotivasi dalam menyelesaikan tugas akhir mereka, yang berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Dukungan dari keluarga, teman, dan rekan sebaya juga memberikan mahasiswa akhir rasa dukungan emosional dan praktis yang sangat penting untuk kesejahteraan psikologis mereka (Goleman, 2009, hal. 245).

Selain itu, kemampuan mahasiswa akhir untuk mengelola stres yang terkait dengan tekanan akademik, tuntutan waktu, dan ekspektasi diri sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Hubungan yang positif dan suportif dengan dosen pembimbing juga dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik, sehingga meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Faktor lain yang penting adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan antara kehidupan akademik dan pribadi, yang esensial untuk menghindari kelelahan dan stres berlebih. Mahasiswa yang memiliki tujuan hidup yang jelas dan merasa bahwa tugas akhir mereka memiliki makna yang penting cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Pengalaman akademik dan non-akademik sebelumnya dapat mempengaruhi kesiapan mahasiswa dalam menghadapi tantangan tugas akhir dan bagaimana mereka mengelola stres dan tekanan. Selain itu, kesehatan fisik dan mental yang baik sangat penting untuk kesejahteraan psikologis, karena masalah kesehatan dapat menjadi hambatan signifikan dalam proses pengerjaan tugas akhir. Harapan dan persepsi mahasiswa terhadap masa depan mereka, termasuk peluang kerja dan karier setelah lulus, juga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan dan stres, serta kesejahteraan psikologis mereka. Menilai faktor-faktor ini dalam konteks penelitian tentang kesejahteraan psikologis mahasiswa akhir dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana berbagai aspek kehidupan mahasiswa mempengaruhi kesejahteraan mereka selama periode kritis dalam pendidikan mereka.

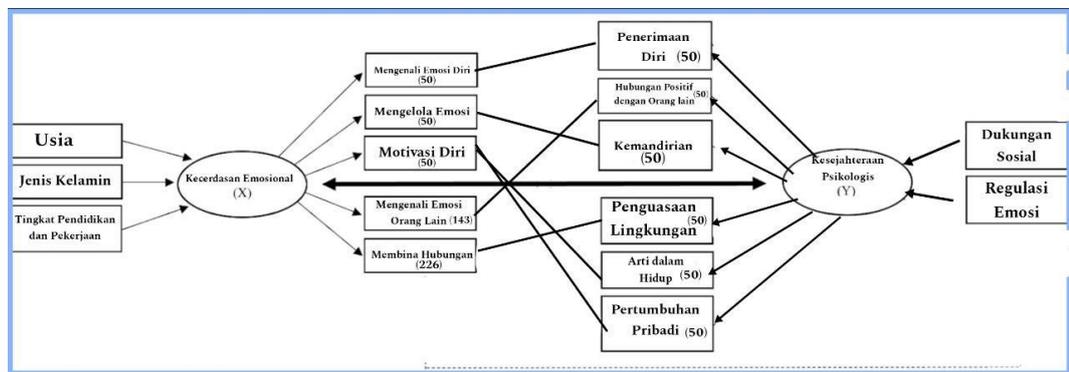
3. Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kesejahteraan Psikologis

Menurut teori Goleman (2009) yang telah dikembangkannya bahwasannya pada teori tersebut menyoroti pentingnya pemahaman, pengelolaan, dan pemanfaatan emosi dalam menjalani kehidupan yang sukses dan memuaskan secara psikologis. Goleman (2009) menekankan bahwa kecerdasan emosional dapat menjadi faktor yang lebih penting dalam menemukan keberhasilan dan kesejahteraan seseorang. Menurut Goleman (2009) kemampuan untuk mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi dengan bijaksana dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang, termasuk hubungan interpersonal, prestasi akademis, karier, kesehatan mental, dan kebahagiaan secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan bahwasannya terdapat hubungan kuat dan positif antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis, yang didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Abdul Aziz (2022) tentang hubungan kecerdasan emosional terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di universitas selama pandemi COVID-19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dengan kontribusi efektif sebesar 52,7%. Sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian tersebut.

Kemudian penelitian yang sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Hutapea (2011), yang menemukan adanya korelasi positif antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada orang lanjut usia yang menjadi anggota organisasi berbasis keagamaan di Jakarta. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi responden, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka miliki, dan sebaliknya, jika kecerdasan emosi responden rendah, maka kesejahteraan psikologis mereka juga cenderung rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi yang sedang pada mahasiswa akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam masa penyusunan skripsi menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki kemampuan untuk mengelola emosi positif dan negatif secara efektif. Hal ini dikarenakan pemahaman emosi yang baik, seperti yang dikemukakan oleh Wijaya, dkk (2020), yang dapat meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola emosi.



Gambar 4.1 Kerangka Konseptual

Hubungan antara kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis sangat erat dan saling memengaruhi. Dari konteks teori yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat melihat bagaimana kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis berhubungan. Pengenalan emosi dan penerimaan diri merupakan kemampuan untuk mengenali emosi, baik emosi diri sendiri maupun orang lain, adalah salah satu aspek kecerdasan emosional. Ketika seseorang dapat mengenali dan memahami emosinya dengan baik, ini dapat memengaruhi aspek mengenali emosi diri. Kemudian individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih sadar akan perasaan mereka sendiri, termasuk kelebihan dan kekurangan mereka. Ini dapat membantu mereka menerima diri mereka sendiri dengan baik dan memiliki sikap yang positif terhadap diri mereka sendiri. Hal ini didukung oleh Goleman (1995, hal. 127) bahwasannya orang yang memiliki kesadaran diri yang tinggi lebih

mampu menerima diri mereka sendiri dengan segala kekuatan dan kelemahan mereka.

Mengenali emosi diri dan kemandirian merupakan dua aspek penting dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Dari hasil penelitian skor pada mengenali emosi diri memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, dan pada penerimaan diri memiliki skor rata-rata 50 dengan kategori sedang, dengan hal tersebut kedua aspek tersebut berhubungan. Mengelola emosi diri adalah kemampuan untuk mengatur emosi dan impuls, serta bertindak dengan pertimbangan yang matang (Goleman, 2009, hal. 102). Individu yang mampu mengelola emosi dengan efektif cenderung memiliki kemandirian yang lebih tinggi, karena mereka dapat mengatur diri sendiri tanpa bergantung pada orang lain (Gross, 1998, hal. 229). Teori regulasi emosi Gross (1998) menekankan bahwa kemampuan ini meningkatkan Dengan demikian, pengendalian diri bukan hanya berdampak pada kestabilan emosi individu tetapi juga berkontribusi pada pengembangan kemandirian yang fundamental untuk kesejahteraan psikologis yang optimal.

Mengenali emosi orang lain dengan hubungan positif orang lain memiliki hubungan. Pada aspek mengenali emosi orang lain dari hasil penelitian menunjukkan skor rata-rata 144 dengan kategori tinggi, dan pada aspek hubungan positif dengan orang lain memiliki nilai rata-rata 50 dengan kategori sedang, dengan hal tersebut dapat dikatakan kedua aspek tersebut memiliki hubungan. Mengenali emosi orang lain yaitu kemampuan untuk memahami dan merasakan emosi orang lain (Goleman, 2009, hal. 146). Sedangkan hubungan positif dengan orang lain yaitu memiliki hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dengan orang lain. Hubungan antar kedua aspek ini yaitu mengenali emosi orang lain yang tinggi memungkinkan individu untuk membangun hubungan yang positif dengan orang lain, karena mampu merespon kebutuhan emosional orang lain. Hal ini didukung oleh teori empati Hoffman (2000). Empati adalah kunci untuk membangun hubungan sosial yang sehat dan

memuaskan, yang merupakan aspek penting dari kesejahteraan psikologis (Hoffman, 2000, hal. 198)

Memotivasi diri sendiri, arti dalam hidup, dan pertumbuhan diri, kecerdasan emosional mencakup kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan memiliki motivasi yang positif. Berdasarkan hasil penelitian aspek memotivasi diri memiliki nilai rata-rata 50 dengan kategori sedang, dan pada aspek arti dalam hidup memiliki nilai rata-rata 50 dengan kategori sedang, serta pada aspek perkembangan pribadi memiliki nilai rata-rata 50 dengan kategori sedang, dengan hal tersebut dapat dikatakan ketiga aspek tersebut memiliki hubungan. Individu yang dapat mengatur emosi mereka untuk mencapai tujuan positif cenderung merasa bahwa hidup mereka memiliki arti dan tujuan yang jelas. Motivasi diri yang kuat dapat memandu individu dalam mencapai tujuan hidup mereka dan merasa puas dengan pencapaian mereka. Teori yang mendukung hubungan antara memotivasi diri sendiri, arti dalam hidup, dan kecerdasan emosional dapat ditemukan dalam teori self-determination dari Deci & Ryan (2000). Teori ini menyoroti pentingnya motivasi diri, yaitu dorongan internal untuk mencapai tujuan dan meningkatkan diri tanpa adanya hadiah atau tekanan eksternal yang besar. Motivasi diri merupakan dorongan untuk berperilaku dengan cara yang menunjukkan eksplorasi dan integrasi pribadi serta menyediakan perasaan kompetensi dan otonomi (Deci & Ryan, 2000, hal. 258).

