

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

**KELLYN FITRI SHILPA CHARERA
1910801092**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA
2023**

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

**KELLYN FITRI SHILPA CHARERA
1910801092**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan

Program Studi Psikologi
Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial Dan Humaniora
Di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh :

Pembimbing : Annisa Warastri, S.Psi., M.Psi., Psikolog



15 Februari 2023

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA YOGYAKARTA

Kellyn Fitri Shilpa Charera

Prodi Psikologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Annisa Warastri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Prodi Psikologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

ABSTRAK

Psychological well-being adalah kondisi mental dimana seseorang dapat mencapai perasaan nyaman dalam hidupnya. Psychological well-being dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu forgiveness dan kecerdasan emosi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan psychological well-being pada mahasiswa,

Metode yang digunakan adalah kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Yogyakarta yang diambil dengan teknik accidental sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosi dan skala psychological well-being.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai forgiveness, kecerdasan emosi dan psychological well-being sebesar $(p) = 0,000$ ($p < 0,01$), artinya ada korelasi yang signifikan positif antara kecerdasan emosi dengan psychological well-being. Berdasarkan hasil penelitian yang didapat kecerdasan emosi termasuk dalam kategori sedang (58,2%) sedangkan untuk psychological well-being termasuk dalam kategori sedang (65,4%). Dimana semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi tingkat psychological well-being.

Kata Kunci : *Psychological Well-Being*, Kecerdasan Emosi

ABSTRACT

Psychological well-being is a mental condition in which a person can achieve a feeling of comfort in his life. This is also influenced by several factors including forgiveness and emotional intelligence.

This study aims to discover the relationship between the emotional intelligence and psychological well-being on the university students.

The researchers used quantitative method. The subjects are university students through accidental sampling technique. The data then analyzed through emotional intelligence scale and psychological well-being scale.

The results showed that the forgiveness, emotional intelligence, and psychological well-being are at $(p) = 0,000$ ($p < 0,01$), it means there is a significant correlation between the emotional intelligence and psychological well-being. It was also found that the emotional intelligence was at intermediate level (58,2%) and psychological well-being was also at intermediate level (65,4%). These results indicate that the higher the emotional intelligence, the higher the level of psychological well-being.

Keywords : Psychological Well-Being, Emotional Intelligence

PENDAHULUAN

Kehidupan di dunia ini kesejahteraan dan kebahagiaan merupakan sesuatu yang sangat ingin dimiliki oleh setiap individu (Wikanestri, & Prabowo, 2015). Setiap individu berhak mendapatkan kesejahteraan dalam berbagai aspek kehidupan. Salah satu aspek yang cukup penting yaitu psikologi karena manusia tidak dapat terlepas dari unsure psikologi yang meliputi kognisi, emosi, perilaku dan sosialnya dalam kehidupan. Salah satunya mahasiswa dalam kehidupan dikampus.

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Mahasiswa dituntut harus mempunyai pengetahuan yang luas, namun tidak cukup sebatas berpengetahuan luas saja, melainkan harus mempunyai kemampuan (*skill*), visi karakter, jauh lebih maju dibandingkan kebanyakan masyarakat pada saat ini (Rosiana & Fajrina, 2015).

Berdasarkan teori perkembangan yang dikemukakan oleh Santrock (2012). Mahasiswa termasuk dalam tahap perkembangan remaja akhir menuju dewasa muda yang berkisar pada umur 18 hingga 22 tahun, sedangkan untuk mahasiswa tingkat akhir S1 reguler dalam penelitian ini berkisar antara 20-25 tahun, dimana usia tersebut masuk dalam rentang usia dewasa muda. Menurut Papalia, Olds dan Feldman (2009) berada pada usia 20-40 tahun masa dewasa muda telah dianggap sebagai masa ketika orang muda mampu menyelesaikan masalahnya sendiri dengan cukup baik, sehingga mereka menjadi stabil dan tenang secara emosional. Begitu juga dengan mahasiswa yang berhasil beradaptasi secara positif terhadap berbagai kondisi menekan yang dihadapi, mampu berprestasi secara akademik, menyelesaikan perkuliahan tepat waktu, terhindar dari perilaku yang negatif, punya

hubungan sosial yang baik dengan orang-orang di sekitarnya dan mampu mengembangkan semua potensi-potensi yang dimilikinya (Salami, 2013).

