

Kontribusi Kecerdasan Emosional Terhadap *Subjective Well-Being* Santri Putri
Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung
Tegalsari Banyuwangi

Mahmudah, Muhammad Imam Khaudli, Ahmad Qusyairi
IAI Darussalam Blokagung Banyuwangi
Email: mahmudah.iaida@gmail.com , imamkhaudli3@gmail.com

Abstrak

Santri sering merasa jenuh, depresi, bosan, dan terbebani hingga akhirnya berpengaruh terhadap emosi dan kebahagiaan santri. *Subjective well-being* merupakan istilah ilmiah yang digunakan ilmuwan untuk menyebut kebahagiaan. Dalam rangka mewujudkan *subjective well-being*, terdapat faktor-faktor yang harus diperhatikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap *subjective well-being* santri putri asrama tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi. Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan untuk jenis penelitian menggunakan jenis penelitian deskriptif. Sampel penelitian menggunakan metode *purposive sampling*, sampel yang diambil hanya dari santri putri asrama tahfidz. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosi terhadap *subjective well-being* santri putri asrama tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi dengan kontribusi efektif yang diberikan kecerdasan emosional terhadap *subjective well-being* sebesar 32,4%, sedangkan sisanya yaitu 67,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya.

Kata kunci: Kecerdasan emosi, *Subjective well-being*, Pondok pesantren

Abstract

Santri often feel bored, depressed, bored, and burdened until it finally affects the emotions and happiness of students. *Subjective well-being* is a scientific term that scientists use to describe happiness. In order to realize *subjective well-being*, there are factors that must be considered. This study aims to determine the effect of emotional intelligence on the *subjective well-being* of female students in the tahfidz dormitory of the Mukhtar Syafa'at Islamic Boarding School Blokagung Tegalsari Banyuwangi. This research approach uses a quantitative approach, while this type of research uses descriptive research. The research sample used purposive sampling method, the sample was taken only from female students of the Tahfidz dormitory. The results showed that there was a significant influence between emotional intelligence on *subjective well-being* of female students in the Tahfidz boarding school Mukhtar Syafa'at Islamic Boarding School Blokagung Tegalsari Banyuwangi with the effective contribution given by emotional intelligence to *subjective well-being* of 32.4%, while the rest were 67.6% influenced by other factors.

Keywords: *Emotional intelligence, Subjective well-being, Islamic boarding school*

A. PENDAHULUAN

Pondok pesantren memberikan kurikulum yang berbeda, dibandingkan dengan sekolah umum. Beberapa pondok pesantren menyatukan kurikulum pemerintah dengan kurikulum yang dibuat sendiri oleh pesantren, sehingga selain dibekali ilmu umum, para santri juga dapat memperdalam ilmu agama. Para santri yang belajar di pondok pesantren, diharapkan bisa menguasai ilmu pengetahuan, juga memiliki iman dan taqwa yang sebagai kemampuan untuk hidup bermasyarakat. Menurut Bashori, santri hidup dalam suatu kelompok khas, dengan kyai, ustadz, santri dan pengurus pesantren, berlandaskan nilai agama islam lengkap dengan norma dan kebiasaannya tersendiri, yang berbeda dengan masyarakat umum (Pritaningrum & Hendriani, 2013: 135). Masalah yang sering dijumpai di pondok pesantren diantaranya merasa tidak betah, menyendiri, ingin kabur, sakit, tidak mengikuti kegiatan, melanggar peraturan dan berbagai masalah yang

menyangkut kehidupan santri (Ghofiniyah & Setiowati, 2017: 5).