Membina hubungan dan penguasaan lingkungan saling terkait dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Berdasarkan hasil penelitian pada aspek membina hubungan memiliki nilai rata-rata 226 dengan kategori tinggi, dan pada aspek penguasaan lingkungan memiliki nilai rata-rata 50 dengan kategori sedang, dengan hal ini kedua aspek tersebut dapat dikatakan memiliki hubungan. Membina hubungan melibatkan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif dan harmonis, sementara penguasaan lingkungan mencakup kemampuan untuk mengelola dan mengatur lingkungan hidup agar sesuai

dengan kebutuhan pribadi. Membina hubungan merupakan komponen integral dari kecerdasan emosional yang membantu individu berfungsi dengan efektif dalam konteks sosial mereka (Goleman, 1995, hal. 304). Kemampuan ini tidak hanya memungkinkan individu untuk membentuk hubungan yang sehat dan mendukung dengan orang lain, tetapi juga untuk menciptakan lingkungan yang memfasilitasi pencapaian tujuan pribadi dan kepuasan hidup. Dengan menguasai keterampilan sosial, individu dapat lebih baik dalam mengelola interaksi sosial mereka, yang pada gilirannya meningkatkan kemampuan mereka untuk mempengaruhi dan mengontrol lingkungan sekitar untuk mendukung kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, kecerdasan emosional dapat memberikan alat yang diperlukan untuk mengelola emosi dengan baik, berinteraksi dengan orang lain dengan positif, memotivasi diri sendiri untuk mencapai tujuan, dan merasa bahwa hidup memiliki arti. Semua faktor ini berkontribusi pada kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, seperti yang dijelaskan oleh teori kesejahteraan psikologis Ryff & Keyes (1995). Dengan kata lain, kecerdasan emosional dapat membantu individu mencapai tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dengan memengaruhi cara mereka berpikir, merasa, dan berhubungan dengan dunia sekitarnya.

Dengan demikian, individu dapat memanfaatkan kecerdasan emosional untuk meningkatkan motivasi dan kemampuan diri sendiri untuk mencapai tujuan dan harapan yang diinginkan. Selain itu, mahasiswa yang memiliki pemahaman yang baik terkait kecerdasan emosi juga cenderung akan membuat keputusan yang lebih baik dalam hidupnya sendiri dan orang lain demi mencapai kesejahteraan psikologis yang ideal.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa :

1. Mahasiswa akhir dari Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan tugas skripsi menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang sedang. Sebanyak 60 mahasiswa (21,43%) berada dalam kategori tinggi, sementara 161 mahasiswa (57,5%) berada dalam kategori sedang, dan 59 mahasiswa (21,07%) berada dalam kategori rendah. Dan dalam aspek-aspek kecerdasan emosional pada mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori masing-masing. Pada aspek mengenali emosi diri berada dalam kategori sedang, aspek mengelola emosi diri berada dalam kategori sedang, aspek memotivasi diri berada dalam kategori sedang, aspek mengenali emosi orang lain berada dalam kategori tinggi, dan pada aspek membina hubungan berada dalam kategori tinggi.
2. Mahasiswa akhir dari Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan tugas skripsi menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang. Sebanyak 47 mahasiswa (16,79%) berada dalam kategori tinggi, sementara 174 mahasiswa (62,14%) berada dalam kategori sedang, dan 59 mahasiswa (21,07%) berada dalam kategori rendah. Dalam aspek-aspek kesejahteraan psikologi pada mahasiswa akhir fakultas psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori masing-masing. Pada aspek penerimaan diri berada dalam kategori sedang, aspek hubungan positif dengan orang lain berada dalam kategori sedang, aspek kemandirian berada dalam kategori sedang, aspek penguasaan lingkungan berada dalam kategori sedang, aspek arti dalam hidup berada dalam kategori sedang, dan pada aspek pertumbuhan pribadi berada dalam kategori sedang.

3. Kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dalam masa penyusunan skripsi memiliki korelasi yang kuat yaitu korelasi antara kesejahteraan psikologis terhadap kecerdasan emosional dengan nilai (koefisien 0,627), hubungan ini kuat dan positif dan signifikan secara statistik dengan nilai p-value ($<0,001$). Dan pada aspek-aspek kedua variable penelitian memiliki hubungan.

B. Saran

Berikut adalah saran peneliti untuk penelitian selanjutnya, baik untuk responden atau peneliti selanjutnya :

1. Untuk responden: Kecerdasan emosi berkontribusi besar terhadap kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, perlu dikembangkan kecerdasan emosi sejak awal misalnya melalui pelatihan. Isi kuisisioner dengan sejujur-jujurnya sesuai kondisi saat ini. Pada aspek-aspek kecerdasan emosional responden, aspek mengenali emosi orang lain dan aspek membina hubungan berada dalam kategori tinggi, sedangkan aspek lainnya berada dalam kategori sedang. Oleh karena itu aspek-aspek lainnya dalam kecerdasan emosional ini harus ditingkatkan lagi. Pada aspek-aspek kesejahteraan psikologis responden keseluruhannya berada dalam kategori sedang, oleh karena itu setiap aspek-aspek kesejahteraan responden harus ditingkatkan lagi.
2. Untuk peneliti selanjutnya: Peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji literatur lebih luas, dan melakukan penelitian dengan sampel yang lebih luas lagi. Penelitian selanjutnya juga diharapkan untuk mengamati responden secara langsung dan memperhatikan penyebaran kuisisioner untuk mendapatkan data yang lebih representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghniacakti, A. (2016). *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA DARI KELUARGA YANG BERCERAI: FAKTOR RISIKO DAN FAKTOR PROTEKTIF*.
- Al Taimima. (2017). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Ibadah Shalat Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Pada Mata Pelajaran Fiqih di MTs. Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara Tahun Pelajaran 2016/2017
- Ambiyar, A., Aziz, I., & Delyana, H. (2020). Hubungan Kemandirian Belajar Siswa Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa. *Jurnal Cendekia : Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 1171–1183. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v4i2.364>
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127-134.
- Azis, A. (2022). *Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahaiswa Di Universitas X*.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. PUSTAKA BELAJAR
- Bordhar, F. T., Nikkar, M., Yazdani, F., & Alipoor, A. (2011). Comparing the psychological well-being level of the students of Shiraz Payame Noor University in view of demographic and academic performance variables. *Journal of Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 29, 663 – 669. doi:10.1016/j.sbspro.2011.11.290
- Bradberry, T., & Greaves, J. (2019). *Emotional Intelligence 2.0*. San Diego: TalentSmart.
- David R. Caruso. (2004). *The Emotionally Intelligent Manager*. Jossey-Bass. A wiley Imprint.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Fridani, G., Sukarelawati, & Kusumadinata, A. (2015). Hubungan Pameran Penelitian Dengan Motivasi Peneliti Dalam Meningkatkan Potensi Meneliti di Bidang Pertanian. *Jurnal Komunikatio*, 1(April), 31–39.
- Ghozali, I. (2016) Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23. Edisi 8. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I.(2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IMB SPSS 25* (9 th ed). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Goleman, D. (1996) *Emotional Intelligence*. London : Blowsbury
- Goleman, DI. (2009). *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gross, J. J. & Ross A. Thompson. 1998. Antecedent and Response Focused Emotion Regulation: Divergen Consequences for Experience and Physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 74. 224-237.
- Hermasanti, W. K. (2009). *Hubungan antara pola kelekatan dengan kecerdasan emosi pada remaja siswa kelas xi sma negeri 1 karanganyar*. Skripsi. Program Studi Psikologi. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. Surakarta.
- Hoffman, M. (2000). *Empathy And Moral Development: Implications For Caring And Justice*. New York: Cambridge University Press.
- Huda, M. (2011). Bagaimana Menulis Skripsi. *Jurnal Dialogia*, 9 no 2(2), 20–67.
- Hutapea, B. (2011). *Emotional Intelegence Dan Psychological Well-Being Pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan Di Jakarta*. *Insan*, 13(2), 64-73.
- Inayah, L. (2015). *Pengaruh Dukungan Teman Sebaya dan Self Efficacy Terhadap Penyesuaian Akademik*. Skripsi. Program Stusi Psikologi. Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah. Jakarta.