Telah dilakukan wawancara mengenai *Psychological well-being* dengan 12 mahasiswa pada tanggal 23 Mei 2022 s/d 24 Mei 2022 yang kuliah di beberapa Universitas di Yogyakarta dari 12 mahasiswa yang diwawancarai tersebut 8 mahasiswa diantaranya yang memiliki *Psychological well-being* yang rendah. Hasil wawancara menunjukkan 5 orang mahasiswa mempunyai pandangan negatif terhadap dirinya sendiri, dalam kehidupan sehari-hari hubungannya dengan orang-orang disekitarnya, belum mampu mengatasi tekanan-tekanan yang berada di lingkungannya, tidak bisa melihat potensi yang ada dalam dirinya dan belum memiliki tujuan hidup. Selain itu 3 mahasiswa lainnya mengatakan bahwa belum bisa menerima pengalaman buruk di masalahnya yang mengakibatkan tekanan dalam hidupnya, tidak memiliki teman untuk berbagi cerita karena merasa tidak percaya dengan orang lain, tidak dapat mengutarakan pendapatnya karena merasa tidak memiliki kemampuan untuk memilih, merasa bahwa hidupnya tak memiliki arah dan tidak menyukai hal-hal baru. Terakhir 4 orang mahasiswa mengatakan bahwa telah menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada dalam dirinya menganggap bahwa peristiwa-peristiwa di masa lalunya menjadi sebuah pelajaran memiliki hubungan yang sangat baik dalam dalam keluarga maupun lingkungan sekitar, sudah mampu melakukan evaluasi diri memiliki tujuan hidup dan menyukai adanya pengalaman hal-hal baru.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki *Psychological well-being* yang cenderung rendah. Hal tersebut tidak sejalan dengan pendapat Ryff dan Keyes (2012) yang mengemukakan aspek dari *Psychological well-being* yang harus dimiliki mahasiswa yaitu, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain,

otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi

Psychological well-being merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologi positif (*positive Psychological functioning*), yaitu berkaitan dengan bagaimana kondisi mental yang dianggap sehat dan berfungsi secara maksimal (Ryff & Keyes, 2012), selain itu *Psychological well-being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Perasaan ini dapat berkisar dari kondisi mental negatif (misalnya ketidakpuasan hidup, kecemasan, dan sebagainya) sampai ke kondisi mental positif, misalnya realisasi potensi atau aktualisasi diri

Ryff (2012) menyebutkan *Psychological well-being* terd (Adeyemo & Adeleye, Emotional Intelligence, religiosity, and self-efficacy as predictors of psychological well-being among secondary school adolescents in Ogbomos, Nigeria, 2018). dari 6 dimensi fungsi psikologi dalam diri individu yaitu penerimaan diri (*self acceptance*) hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*) dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Seperti yang dinyatakan Ryff & Keyes (2012) bahwa *Psychological well-being* ditandai oleh adanya kebahagiaan, kepuasan dan tidak adanya gejala-gejala depresi. Ryff menyatakan bahwa *Psychological well-being* dapat dicapai apabila individu berupaya untuk mewujudkan tujuan-tujuan hidupnya hingga dapat mengembangkan diri selengkap mungkin, serta mampu mewujudkan kebahagiaan yang disertai dengan pemaknaan hidup. *Psychological well-being* dapat menjadikan gambaran mengenai level tertinggi dari fungsi individu sebagai manusia, dan apa yang diidam-idamkannya sebagai makhluk yang memiliki tujuan, serta akan berjuang untuk

tujuan hidupnya. Synder & Lopez (dalam Handayani, 2010)

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu: kecerdasan emosi dan efikasi diri (Adeyemo & Adeleye). Kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor penting dalam *Psychological well-being* (Shulman & Hemenover, 2006). Kecerdasan emosi adalah serangkaian kemampuan seseorang dalam memahami apa yang dirasakan ketika melakukan berbagai aktivitas, menerima dan mengandalkan emosinya saat menghadapi situasi yang menyenangkan maupun menyakitkan, menumbuhkan motivasi diri dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang bermanfaat, memahami perasaan yang dialami oleh orang lain dan memelihara hubungan baik dengan orang lain (Goleman, 2005). Sedangkan Baron dan Byrne (2004) berpendapat bahwa kecerdasan emosi adalah serangkaian kemampuan pribadi, emosi, dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Mahasiswa yang berada dalam tahap masa remaja adalah masa dimana emosi yang dimiliki tidak stabil, sangat kuat, tampak rasional, tidak terkendali, dan dapat berubah, sehingga di dalam berinteraksi dengan orang lain dapat menimbulkan adanya konflik. Oleh karena itu *Psychological well-being* dibutuhkan oleh setiap individu, tak terkecuali mahasiswa. Individu dengan tingkat *Psychological well-being* yang tercukupi akan mudah menghadapi masalah-masalah, sehingga mampu terhindar dari stress, mampu mengontrol diri dengan baik, berinteraksi sosial dengan baik serta terhindar dari depresi dan permasalahan hidup yang akan mengganggu dirinya (Borbar & Faribu, 2012).

Psychological well-being penting untuk diteliti karena merupakan kunci bagi seorang individu agar menjadi sehat secara utuh dan dapat memanfaatkan serta mengoptimalkan potensi yang dimiliki

secara maksimal. Terutama bagi mahasiswa karena banyaknya tuntutan dan tanggung jawab yang dihadapi membuat mereka kesulitan dalam mengatasinya dan tidak jarang hal tersebut juga bisa membuat mahasiswa stres dan juga berakibat pada penurunan prestasi akademiknya (Imonikebe, 2012)

Kecerdasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *Psychological well-being* (Adeyemo & Adeleye, 2018). Individu yang memiliki kecerdasan emosi baik, maka akan mampu mengatur emosinya pada segala situasi sehingga mudah beradaptasi dengan lingkungan yang berbeda. Meskipun berada dalam tekanan, individu tersebut akan dapat mengatur tingkah lakunya sehingga mampu merasakan *Psychological well-being*. Kecerdasan emosi dibutuhkan oleh setiap individu, tak terkecuali mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosi tinggi mampu menerima dan memahami emosinya dan emosi orang lain serta mampu mengelola emosinya menunjukkan performa akademik yang baik dan memiliki sikap yang positif terhadap pembelajaran (Salami, 2013). Kecerdasan emosi akan menambah hal-hal positif dalam diri seseorang. Karena kecerdasan emosi dapat membangun perilaku dan kebiasaan yang positif, mengatur emosi dan membangun nilai-nilai positif dalam diri sehingga seorang individu dapat mencapai kesejahteraannya (Salami, 2013).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Fathoni,(2012) mengatakan bahwa dalam penelitian kuantitatif data penelitian berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik. Alasan lainnya yaitu bahwa penelitian ini sudah direncanakan dengan matang sejak awal, untuk menguji teori, hipotesis dirumuskan secara jelas, analisis dilakukan setelah selesai pengumpulan data dan menggunakan statistik untuk menguji hipotesis. Karakteristik penelitian tersebut

sesuai dengan karakteristik penelitian kuantitatif. Jenis korelasi dan *ex post facto* untuk mengetahui suatu hubungan. Santoso (2015) menyebutkan bahwa “Penelitian korelasional menggambarkan suatu pendekatan umum untuk penelitian yang berfokus pada penafsiran pada kovariansi diantara variable yang muncul secara alami”. Peneliti meneliti hubungan antar dua variable. Variabel bebas dari penelitian ini adalah *kecerdasan emosional* dan Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *psychological well-being*.

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa dikota Yogyakarta. Yakni, Mahasiswa yang berusia 19 tahun sampai 23 tahun, Mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, Mahasiswa yang berkuliah di kota Yogyakarta. Penelitian ini, mengambil sampel mahasiswa yang berkuliah di Daerah Istimewa Yogyakarta, Sampel pada penelitian ini mengambil 102 Mahasiswa yang berkuliah di Yogyakarta.

Teknik pengambilan sampel ini peneliti menggunakan teknik Sampling Insidental. Sampling insidental adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila di pandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

Skala yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis yang disusun oleh peneliti sebelumnya (Vebryan Putra, 2016) dan penulis melakukan modifikasi pada skala tersebut dengan menggunakan dimensi yang telah disusun oleh Ryff. Model skala yang digunakan untuk kesejahteraan psikologis mengacu pada model skala likert dengan memodifikasi respon menjadi 4 (empat) alternatif jawaban yaitu menghilangkan jawaban netral (N) untuk memberikan jawaban yang bermakna ambigu (ganda dan menghindari kecenderungan memilih jawaban netral tanpa memberi jawaban yang pasti). Pernyataan favorable diberi skor sebagai

berikut: Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Kemudian pernyataan unfavorable diberikan skor sebagai berikut: Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4, Tidak Sesuai (TS) = 3, Sesuai (S) = 2, Sangat Sesuai (SS) = 1.