- Iskandar, Akbar. (2017). *Teknik Analisis Validitas Konstruk dan Reliabilitas Instrumen Test dan Non Test Dengan Software LISREL*.
- Ismail, R. G., & Indrawati, E. S. (2013). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Psychological Well Being pada Mahasiswa STIE Dharmaputera Program Studi Ekonomi Manajemen Semarang* (Doctoral dissertation, Diponegoro University).
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222.
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran umum kesejahteraan psikologis mahasiswa. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 52- 58.
- Leo, S. (2013). *Kiat Jitu Menulis Skripsi, Tesis dan Disertasi*. Jakarta: Erlangga.
- McShane, S. L., & Von Glinow, M. A. (2010). *Organizational Behavior: Emerging Knowledge and Practice for The Real World* (5th ed.). New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.
- Mohammadi, S., Tarkhorani, M., & Pashaie, F. (2016). *Emotional Intelligence and Psychological Well-being among College Students: A Cross-sectional Study*. Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences, 10(3), e4296.
- Mubdi, F. H., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Efikasi Diri Akademik pada Siswa Kelas XI SMK Bina Wisata Lembang. *Empati*, 6(1), 152-157.
- Nasril, N. (2018). Melacak Konsep Dasar Kecerdasan Emosional. *Al Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 16-25.

- Nugraha, B. A. (2018). Problematika Penentuan Karir Mahasiswa Tingkat Akhir (Studi Kasus: Mahasiswa Bimbingan dan Konseling IAIN Batusangkar) (Skripsi). IAIN Batusangkar.
- Nuryani, E. (2014). Hubungan intensitas mengakses Facebook dengan motivasi belajar siswa SMA Negeri 2 Tenggarong Seberang.
- Priyatno, Duwi. (2014). *SPSS 22 Pengolah Data Terpraktis, Edisi 1*. Yogyakarta: ANDI. Hal: 94, 103, 106.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Ryff, C.D. (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.
- Ryff, C.D & Keyes, C.L.M, (1995). The Structures of Psychological well being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology* Vol. 69 : 719-727.
- Ryff & Singer, (2008). Know Thyself and Become What You Are : A Eudaimonic Approach Psychological Well-Being. "*Journal of Happiness Studies*"
- Ryff, C. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in The Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. doi:10.1159/000353263.
- Salovey, P & Mayer, J.D. (1990) *Emotional Intelligence Imagination, Cognition and Personality*. 9: 185-211.
- Salovey, Peter., Mayer J. D., Caruso, David. (2000). *Positive Psychology of Emotional Intelligence*.
- Sari, I. H. W. (2020). *Hubungan Self-efficacy Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa SMA Negeri 2 Binjai*. 217.

- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Snyder, H. (2019). 'Literature review as a research methodology: An overview and guidelines'. *Journal of Business Research*, 104, pp. 333–339, doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039.
- Sojka, J. Z., & Deeter- Schmelz, D. R. (2002). Enhancing the emotional intelligence of salespeople. *American Journal of Business*.
- Setyawati, N. R. (2019). *Kelekatan ayah dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa*. Universitas Islam Indonesia.
- Sugiyono, (2013), *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA)
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sugiyono, & Susanto, A. (2015). Cara Mudah Belajar SPSS & Lisrel (Teori dan Aplikasi untuk Analisis Data Penelitian). Bandung : CV Alfabeta.
- Syaiful, I. A., & Sariyah, S. (2018). Konstruksi konsep kesejahteraan psikologi (psychological well-being) pada wirausahawan kecil menengah: Sebuah studi kualitatif. *Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, 2(1), 28-57.
- Uyun, M. (2022). Memahami Kecerdasan Emosional : Perspektif Psikologi Islam. *Jurnal Cendekia : Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 1-9.
- Walgito, B. (1993). *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wijaya, R. S., Putri, G. S., & Pandjaitan, L. N. (2020). Efektifitas pelatihan kecerdasan emosional untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja panti Asuhan. *Psikohumanika*, 12(1), 60-78.
- Yulisubandi. (2009). Kecerdasan emosi menurut Daniel Goleman. Tersedia [online]: . Diakses pada tanggal 13 November 2016.
- Yusuf, A. M. (2014). Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan. Jakarta : Prenadamedia Group.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

	KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG FAKULTAS PSIKOLOGI <small>Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsl.uin-malang.ac.id</small>	
No.	: 950 /FPsi.1/PP.009/3/2024	18 Maret 2024
Perihal	: IZIN PENELITIAN SKRIPSI	
<p>Kepada Yth. Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Jl. Gajayana No.50, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65144</p> <p>di Malang</p>		
<p>Dengan hormat, Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:</p>		
Nama / NIM	: NUR FATIMATUZ ZAHROH / 200401110022	
Tempat Penelitian	: Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	
Judul Skripsi	: Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	
Dosen Pembimbing	: 1. Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M.Si. 2. Ainindita Aghniacakti, M.Psi., Psikolog	
Tanggal Penelitian	: 18-03-2024 s.d 19-03-2024	
Model Kegiatan	: Offline	
<p>Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.</p>		
 Wakil Dekan Bidang Akademik,		
Tembusan:		
1. Dekan:		
2. Para Wakil Dekan:		
3. Ketua Jurusan:		
4. Arsip.		

Lampiran 2. Skala Kecerdasan Emosional

Usia :

Jenis Kelamin :

Semester :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini menanyakan tentang kondisi anda dalam beberapa situasi di kehidupan sehari-hari. Anda diharapkan untuk menjawab dengan kondisi yang sangat sesuai dengan diri Terdapat empat (4) pilihan jawaban yang disediakan didalam setiap pernyataan, yaitu :

1. Sangat Tidak Setuju (STS)
2. Tidak Setuju (TS)
3. Setuju (S)
4. Sangat Setuju (SS)

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya dapat mengerti apa yang sedang saya rasakan				
2.	Saya akan mencoba memahami alasan orang lain bersikap tidak menyenangkan terhadap saya				
3.	Pada saat kondisi tertekan saya cenderung akan melakukan kegiatan yang bermanfaat				
4.	Saya merasa dapat memahami apa yang orang lain sedang rasakan				

5.	Apabila ada orang lain yang bersedih saya cenderung akan menghiburnya				
6.	Saya sering merasa bingung terhadap apa yang sedang saya rasakan				
7.	Saya merasa tidak perlu untuk mengetahui alasan orang lain ketika orang lain membuat saya marah				
8.	Saya merasa saat sedang dalam kesulitan, saya cenderung untuk tidak menyelesaikannya				
9.	Saya merasa kurang dapat memahami yang orang lain sedang rasakan				
10.	Saya merasa tidak mengerti harus bagaimana ketika melihat orang lain sedang sedih				
11.	Saya suka memperhatikan apa yang sedang dibutuhkan orang lain saat melakukan diskusi				
12.	Ketika saya ingin menyampaikan sesuatu, saya cenderung untuk memperhatikan suasana hati orang lain terlebih dahulu				
13.	Saya merasa melihat sebuah rintangan adalah sesuatu yang harus dapat diselesaikan				
14.	Saya memikirkan perasaan saya terlebih dahulu sebelum mengungkapkannya kepada orang lain				
15.	Saya mencoba untuk memahami apa yang membuat orang lain tersinggung dengan				

	ucapan saya				
16.	Terkadang saya merasakan sedih tanpa mengetahui penyebabnya				
17.	Saya memilih menghindar Ketika orang lain ingin membicarakan masalahnya				
18.	Saya merasa sering tidak dapat mengendalikan diri saya saat sedang marah				
19.	Saya merasa bosan Ketika saya sedang mendengarkan curhatan dari orang lain				
20.	Saya mudah kecewa jika mengalami sebuah kegagalan				
21.	Saya mengetahui tentang apa yang harus saya ucapkan kepada orang lain				
22.	Saya akan segera mengatasi kesulitan yang sedang saya hadapi				
23.	Saya senang mendengar cerita dari orang lain				
24.	Saya merasa selalu putus asa Ketika saya mengalami kegagalan				
25.	Ketika saya sedang marah, saya cenderung akan menarik nafas yang Panjang agar saya bisa lebih tenang				
26.	Saya merasa banyak orang senang untuk menceritakan permasalahannya kepada saya				
27.	Saya mengetahui tentang apa yang sedang saya inginkan				

28.	Saya memilih untuk menghindar Ketika orang lain ingin berkeluh kesah dengan saya				
29.	Saya merasa Ketika ada kesulitan saya akan berusaha keras untuk menyelesaikannya				
30.	Saya langsung menyampaikan perasaan saya tanpa memikirkan terlebih dahulu				
31.	Saya sering tidak menanggapi pendapat dari orang lain				
32.	Saya merasa dapat untuk menahan diri agar tidak memarahi orang di depan umum				
33.	Saya ikut merasakan apa yang orang lain rasakan				
34.	Saya merasa dapat merasakan kesedihan orang lain dengan melihat raut wajahnya				
35.	Saya memikirkan bagaimana saya harus menyampaikan pendapat saya kepada orang lain				
36.	Ketika orang lain bercerita, saya saring ingin mendengarkan lebih banyak lagi				
37.	Saya merasa terkadang kurang mengerti apa yang membuat saya marah				
38.	Saya memperhatikan kapan waktu yang tepat untuk menyampaikan perasaan saya kepada orang lain				

Lampiran 3. Skala Kesejahteraan Psikologis

Usia :

Jenis Kelamin :

Semester :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini menanyakan tentang kondisi anda dalam beberapa situasi di kehidupan sehari-hari. Anda diharapkan untuk menjawab dengan kondisi yang sangat sesuai dengan diri Terdapat empat (4) pilihan jawaban yang disediakan didalam setiap pernyataan, yaitu :

1. Sangat Tidak Setuju (STS)
2. Tidak Setuju (TS)
3. Setuju (S)
4. Sangat Setuju (SS)

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1.	Ketika saya melihat kisah hidup saya, saya merasa puas dengan apa yang telah terjadi				
2.	Menurut saya orang lain akan menggambarkan saya sebagai seorang yang mudah memberi dan mau membagi waktu dengan orang lain				
3.	Saya memiliki keyakinan yang kuat atas pendapat saya sendiri, bahkan jika harus bertentangan dengan umum				
4.	Secara umum saya merasa dapat bertanggung jawab atas situasi dimana saya tinggal				

5.	Menurut saya beberapa orang sangat membara dalam menjalani hidupnya, tetapi saya bukan salah satu dari mereka				
6.	Saya rasa penting memiliki pengalaman baru yang lebih menantang tentang bagaimana saya dimasa depan				
7.	Saya menyukai Sebagian besar aspek kehidupan pribadi saya				
8.	Saya merasa sulit untuk mempertahankan hubungan yang erat hingga saya merasa frustrasi				
9.	Saya menilai diri saya melalui apa yang saya anggap penting, bukan berdasarkan penilaian dari orang lain				
10.	Saya merasa cukup pandai dalam mengelola tanggung jawab keseharian saya				
11.	Dalam menjalani hidup, saya hanya memikirkan untuk masa sekarang dan tidak terlalu untuk memikirkan masa depan				
12.	Bagi saya, kehidupan merupakan sebuah proses belajar, perubahan dan pertumbuhan yang saling berkesinambungan				
13.	Dalam banyak hal saya lebih sering untuk merasakan kecewa atas prestasi yang saya dapatkan selama hidup				
14.	Saya belum merasa memiliki hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain				

15.	Saya memiliki kecenderungan untuk mudah dipengaruhi oleh orang-orang yang memiliki pendapat yang kuat				
16.	Saya merasa tuntunan dalam kehidupan sehari-hari sering membuat saya kecewa				
17.	Terkadang saya merasa bahwa saya telah menemukan semua yang harus dilakukan dalam hidup saya				
18.	Saya menyerah untuk mencoba membuat perbaikan atau perubahan besar dalam hidup saya sejak lama				

Lampiran 4. Tabulasi Data Skala Kecerdasan Emosional

KE 1	KE 2	KE 3	KE 4	KE 5	KE 6	KE 7	KE 8	KE 9	KE 10	KE 11	KE 12	KE 13	KE 14	KE 15	KE 16	KE 17	KE 18	KE 19	KE 20	KE 21	KE 22	KE 23	KE 24	KE 25	KE 26	KE 27	KE 28	KE 29	KE 30	KE 31	KE 32	KE 33	KE 34	KE 35	KE 36	KE 37	KE 38		
3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	1	2	1	3	1	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3
2	3	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	1	2	1	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	1	3	
2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	3	1	2	1	2	1	2	3	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	1	3		
1	3	2	2	3	1	2	2	2	1	3	3	3	3	3	1	2	1	3	1	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3		
2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	1	3		
2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	1	3	3	3	1	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	3		
2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	4	3	1	1	1	1	2	2	2	3	2	4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2			
2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	1	2	1	3	3	3	1	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3		
2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	3	1	2	1	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3		
2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3			
2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3		
1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	1	1	1	2	1	3	1	2	1	4	2	3	1	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2		
1	3	2	3	3	1	2	1	1	1	3	3	2	3	3	1	1	2	2	1	3	2	3	1	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3			
2	3	2	2	3	1	2	1	1	1	2	3	2	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	3	2	4	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3		
1	3	1	1	2	1	2	1	1	1	3	3	1	3	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	4	2	3	1	2	3	4	3	2	2	3	2	1	3		
1	3	2	2	1	1	2	1	1	1	3	3	1	3	3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	2	4	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	4		
1	2	2	2	3	4	2	2	2	2	4	4	3	3	3	1	3	3	1	1	2	2	4	1	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	4		
1	3	4	3	3	1	2	1	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	4	3	2	3	1	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4		
1	3	3	2	3	1	2	1	1	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	3	1	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3		
1	3	3	2	3	1	2	3	1	2	4	4	3	4	4	1	3	3	3	1	3	2	3	1	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3		
2	1	2	1	2	2	4	1	2	1	2	3	3	3	3	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	3	1	2	4	3	2	1	3	3	1	2	2		

1	3	4	2	3	1	2	4	1	1	4	4	4	4	4	1	3	4	4	1	1	3	3	1	4	4	4	4	3	4	1	4	1	4	4	4	1	4
2	1	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3	1	1	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2
2	2	1	2	2	2	4	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	4	2	1	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2
2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	1	3	1	3	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3
4	2	1	2	1	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2
2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	3	1	1	4	2	3	1	2	2	3	2	1	1	2	1	1	2
2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3
2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3
2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3
2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	4
2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3
2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3
2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3
2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	3
2	1	1	1	4	1	4	3	1	1	4	4	2	4	4	1	3	3	1	1	4	3	3	1	4	4	3	4	3	4	1	4	3	4	4	4	1	4
1	1	2	2	4	1	1	1	3	3	4	4	3	3	3	1	3	3	3	1	2	2	3	1	4	4	3	2	2	3	2	4	4	4	4	3	2	4
2	3	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	2	1	2	1	2
1	2	1	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1	2	2	3	3	2	4	1	4	4	4	1	4	4	4	3	2	1	4	3	3	4	4	4	1	4
2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	3	1	3	2	2	1	4	1	1	2	1	2	2	1
1	1	1	2	3	1	3	2	3	2	3	3	2	3	4	1	3	1	3	1	4	3	3	1	2	4	4	3	2	3	1	2	3	3	4	4	1	4
1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	2	2	4	1	2	2	1	2	1	1
2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	4	3	4	1	1	2	4	2	2	1	2	1	2	1
1	2	1	1	2	1	3	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	3	1	4	2	1	1	4	3	2	1	2	1	2	1
1	1	1	3	3	1	2	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	2	1	2	4	3	1	1	4	4	3	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3

1	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	4	1	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	2	3	3	2	4	4	4	4	1	2	4	2	
1	1	1	1	1	1	1	2	4	2	3	1	3	3	2	3	3	2	1	1	4	2	3	1	1	2	1	3	2	1	1	4	3	3	4	1	1	1	
1	1	1	1	3	2	4	2	4	2	4	1	2	3	4	4	2	2	2	1	4	1	3	1	1	2	3	1	2	1	2	4	4	1	3	3	1	3	
1	1	1	1	3	2	2	4	4	3	3	3	4	4	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	2	1	2	2	2	3	3	4	3	1	4	
1	1	1	1	1	1	3	3	2	4	4	1	4	3	4	2	2	3	1	1	4	4	4	2	1	3	2	2	1	3	1	2	1	4	2	2	3	2	
1	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	1	3	2	1	4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	1	3	
1	3	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	3	3	4	1	1	4	1	1	1	3	1	1	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	1	1	3		
1	4	4	4	4	1	4	4	3	1	4	4	4	2	3	1	3	3	1	1	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	1	3	
1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	3	4	4	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	2	4	2	3	3	3	3	3	1	1	4	2	1	3
3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	1	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	
1	4	4	4	4	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	1	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	1	3	
1	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	4	3	4	3	1	4	3	3	2	4	3	3	1	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	3	3	1	3	
1	3	2	4	3	1	2	1	1	1	3	3	3	4	3	1	3	3	1	1	2	4	3	1	4	4	4	2	3	1	1	4	3	3	3	4	2	3	
1	4	4	4	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	1	4	4	4	1	3	3	4	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	3	
1	3	3	3	4	2	1	2	2	2	3	4	3	3	3	1	3	2	4	1	3	4	4	2	4	4	1	4	4	2	1	4	3	3	3	3	2	3	
4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	1	3	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	
3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	1	3	4	3	1	3	4	3	4	3	3	4	
4	4	3	3	4	1	2	2	2	1	4	3	3	4	4	1	2	2	1	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	3	3	2	4	4	2	2	3	1	4	3	3	3	4	4	2	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	