Untuk mengukur kecerdasan emosi, penulis menggunakan skala kecerdasan emosi yang disusun oleh peneliti sebelumnya (Fauziah, 2016) dan penulis melakukan modifikasi pada skala tersebut berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosi yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati, keterampilan social. Selanjutnya analisis data hasil penelitian juga akan di lakukan uji validitas, realibilitas, dengan Teknik analisis data yang menghitung nilai Mean dan Standar Deviasi untuk mengetahui kecenderungan sebaran data yang diperoleh. Serta uji asumsi dilakukan untuk menentukan apakah pengujian hipotesa menggunakan statistic parametrik atau non parametrik meliputi uji normalitas dan linearitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji coba skala *psychological well-being* ini dilaksanakan pada tanggal 27 Januari 2023-6 Febuari 2023. Hasil uji coba terhadap 52 responden dari 47 aitem yang digunakan terdapat 13 aitem yang gugur dan 34 aitem yang valid. Koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,908 Berdasarkan hasil uji coba tersebut maka dilakukan penyusunan ulang skala yang nantinya akan digunakan untuk pengambilan data penelitian. Adapun karakteristik populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa yang berusia 19 -23 tahun, mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, mahasiswa yang berkuliah di kota Yogyakarta.

Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi
1.	Laki-laki	27

2.	Perempuan	75
	Total	102

Berdasarkan karakteristik subjek berdasarkan perguruan tinggi diketahui responden terbanyak dari Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dengan jumlah responden 68 orang, sedangkan responden paling sedikit dari STIE YKPN dan Univeristas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta masing-masing 1 orang, sebagai berikut.

Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Berdasarkan Perguruan Tinggi

No.	Asal Perguruan Tinggi	Frekuensi
1.	STIE YKPN	1
2.	Poltekkes Yogyakarta	2
3.	Universitas Ahmad Dahlan	6
4.	Universitas Gadjah Mada	2
5.	Universitas Mercu Buana Yogyakarta	3
6.	Universitas Muhammadiyah Yogyakarta	9
7.	Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta	68
8.	Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta	1
9.	Universitas Teknologi Yogyakarta	2
	Total	102

Deskripsi Data Penelitian

Data yang diperoleh dari penelitian menggunakan skala kecerdasan emosi dan *pshilological well being* selanjutnya akan dilakukan kategorisasi. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data penelitian dan mengetahui perolehan data hipotetik dan data empirik. Deskripsi variabel penelitian dapat dilihat dari mean hipotetik dan mean empirik serta deskripsi berdasarkan model distribusi normal,

berikut data norma kategorisasi pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Tabel Norma Kategorisasi

Norma	Kategorisasi
$X \geq (M + 1,0 SD)$	Tinggi
$(M + 1,0 SD) > X > (M - 1,0 SD)$	Sedang
$X < (M - 1,0 SD)$	Rendah

Tingkat *psychological well-being*

Psychological well-being subjek penelitian pada kategori sesuai dengan yang diharapkan karena memiliki nilai kecerdasan emosi yang sedang. Penelitian ini diperoleh distribusi frekuensi data kecerdasan emosi berdasarkan data empirik yaitu sebanyak 20 mahasiswa yogyakarta (18,2%) kategori rendah, 72 mahasiswa yogyakarta (65,4%) kategori sedang, dan 18 mahasiswa yogyakarta (16,4%) kategori tinggi.

Kecerdasaan Emosi

Kecerdasan emosi berdasarkan data empirik yaitu sebanyak 24 mahasiswa yogyakarta (21,8%) kategori rendah, 64 mahasiswa yogyakarta (58,2%) kategori sedang, dan 22 mahasiswa yogyakarta (20,0%) kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosi subjek penelitian pada kategori sesuai dengan yang diharapkan karena memiliki tingkat kecerdasan emosi yang sedang. Dimana hipotesis pada penelitian ini semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi maka semakin tinggi *psychological well-being*.