4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	3	1	1	1	2	1	4	4	3	2	4	4	1	2	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	1	3	4	2	1	4	3	4	4	3	4	4	
4	4	2	3	2	2	4	4	3	2	3	3	3	2	4	1	2	2	2	2	3	4	3	3	4	4	1	2	4	3	2	4	4	4	3	2	3	3	
3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	3	3	1	1	4	4	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	4	2	
3	2	3	2	3	1	3	4	3	3	3	3	4	3	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	3	
3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	1	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	2	4	4	1	2	4	3	3	4	2	2	4	
4	4	3	3	4	1	4	4	2	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	4	4	3	4	
2	3	2	4	3	3	2	1	2	3	4	3	3	4	3	1	2	1	2	1	3	2	3	1	3	3	1	1	3	1	2	3	4	3	4	3	1	3	
4	3	2	3	4	2	3	2	2	1	3	3	4	4	3	3	3	3	2	1	4	2	3	2	4	4	2	3	3	1	2	3	2	3	2	4	2	2	
4	3	2	1	2	2	1	2	3	2	3	4	2	1	2	2	1	2	2	1	3	4	3	3	1	2	2	1	4	3	3	3	2	1	2	3	1	3	
4	3	2	3	1	3	2	1	2	3	3	4	3	4	3	3	4	2	1	1	3	3	2	1	3	2	1	1	3	1	4	3	2	3	4	3	1	3	
4	3	2	3	4	3	2	3	1	1	3	2	3	4	3	3	2	1	2	3	3	4	3	3	3	4	1	2	2	2	1	2	3	4	3	2	3	3	
2	3	2	3	4	2	3	2	1	2	4	3	2	3	3	1	3	2	4	1	2	3	4	2	2	3	1	2	4	1	3	2	1	3	3	4	2	4	
1	3	3	2	3	1	2	3	1	1	3	2	3	4	3	3	2	1	2	4	3	4	3	3	3	4	2	1	2	2	4	4	3	2	3	4	2	4	
4	3	2	3	4	2	3	2	1	2	4	4	3	2	3	2	1	2	3	2	4	3	2	2	4	2	4	3	4	2	4	3	2	3	4	3	3	4	
1	3	4	3	2	2	1	2	3	2	4	3	1	3	3	1	3	2	1	3	3	4	3	3	3	4	2	1	3	1	3	1	3	4	3	4	4	3	
4	3	4	3	2	2	1	2	1	1	3	2	3	3	4	1	2	3	1	2	4	2	3	1	3	4	2	3	3	1	3	4	2	3	4	3	3	3	
4	3	2	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	1	4	3	4	3	4	3	4	
4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	1	3	4	3	4	4	3	4	
4	3	2	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	1	4	3	3	3	4	4	2	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	

3	4	4	4	3	1	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	1	3	4	3	2	4	4	3	4	4	1	4	
4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	1	3	4	4	3	4	4	1	3	4	3	2	3	4	3	4	4	3	3		
4	4	4	4	3	1	1	4	3	3	4	4	4	3	4	1	1	4	2	1	4	4	2	2	4	2	2	4	1	3	4	2	3	3	2	1	4	
4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	1	3	4	4	3	4	4	2	3	4	3	1	4	3	4	4	3	3	4
4	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	1	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4
4	4	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	4	4	3	1	1	1	1	1	4	4	3	1	4	1	3	1	4	1	4	1	2	3	1	2	1	2
3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	
4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	1	4	4	3	3	4	4	1	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4
3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	2	4	2	3	4	3	3	4	3	3
3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	1	3	3	4	2	4	3	4	4	3	3	4
3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	1	3	4	3	3	4	3	3	
3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	1	3	4	3	3	4	3	3
3	4	3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	4	2	3	3	1	2	4	3	3	4	3	3	4
2	1	2	4	4	3	3	1	1	2	4	4	3	4	3	1	2	2	1	2	4	4	3	1	4	3	2	1	4	2	4	4	3	3	4	3	2	4
4	3	4	3	4	1	2	1	1	1	3	4	3	4	3	1	2	2	1	1	4	3	2	1	4	3	1	1	3	1	4	3	4	3	4	4	2	4
4	3	4	3	4	2	1	1	3	2	4	4	4	3	2	1	1	2	1	1	4	3	2	1	3	4	2	2	4	2	3	4	3	4	4	3	2	4
3	3	4	4	3	2	1	2	1	2	4	4	3	4	2	1	2	1	1	1	3	3	3	1	3	3	1	2	4	1	3	4	3	4	3	4	2	4
3	3	4	3	4	1	2	1	1	1	3	4	3	3	4	2	1	1	2	1	4	3	2	2	3	3	1	2	4	2	3	4	3	4	4	3	1	4
1	3	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	1	2	1	2	3	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	
4	3	4	3	4	1	2	1	1	2	4	2	2	4	3	1	1	1	1	1	3	4	2	1	4	4	2	1	4	1	2	4	3	4	4	3	1	4
4	3	2	2	2	1	3	1	1	2	3	2	2	3	4	1	2	1	1	1	2	3	4	1	4	1	3	2	3	1	4	3	3	4	4	3	1	2
2	3	3	4	3	1	4	3	1	2	3	3	4	4	4	1	1	1	1	1	2	3	3	1	4	3	2	1	2	1	4	2	2	4	4	2	2	3
3	4	4	2	2	1	4	1	1	1	2	3	4	2	3	1	1	2	1	1	3	3	3	1	4	2	2	1	3	1	4	4	2	3	2	2	1	2
4	3	3	2	2	1	3	1	1	1	3	3	3	2	3	1	1	1	1	1	3	3	3	1	4	2	3	1	3	2	4	3	2	4	3	4	1	3
2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	4	4	1	1	1	1	1	3	4	2	1	4	2	2	2	3	1	4	3	2	3	3	2	1	3

3	2	4	2	2	1	3	2	1	1	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	3	1	4	2	2	1	3	2	4	3	2	3	3	2	1	3	
3	3	3	3	2	1	1	2	1	1	2	3	3	3	4	1	1	2	1	1	3	3	2	1	4	2	3	2	3	1	4	3	3	3	2	2	1	3	
3	2	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	3	3	2	1	3	2	1	1	2	1	4	3	2	3	3	2	1	3	
3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	1	3	2	3	2	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3		
3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	3	1	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	1	3	
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	1	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	2	3	
3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	4	
4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	1	3	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	
3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	4	2	2	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	
3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	4	2	2	3	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	2	4	
2	2	3	2	2	1	4	2	1	1	2	2	4	3	3	1	1	1	1	2	3	3	2	1	3	2	2	1	3	1	3	2	2	3	3	2	1	3	
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3
2	3	1	2	4	2	2	1	2	2	2	4	3	4	4	1	2	1	1	2	4	4	2	1	3	4	3	2	4	4	3	2	1	1	4	3	2	4	
1	3	2	4	4	1	1	1	2	1	2	3	3	4	3	1	1	1	2	1	3	4	3	1	2	4	4	3	3	1	4	4	3	4	4	2	1	4	
3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	4	2	3	
2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	4	2	2	1	3	2	2	1	4	1	2	1	2	2	4	2	
1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	1	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	3	2	1	2	2	1	3	1	
2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	4	1	1	2	3	1	1	1	3	4	2	1	3	2	1	2	1	2	3	1	
2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	3	4	2	1	3	2	1	2	1	1	3	1		
2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	3	3	1	1	3	2	1	2	1	2	3	1	
1	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	3	3	1	1	4	2	2	1	2	1	3	2	
2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	3	4	1	2	4	2	1	2	2	1	3	1	

2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	4	2	2	1	4	3	2	2	3	2	2	1	2	1	4	2	
2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	4	3	1	2	4	1	1	2	1	2	4	2	
2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	2	4	3	1	1	3	2	1	2	2	1	4	2	
3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4		
3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	
4	4	4	4	4	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	2	3	4	4	1	1	4	3	1	3	4	4	4	4	3	3	
4	4	4	4	4	1	2	3	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	3	2	4	1	3	4	4	1	4	4	3	2	2	4	4	4	4	2	4	
2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	
2	3	2	2	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	1	2	3	4	2	1	3	1	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	3	1	4
2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	3	4	4	1	3	3	3	2	2	3	3	1	4	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	4	1	4	
2	4	2	2	3	1	4	3	3	4	4	4	3	4	4	1	3	2	3	2	2	4	3	1	4	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
1	3	3	2	4	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	4	1	3	3	3	1	3	3	4	4	3	4	1	3	4	3	3	3	2	4	
2	4	2	3	3	1	4	2	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	2	4	
2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	2	2	4	4	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
1	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	4	2	4	1	3	4	4	1	4	4	4	3	3	4	1	3	4	3	3	4	1	4	
1	3	3	2	4	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	4	2	2	4	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	4	2	4	
2	4	2	3	3	1	4	2	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	2	2	4	3	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	1	3	4	3	1	4	4	4	3	3	4	1	3	4	3	3	4	1	4	
2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2
3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	
3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	4	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	2	3	1	3	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	4	2	2	2	4	2	1	1	2	1	1	2	
2	4	2	2	3	1	4	3	3	4	4	4	3	4	4	1	3	2	3	2	2	3	3	1	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
2	4	3	2	4	1	4	3	4	3	4	3	3	3	4	1	4	3	3	1	4	3	3	1	3	3	4	4	3	4	1	3	4	3	3	4	2	4	

2	4	2	3	3	1	4	2	3	3	3	4	4	3	4	1	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	1	3		
2	3	2	4	4	1	3	3	3	4	4	4	3	4	4	1	3	4	3	2	2	3	3	1	4	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
1	3	3	4	4	2	3	3	4	4	3	4	3	3	3	1	4	2	4	1	3	4	3	1	3	1	3	2	1	4	3	4	3	3	4	4	1	3	
1	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	3	1	3	2	4	1	2	2	4	2	1	2	1	2	1	2	
2	4	2	2	3	1	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	3	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	1	3	
1	3	3	2	4	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	1	3	4	3	1	3	3	4	1	3	3	4	4	3	4	1	3	4	3	3	3	1	3
2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	1	3	4	3	1	3	3	3	4	3	4	1	4	3	3	3	4	1	4	
1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	2	1	3	2	3	2	4	1	2	2	4	2	1	1	2	1	1	2	
2	4	2	3	3	1	3	2	3	4	4	4	3	3	4	1	3	4	4	2	2	4	1	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
1	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	4	1	4	1	3	3	3	1	3	3	4	4	3	4	1	3	4	3	3	3	1	3	
2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	3	2	2	3	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	2	4	2	2	3	4	2	1	2	3	1	1	3	
2	3	2	1	1	1	3	1	1	2	1	3	1	2	3	1	1	2	3	1	1	1	4	2	3	2	4	1	2	2	4	1	1	2	1	2	2	3	
3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	
1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	3	1	1	2	1	2	2	1	3	1	3	2	4	2	2	2	4	1	1	2	2	1	1	2	
2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3	2	4	1	2	1	2	1	2	2	
1	2	1	1	2	1	3	1	2	1	1	3	2	3	4	1	2	1	1	2	2	2	2	1	3	1	3	1	2	1	4	1	1	2	2	1	1	2	
1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	3	1	3	2	4	1	2	2	4	2	1	1	2	1	1	1	
2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	4	1	3	2	4	1	2	1	4	2	1	2	2	1	1	2	
1	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	4	2	4	1	3	4	3	1	4	3	4	3	3	4	1	3	4	3	3	4	1	4	
1	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	4	2	4	1	3	4	2	1	4	4	4	3	3	4	1	3	4	3	3	4	1	4	
1	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	2	2	4	3	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	2	2	4	3	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	2	2	4	4	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
2	4	2	3	3	1	4	2	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	4	2	4	
1	3	3	2	4	1	4	3	4	3	3	3	3	3	4	1	4	3	4	1	3	3	3	1	3	3	4	4	3	4	1	3	4	3	3	3	2	4	

1	3	3	2	4	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	4	1	3	3	4	4	3	4	1	3	4	3	3	3	2	4					
2	4	2	2	3	1	4	3	3	4	4	4	3	4	4	1	3	2	3	2	2	4	4	1	4	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	4	1	3	
1	3	3	2	4	1	4	3	4	3	2	3	4	3	3	1	1	3	3	2	2	4	2	1	4	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	4	1	4	
2	3	2	4	2	1	1	3	2	1	4	4	4	3	4	1	3	1	2	2	4	4	4	1	4	3	3	4	3	2	1	4	4	4	3	4	1	4	
1	3	2	4	2	1	3	1	1	2	4	2	3	4	4	1	3	1	1	2	3	4	3	1	3	4	1	3	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	
2	1	1	2	1	2	1	3	1	1	3	4	3	3	2	1	2	1	1	1	3	4	3	2	3	2	3	1	3	3	4	4	2	1	1	2	1	3	
2	1	1	2	1	1	1	3	2	2	4	4	3	2	4	1	1	2	1	1	4	4	3	2	3	1	2	4	2	4	2	1	2	2	4	3	1	4	
1	2	3	2	1	1	1	2	1	1	3	4	4	4	3	1	1	2	1	1	4	3	3	2	3	1	2	2	3	1	3	3	3	3	4	3	1	3	
2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	4	2	3	3	1	1	2	1	2	1	3	4	3	1	3	1	3	2	4	1	3	1	2	1	4	3	2	4	
1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	4	2	4	3	1	2	2	1	2	1	3	4	3	1	4	2	3	2	4	1	4	1	2	1	4	2	1	4	
2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	4	1	2	4	1	2	1	2	1	1	3	3	3	2	4	2	4	1	2	1	4	1	1	2	2	2	1	4	
1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	4	2	4	2	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	3	1	4	3	3	3	2	2	4	2	1	3	
2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	4	2	4	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	4	4	2	3	3	2	1	4
2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	4	2	4	2	1	1	2	1	1	2	2	3	1	2	2	3	1	4	3	4	4	2	4	3	2	1	3	
2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	4	2	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	4	1	4	3	4	3	2	4	4	2	2	3		
2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	4	2	4	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	4	2	4	3	3	3	2	4	3	2	2	3	
1	1	2	2	1	3	2	2	1	1	2	4	2	4	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	2	2	3	1	4	3	4	4	2	4	4	2	2	4	
2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	4	2	4	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	3	2	4	3	4	4	2	3	4	2	2	3	
2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	4	2	4	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	4	3	4	3	2	3	4	2	2	4	
1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	4	2	4	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	2	2	3	
2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	
3	4	3	3	4	3	4	3	3	1	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	1	3	3	3	1	3	4	3	4	3	3	3	
3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	1	3	4	3	4	4	3	3	
2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	4	3	3	2	2	1	3	2	2	2	4	2	1	2	3	2	2	2	
2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	4	2	2	2	2	1	3	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	

2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	4	2	3	2	2	1	3	3	3	1	3	2	1	2	2	1	2	2
2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	2
2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	4	2	3	2	1	2	2	1	2	2
2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	2	1	3	2	4	2	2	1	2	2	1	2	2	2
2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2
2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2	2	4	2	1	2	2	1	2	2
1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3
1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	4	2	3	2	3	3	1	3	3	2	1	3
1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	3	3	2	3	1	1	1	1	1	2	2	2	1	3	2	4	1	3	2	2	3	1	3	3	1	1	2
1	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	3	2	2	1	1	1	2	1	2	3	2	1	2	1	4	1	2	2	2	3	1	3	2	1	1	2
1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	2	1	2	1	4	1	3	2	2	4	1	3	3	1	1	3
1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	3	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2
1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1	2	1	4	1	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3
1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3	2	3	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2
1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	1	2	1	1	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	1	3
1	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	1	1	2	1	2	3	3	1	2	2	4	1	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3
1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	1	2	3	3	2	1	2	4	2	3	2	1	3	2	3	4	1	1	3
2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	3	3	4	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	3
1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	2	2	1	2	3	4	1	1	1	4	2	3	2	1	3	2	3	3	1	1	3
2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	1	2	1	2	2	3	2	1	1	2	4	2	3	2	1	4	1	3	3	2	1	3	
2	4	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	2	3	1	1	1	4	2	2	2	2	4	1	3
1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	1	3	3	2	3	1	2	2	4	2	4	4	2	1	4	3	2	4	4	4	1	3	1	1	1	3	2	3
4	4	2	2	2	1	1	1	1	1	2	4	1	3	4	1	1	1	1	1	3	2	2	1	4	3	3	1	1	1	4	1	2	4	2	3	1	1
4	3	3	3	2	1	4	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	2	4	1	4	4	2	2	4	4	2	1	4	1	4	2	3	2	3	3	2	2
4	3	3	4	3	2	3	1	3	1	3	3	4	4	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	3	2	4	4	4	3	3	2	4