Uji Normalitas

Test of Normality Kolmogorov-Smirnov dari program *SPSS 25 for windows*. Hasil uji normalitas sebaran variabel disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 4.4 Uji Normalitas

Variabel	Skor KS-Z	Sig (p)	Keterangan
kecerdasan emosi	0,754	0,620	Terdistribusi Normal

Uji Linearitas

Hasil menunjukkan bahwa data pada penelitian ini dengan *Linearity* sebesar 0,003 ($p < 0,05$) dan F sebesar 2,930 memiliki hubungan yang linear dan *Deviation from Linearity* sebesar 0,248 ($p > 0,05$) dan F sebesar 0,732 yang berarti korelasinya juga linear. Hal tersebut berarti hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen adalah linear.

Pada penelitian ini didapatkan hasil hubungan antara kecerdasan emosi dan *psychological well being* dalam kategori sedang, dimana nilai presentasi ditunjukkan dengan peningkatan yakni berdasarkan hasil penelitian yang didapat kecerdasan emosi termasuk dalam kategori sedang (58,2%) sedangkan untuk *psychological well being* termasuk dalam kategori sedang (65,4%).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan dari penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan nilai signifikan $P = 0,000 < 0,050$ yang artinya terdapat hubungan signifikan antara Intensitas penggunaan media sosial terhadap perilaku konsumtif, dimana nilai P dikatakan signifikan apabila $p < 0,050$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yang mana terdapat hubungan antara dua variabel pada penelitian ini.
2. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari uji *Pearson Correlation Product Moment* menggunakan *SPSS 25 for Windows*, bahwa nilai r dari variabel independen sebesar 0,138 yaitu menghasilkan sumbangan efektif sebesar 13,8% terhadap variabel dependen, sedangkan sisanya sebesar 86,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.
3. Kategorisasi

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat kecerdasan emosi termasuk dalam kategori sedang (58,2%) sedangkan untuk *psychological well being* termasuk dalam kategori sedang (65,4%). Dimana semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi tingkat *psychological well being*.

Saran

Bagi Mahasiswa, hendaknya terus melatih, meningkatkan, serta mengaplikasikan penyesuaian diri, kecerdasan emosi (EQ), dan kesejahteraan psikologis (PWB) dalam kehidupan sehari-hari khususnya ketika sedang berkumpul dengan teman, proses KBM, maupun ketika berada didalam atau luar lingkungan kuliah.

Bagi Subjek Penelitian berharap lebih mengembangkan diri dalam hal-hal positif seperti memilih lingkungan untuk bersosialisasi, mengenali diri sendiri, melakukan kegiatan yang lebih produktif bagi diri sendiri dan sekitarnya sehingga diharapkan memiliki kecerdasan emosional dan *psychological well being* yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Adeyemo, & Adeleye. (2018). Emotional Intelligence, religiosity, and self-efficacy as predictors of psychological well-being among secondary school adolescents in Ogbomos, Nigeria. *Journal of psychology*.

Adeyemo, & Adeleye. (n.d.). Emotional intelligence, religiosity and self-efficacy as predictors of psychological well-being among secondary school adolescents in Ogbomoso, Nigeria. *European Journal of*

Bar-On, R. (2019). *The impact of emotional intelligence on health and wellbeing. Emotional*

Intelligence - New Perspectives and Applications, 29–50.

Brackett, M.A., Mayer, J.D., & Warner, R.M. 2004. "Kecerdasan Emosional Dan Kaitannya Dengan Perilaku Sehari-hari. Kepribadian dan Individu". Diunduh dari : <http://heblab.research.yale.edu>

Campbell, A. & Ntobedzi, A. 2007. "Kecerdasan Emosional, Mengatasi dan Tekanan Psikologis: Jurnal Psikologi Terapan". Diunduh dari : <http://ojs-test.lib.swin.edu.au>

Ciarrocchi, J., Chan, Caputi, & Robert. 2001. "Ciarrocchi, J. Forgas, & J. Mayer. "Kecerdasan Emosional dalam Kehidupan Sehari-hari". Penyelidikan Ilmiah. Amerika Serikat: Taylor & Francis

Hartanto. 2016. "Validitas dan reliabilitas Warwick-Edinburg mental wellbeing scale". Jurnal Bimbingan dan Konseling. Diunduh di <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JBK/article/view/1013>

Hastuti, T. D., & Tatiyani. 2017. "Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa Kelas XI SMAN 104". Jakarta Timur. Diunduh di <http://repository.upi-yai.ac.id/3147/>

Hartaji. (2012). Psychological Well-Being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Journal compilation International Association of Applied Psychological*, 137.