4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	4	2	2	2	2	1	3	4	4	1	3	3	1	2	2	2	2	3	4	3	3	4	1	3	
3	3	3	3	3	1	2	3	4	4	4	4	3	4	4	1	1	2	4	1	3	3	3	1	3	4	3	2	4	2	4	4	3	3	4	3	1	4	
4	3	2	3	4	4	4	4	4	2	3	4	3	2	4	1	3	2	4	2	4	3	3	1	3	3	1	3	3	1	4	4	3	4	3	3	1	1	
3	3	3	4	3	1	1	2	1	2	3	3	4	2	3	2	1	2	1	2	3	4	4	2	4	3	1	2	3	1	3	3	3	4	2	3	2	4	
3	3	2	4	4	2	2	1	3	2	3	3	1	4	4	2	3	2	2	1	3	4	4	2	3	4	1	2	4	3	3	4	3	2	4	2	3	2	
4	4	3	4	3	2	2	1	1	1	4	3	4	3	4	2	1	3	4	1	4	3	2	2	3	4	2	1	2	2	4	3	3	4	4	3	1	3	
4	3	3	4	3	1	2	1	3	1	3	3	4	2	4	1	2	1	3	1	4	3	1	1	2	4	3	1	2	1	3	3	4	4	4	2	1	2	
2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	4	2	4	2	2	1	3	2	2	2	4	3	2	1	2	1	2	2	
2	3	2	1	2	4	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	3	2	2	4	3	4	2	1	2	2	2	4	
2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	4	3	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	4	2	1	3	2	1	2	1	
1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	3	2	2	1	3	2	2	2	4	3	2	1	2	2	2	2	
2	3	4	2	1	3	4	2	1	2	2	4	2	3	4	1	2	1	2	2	4	3	3	2	2	1	3	2	4	2	3	4	2	4	3	2	2	2	
2	1	1	2	1	3	4	3	4	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	3	1	2	4	3	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	2	
2	1	1	2	2	1	4	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	4	2	2	3	3	1	2	1	4	1	1	1	2	2	2	2	
1	2	1	2	1	2	4	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	4	2	1	3	4	2	1	2	4	1	2	1	2	1	2	1	
2	1	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	4	1	2	4	3	1	2	1	4	2	1	2	1	2	1	2	
1	2	1	2	1	2	4	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	3	4	2	1	2	4	1	2	1	2	1	2	1	
1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	3	4	2	1	2	4	1	2	1	2	1	2	1	
1	1	1	1	1	2	4	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	3	2	1	3	4	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1
2	2	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	3	1	2	4	3	1	2	1	4	2	2	2	2	2	2	1	2
1	2	2	2	1	1	4	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	3	2	2	4	4	2	1	2	4	1	2	1	2	2	1	1	
2	2	1	1	1	2	4	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	4	4	2	2	2	4	2	2	1	1	1	1	2	
1	1	2	1	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	3	1	1	3	3	2	2	1	4	2	2	1	1	2	2	2	
1	1	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	4	1	3	1	2	3	4	2	4	1	4	2	2	1	1	1	2	2	
2	2	2	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	3	2	1	4	3	2	1	2	4	2	2	1	1	1	1	1	1	

2	2	1	1	2	1	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	3	2	2	4	3	1	1	1	4	2	2	2	1	1	1	3
2	2	2	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	3	4	2	1	2	3	2	2	1	1	1	1	2
1	2	1	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	3	2	1	3	4	2	1	2	3	2	2	1	1	2	2	1
1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	2	1	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	3	2	1	3
1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	1	2	3	2	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3
2	3	2	2	3	1	2	1	2	3	2	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	4
1	3	3	2	3	1	2	1	2	1	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	3	3	3	1	1	2	4	3	4	1	1	3	2	3	3	3	1	3
2	3	4	2	3	1	2	1	2	2	1	3	3	3	3	1	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3
1	3	2	1	3	1	2	1	2	3	2	3	3	4	3	1	3	1	3	1	2	3	1	1	2	3	4	3	4	1	1	3	2	3	3	2	1	3

Lampiran 5. Tabulasi Data Skala Kesejahteraan Psikologis

KP 1	KP 2	KP 3	KP 4	KP5	KP6	KP7	KP8	KP9	KP10	KP11	KP12	KP13	KP14	KP15	KP16	KP17	KP18
3	2	3	3	4	3	1	1	2	1	4	3	1	1	1	1	4	3
2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3
3	2	3	2	1	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3
2	3	3	2	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3
2	2	2	2	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	1	2	4	3
2	3	2	2	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3
2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3
2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3
3	2	2	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	2	3	3
3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3
3	2	2	3	4	2	3	4	1	3	4	4	3	2	2	4	3	3
1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3
2	2	2	2	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	3	1	3
2	1	2	1	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3
1	2	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3
3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3
3	3	2	3	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	2	3	1	3
3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3
2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3
3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3

2	2	1	2	2	3	4	2	3	3	3	4	1	2	1	2	1	3
2	2	2	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3
3	3	3	2	3	4	4	3	2	4	3	4	2	1	1	2	1	4
2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2
2	2	2	1	2	3	4	2	3	4	3	3	1	3	4	2	3	3
3	2	2	3	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	1	4	3	2
3	3	3	2	1	4	4	3	4	3	4	4	3	3	2	4	2	3
3	3	2	2	3	4	3	2	3	4	2	4	2	2	2	2	2	1
3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	2	2	2	2	3	1
3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	2	4	1	4	3	1	3	1
3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	3	3
3	2	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2
3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	1
3	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	4	1	1	2
4	2	4	4	4	3	4	4	1	4	2	4	3	1	1	4	1	2
3	1	1	1	4	3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	1	3	2
2	1	2	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	1
1	2	3	1	3	4	4	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1
2	2	2	1	4	4	3	2	3	1	3	3	2	2	2	2	3	2
3	1	3	1	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	1	2
2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	1	3	3	2
2	2	2	1	4	4	4	1	3	3	3	4	2	1	2	2	3	2
2	2	1	1	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	2
3	1	3	1	3	4	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2
3	1	4	1	3	3	2	3	3	2	4	4	2	1	3	2	2	2

3	1	1	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	
1	1	1	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	
3	1	2	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	
2	1	2	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	
4	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
4	4	3	3	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	3	
4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	2	4
4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	1	2	3	2	2	

4	4	3	3	4	4	4	4	2	2	1	4	3	4	2	1	4	3
4	4	4	3	1	1	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	1	2
4	4	4	3	2	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3
4	4	4	3	4	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	3	1
4	4	4	4	3	3	1	1	2	2	3	3	1	1	1	1	4	1
4	4	4	4	4	4	4	1	2	1	3	3	1	1	1	1	1	1
4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3
3	3	3	4	4	2	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
4	4	3	3	4	2	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	1
4	4	4	4	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
4	4	4	4	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
3	3	3	2	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
3	3	3	2	4	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	1	4	1
2	4	2	3	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	1
3	3	3	2	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
3	2	3	2	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
3	4	2	3	4	3	1	1	2	2	3	3	1	1	1	1	4	2
3	4	3	2	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
3	3	4	3	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
3	3	3	2	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
3	3	2	3	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
1	4	3	4	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
2	4	4	4	4	3	2	1	2	2	3	3	1	1	1	1	4	2
1	2	3	4	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2
4	4	4	4	4	3	1	2	2	1	3	3	1	1	1	1	4	2

1	3	4	3	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	1
4	4	4	4	4	3	1	1	2	2	3	3	1	1	1	1	4	1
2	4	3	4	4	3	1	1	2	2	3	3	1	1	1	2	3	1
2	3	4	3	2	2	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	1	3
2	1	4	4	3	4	2	1	4	4	1	4	1	1	1	1	1	1
2	3	3	3	2	1	3	4	3	2	2	1	3	4	3	3	1	3
2	3	4	3	2	1	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4
3	4	2	4	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	4
3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	1	4	3	4	3	4	2	3
3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4
3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3
3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	1	3	4	3	3	4
2	2	3	4	3	3	3	1	4	3	1	4	1	2	2	1	2	2
3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	1	3	2	1	2	2	1	1
4	3	4	3	4	3	4	1	2	4	1	3	1	2	1	2	1	1
4	3	1	2	2	1	2	1	4	2	2	4	1	2	2	1	2	1
2	2	1	1	2	4	1	1	4	3	2	4	2	1	2	2	2	1
1	2	1	1	4	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	4	1
3	3	4	3	4	3	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	3	1
4	3	4	3	4	4	4	1	2	2	2	4	1	1	2	1	3	1
2	3	4	2	4	4	3	1	4	2	1	3	2	1	1	1	3	1
2	4	3	2	3	3	3	1	4	2	1	3	1	1	1	1	3	1
2	4	4	3	4	3	3	1	4	2	1	3	1	1	1	1	3	1
2	2	4	3	4	3	3	1	4	2	1	3	1	1	1	1	3	1
2	2	3	3	4	3	3	1	4	2	2	3	1	1	1	1	2	1

2	2	3	3	4	3	3	1	4	3	2	3	1	1	1	2	3	1
2	2	4	3	3	4	3	1	4	2	1	3	1	1	1	1	3	1
4	4	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	2	2	1	2	1	3
3	3	3	3	2	3	4	2	4	4	2	4	2	2	2	2	2	3
3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	3
3	3	4	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	1	2	2	3
4	4	4	4	2	4	3	2	3	4	2	3	2	2	2	1	2	3
3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3
4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3
2	2	3	3	4	3	3	1	4	3	1	3	1	1	1	1	3	1
3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	2	2	1	2	2	3
3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	3
4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	3
2	4	2	4	2	3	3	1	3	2	4	4	2	3	2	1	2	1
2	4	1	3	4	2	4	1	4	3	3	4	2	2	1	2	3	2
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3
2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	3	1	2	1	1	2	1	2
2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	4	3	2	1	2	1	1	2
2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2
2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	1	1	2	1	1	2	2
2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	4	2	1	2	1	1	1	1
2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	2	1	2	1	1	2	1
2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2

2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	3	2	1	2	1	2	2	1
2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	2	2	1	2	1	2
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	2	2	3	2	3
3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	1	4	3	3	3	3	2	3
3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3
2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3
2	3	3	3	4	2	2	2	3	3	2	4	2	2	1	2	4	1
2	3	3	3	4	2	2	2	3	3	1	3	2	2	3	1	3	1
2	3	3	3	4	2	2	2	2	4	1	4	2	2	2	1	3	1
1	4	2	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	2	2	2	4	2
2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2
2	4	3	3	4	3	2	2	2	4	1	4	3	1	3	2	3	1
1	4	2	3	3	3	1	2	3	3	1	3	3	1	3	1	4	2
2	3	3	3	4	2	2	2	2	4	1	4	2	2	2	1	3	1
1	4	2	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	2	2	2	4	2
2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2
3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3
3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3
3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3
3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2
2	3	2	1	4	2	1	1	2	2	2	3	1	1	2	1	3	1
2	3	3	3	4	2	2	2	2	4	1	4	2	2	2	1	3	1
1	4	2	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	2	2	2	4	2
2	4	4	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	2	2	2	4	2

2	4	3	3	4	3	2	2	2	4	1	3	3	1	3	2	3	2
1	4	1	3	3	4	1	2	3	4	1	3	3	1	3	1	4	2
1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2
1	4	2	4	4	3	1	1	4	3	2	3	3	1	3	1	4	1
1	4	3	3	4	3	2	2	2	4	1	3	3	2	3	1	4	2
2	3	3	3	3	1	1	3	4	3	2	3	1	1	2	1	3	2
2	1	3	2	4	2	1	2	4	2	1	3	1	1	3	1	4	2
1	4	2	4	4	1	1	3	3	3	1	3	3	2	2	2	4	2
1	3	3	4	3	1	1	2	2	4	1	4	2	2	2	1	4	1
1	1	3	1	3	2	1	2	4	2	1	3	1	1	2	1	3	1
1	2	2	1	4	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	3	1
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
2	1	2	2	3	2	1	1	4	2	1	2	1	2	2	1	3	1
2	1	2	1	3	2	1	2	4	2	2	2	1	1	3	1	3	1
1	1	1	2	4	2	1	2	4	2	1	2	1	1	2	1	4	1
1	1	2	2	4	2	1	2	2	1	1	3	1	1	2	1	3	1
2	1	1	2	4	2	1	2	4	1	2	2	1	2	1	1	4	1
1	4	2	3	3	3	1	2	3	3	1	3	3	1	3	1	2	3
1	4	2	3	3	3	1	2	3	3	1	3	3	1	3	1	4	2
2	4	3	3	4	3	2	2	2	4	1	4	1	3	1	3	2	3
2	4	3	3	4	3	2	2	2	4	1	4	3	1	3	2	2	1
1	4	2	3	3	3	1	2	3	3	1	3	3	1	3	1	4	2
2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2
2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2
1	4	2	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	2	2	2	4	2

2	3	3	3	4	2	2	2	2	4	1	4	2	2	2	1	3	1
2	4	3	3	4	3	2	2	2	4	1	4	3	1	3	2	3	1
2	4	1	3	4	2	2	1	3	2	1	3	1	1	2	2	3	1
2	4	3	4	3	4	2	1	4	4	2	4	1	2	3	1	3	1
2	4	4	3	4	3	1	1	2	1	3	4	1	2	3	1	4	2
1	4	2	4	4	2	1	2	2	1	3	4	1	2	1	2	1	1
2	1	2	4	3	4	2	2	4	2	1	4	1	2	3	1	2	1
1	2	4	3	4	2	1	1	4	1	2	4	1	1	3	1	2	1
2	1	3	4	4	2	1	1	3	2	1	3	1	1	4	1	3	2
2	1	4	3	4	4	2	2	4	1	1	4	1	1	3	2	3	2
2	1	2	2	3	3	2	1	2	2	4	2	1	1	1	1	3	1
2	1	2	1	4	2	4	1	1	2	3	2	1	2	1	1	3	1
2	2	1	2	4	2	2	1	2	2	4	2	1	1	2	1	3	2
1	2	2	1	4	2	2	1	2	2	3	2	1	1	1	1	3	1
2	1	2	1	4	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	1	3	2
2	2	2	1	4	2	2	1	2	2	4	2	1	1	1	1	3	2
2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	4	2	2	1	1	2	3	1
2	1	2	1	4	2	2	3	2	3	3	1	2	1	2	1	3	2
2	2	1	1	4	2	1	1	2	2	4	2	1	1	2	1	3	1
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	2
3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	1	3
4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	3	4	2	3
2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2
2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2
2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2

2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2
2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2
2	1	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	3	2
1	2	2	1	3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1
2	1	2	2	1	4	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	3
1	2	1	1	4	3	1	1	2	2	3	3	1	3	2	1	4	2
1	2	2	2	4	3	1	1	2	2	3	3	1	2	2	1	4	1
1	1	2	1	4	3	1	1	3	2	2	3	1	4	1	1	4	1
1	1	1	2	4	3	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	4	2
1	1	1	2	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	4	1
1	2	1	2	4	3	1	1	2	2	2	3	1	1	1	1	4	2
2	2	2	1	4	3	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	4	2
1	1	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2
1	2	2	2	4	3	2	1	2	2	2	3	1	3	2	1	4	2
1	1	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	3	2
1	2	1	2	4	3	1	2	2	2	2	3	1	1	1	1	4	2
1	2	1	2	4	3	1	1	2	2	1	3	1	2	2	2	3	2
1	2	2	1	4	3	1	2	2	1	1	3	2	2	1	1	4	2
3	4	3	4	4	2	4	1	3	4	1	3	1	1	1	1	1	1
2	4	3	3	4	2	2	2	1	4	2	2	1	2	2	1	1	1
3	4	3	4	4	4	4	2	3	3	1	4	1	1	3	1	3	1
1	4	1	3	3	3	1	2	3	2	2	2	1	1	1	3	4	2
2	3	1	4	3	2	1	1	2	3	2	3	2	3	4	2	2	2
3	4	4	4	3	4	1	2	4	3	3	1	3	2	2	3	1	2

4	3	4	3	3	4	1	2	3	4	2	4	2	2	2	2	2	2
4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	2	1	1	1	2	2	1
4	3	4	3	3	3	2	1	2	3	1	3	4	4	1	1	2	2
3	4	3	3	3	4	4	2	2	4	2	1	3	1	2	1	3	2
3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	1	2	1	1	1	2
3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	4	1	1	3	2	1	2
3	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1
2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3	2
2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	2	2	3	1
2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2
2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	4	2	1	2	2	3	1
1	2	4	1	4	2	1	1	2	1	4	2	1	3	2	2	2	2
1	2	4	2	4	2	2	1	2	2	3	3	1	1	2	1	2	2
1	2	3	1	3	1	2	2	1	2	4	3	1	2	1	2	1	2
1	2	3	1	4	2	1	1	2	1	3	4	2	1	2	1	2	1
1	2	3	1	3	1	2	2	1	2	4	3	1	2	1	2	1	2
2	1	4	2	4	2	1	1	2	1	3	4	2	1	2	1	2	1
2	1	3	1	3	1	1	2	1	1	4	3	2	2	2	2	2	2
2	2	4	2	4	2	2	1	2	2	3	4	1	1	1	1	1	1
1	1	4	2	4	2	2	2	1	1	3	3	1	1	2	1	1	2
2	1	4	2	3	2	1	1	1	2	3	4	1	2	2	1	1	2
2	2	3	2	3	2	1	1	1	1	4	3	2	2	1	1	1	1
1	1	3	1	3	1	1	2	1	1	4	3	2	2	2	1	1	1
2	2	4	2	4	2	2	1	2	2	3	3	1	1	1	1	2	1
1	2	4	1	4	1	2	2	2	1	3	4	1	2	2	2	2	1

1	1	4	2	4	1	1	2	2	1	4	4	1	1	1	1	1	2
1	1	4	2	3	1	1	2	1	1	4	3	1	2	1	2	1	2
1	2	2	1	4	3	1	2	2	2	2	3	1	1	1	1	4	1
2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2
1	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2
2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	1	1	1	2	3	2
1	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	1	2	1	1	3	2
2	2	1	2	3	3	1	1	1	2	3	3	1	2	1	1	3	2