Julika, S., & Setiyawati, D. 2019. "Hubungan antara Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada

- Mahasiswa". Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP), di unduh di <https://doi.org/10.22146/gamajo.p.47966>
- Malik, Muh., Anas. 2018. "Pengantar psikologi social". Makassar: Badan Penerbit UNM.
- Melandy, R., & Aziza, N. 2006. "Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi, Kepercayaan Diri sebagai Variabel Pemoderasi". Padang : Simposium Nasional Akuntansi 1X. Diunduh di http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_594677672272.pdf
- Muniasih, M. (2013). *engaruh Rasa Syukur dan Kecerdasan Emosi Terhadap Psychological Well Being Mahasiswa yang kuliah Sambil Bekerja*. Jakarta: Skripsi.
- Rahmah, Alvia. 2012. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Universitas Indonesia". Skripsi.
- R. R., & D. E. (2015). On Happiness and Human Potentials: A review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-being. *Annual A Review of Psychology*, 141-154.
- Raina, & B. A. (2013). Emotional Intelligence Predicts Eudaimonic Weel Being. *Journal Humanities and Social Science*, 42-47.
- Rosiana, & Fajrina. (2015). *Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Bandung: Kaifa.
- Ryff, & Keyes. (2012). The Structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2020). *Aeudaimonic approach to psychological well-being*. *Journal of Happiness*, 9, 13-39
- Sari, L. S. S., & Desiningrum, D. R. 2016. "Kecerdasan Emosional Dan Psychological Well-Being Pada Taruna Semester Iii Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang". *Jurnal Empati*, diunduh di : <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15100>
- Sari, M. P. 2019. "Hubungan antara sense of humor dan kecerdasan emosi dengan psychological well-being pada mahasiswa fakultas psikologi universitas 17 agustus 1945 surabaya". Diunduh dari <http://repository.untag-sby.ac.id/1119/8/JURNAL.pdf>
- Salami., S.O. 2010. "Kecerdasan emosional, efikasi diri, kesejahteraan psikologis dan sikap siswa berimplikasi pada pendidikan yang berkualitas". *Jurnal Studi Pendidikan Eropa*. Diunduh dari <http://ozelacademy.com>
- S. T., & Hemenover. (2016). Is Dispositional Emotional Intelligence Synonymous with Personality. *Self and Idntly*, 147.
- and students, . *Journal of Educations Studies*, 247.
- Santrock. (2012). *Mengajarkan Emotional Inteligence Pada Anak*. Jakarta: Gramedia.
- Suherman. (2015). *Manajemen Bimbingan dan konseling*. Bandung: Rizky Press.
- Salami. (2013). Emotional Intelegence, Self-eefficacy, psychological Well-Being

Wong, C. S., Wong, P. M., & Chau, S. L. 2001. "*Kecerdasan Emosional, Sikap Siswa terhadap Kehidupan dan Pencapaian Tujuan Pendidikan: Sebuah Studi Eksplorasi di Hong Kong*". Dewan Hibah Penelitian Daerah Administratif Khusus Hong Kong. Diunduh dari : <http://www.scfe.ied.edu.hk>

W. W., & Prabowo. (2015). Psychological Well-Being pada pelaku wirausaha. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan. UMM.*

Wicaksono, & Susilawati. (2019). Hubungan Rasa Syukur dan Perilaku Prosocial Terhadap Psychological Well-being pada Remaja Akhir Anggota Islamic Medical Activits Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Journal Psikologi Udayana*, 196.

Wong, W., & Chau. (2017). Emotional Intelligence, Students Attitudes Towards Life and The Attainment of Education Goals: An Exploratory Study in Hongkong New Herizon in Education . *The Journal of Education* .

Wood, Joseph, & Maltby. (2016). Gratitude Predicts Psychological Well Being Above The Big Five Facets. *Journal of Personality and Individual Different* , 443.