Penelitian oleh Hakiqi dalam Andi (2017:5) menyatakan bahwa, remaja yang tinggal di pondok pesantren memiliki tingkat depresi lebih banyak di banding dengan remaja yang tinggal di rumah. Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Nefi Darmayanti (2008:117), menyatakan bahwa remaja perempuan lebih sering mengalami depresi dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Fenomena tersebut berdasarkan observasi juga dialami oleh santri putri asrama tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Banyuwangi yang berjumlah 35 santri. Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Banyuwangi merupakan lembaga yang di dalamnya ada sekolah formal dan sekolah diniyah. Kegiatan santri tahfidz di dalam PP. Mukhtar Syafa'at sama seperti pesantren lain pada umumnya, di samping mereka memiliki tuntutan sekolah akademik dan sekolah diniyah, yaitu kegiatan mengaji di pesantren, mereka juga

memiliki tuntutan berupa hafalan Al-Qur'an. Hasil observasi yang dilakukan peneliti, kegiatan yang dilakukan santri tahfidz dimulai dari setelah sholat subuh seperti mengaji qiro'ati, kemudian sekolah atau kuliah, setelah pulang sekolah atau kuliah mereka masih harus mengaji sampai larut malam, tidak lupa para santri tahfidz pun masih harus hafalan dan muroja'ah Al-Qur'an (Hasil Wawancara, 2021).

Pengurus santriwati menyatakan bahwa banyak santri asrama tahfidz yang merasa jenuh, depresi dan stress. Apalagi di masa pandemi Covid-19, seluruh santri dilarang keluar dan pulang dari pesantren untuk menjaga diri dari tertular virus Covid-19. Padahal banyak santri yang rindu rumah atau suasana lingkungan di rumah, atau mungkin hanya untuk keluar dan pulang sekedar melepas kejenuhan yang dialaminya. Faktor-faktor seperti padatnya kegiatan di asrama, sekolah formal/perkuliah, sekolah diniyah, menghafalkan al-qur'an, juga kegiatan-kegiatan pondok pesantren lainnya, selain itu ada juga faktor dari

pandemi Covid-19 yang menyebabkan santri putri merasa jenuh, bosan, stress, dan merasakan tidak bahagia. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Khasna (2020: 62), yaitu kebanyakan santri putri penghafal Al-Qur'an mengalami stress atau depresi meskipun dalam tingkat stress normal dan ringan.

Menurut Ivan (2020:74), perubahan pada emosi, seperti khawatir, cemas dan stres merupakan respon biasa ketika situasi pandemi. Hal itu merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri atau tanda bahwa ada ancaman yang kita hadapi. Namun, apabila berlebihan, maka akan mengganggu kondisi psikologis individu, seperti mengalami depresi. Hal tersebut dapat mengakibatkan berkurangnya tingkat kebahagiaan santri. *Subjective well-being* merupakan istilah ilmiah yang digunakan ilmuwan untuk menyebut kebahagiaan. Meski demikian, terdapat perbedaan antara istilah *subjective well-being*, dengan istilah kebahagiaan yang dipakai sehari-hari.

Ed Diener, Oishi & Lucas dalam Lufti (2020:42), mengatakan bahwa *subjective well-being* terdiri dari serangkaian analisis ilmiah tentang bagaimana individu mengevaluasi hidup mereka, baik saat ini maupun di masa lalu. Evaluasi ini termasuk reaksi emosional individu terhadap peristiwa-peristiwa dalam kehidupan, suasana hati, dan penilaian yang mereka bentuk mengenai kepuasan hidup mereka, pemenuhan, dan kepuasan dengan domain (bidang kehidupan) seperti persahabatan, pernikahan dan pekerjaan. Diener, Suh, & Oishi dalam Sofa (2014:68), menjelaskan bahwa individu dikatakan memiliki *subjective well-being* tinggi jika mengalami kepuasan hidup, sering merasakan kegembiraan, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan, seperti kesedihan atau kemarahan. Sebaliknya, individu dikatakan memiliki *subjective well-being* rendah, jika tidak puas dengan kehidupannya, mengalami sedikit kegembiraan dan afeksi, serta lebih sering merasakan emosi negatif, seperti kemarahan atau kecemasan.

Allah berfirman dalam Al-Qur'an surat hud ayat 108, yaitu:

وَأَمَّا الَّذِينَ سُعِدُوا فَوَيْ الْجَنَّةِ
خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمَاوَاتُ
وَالْأَرْضُ إِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ عَطَاءٌ
غَيْرٌ مَجْذُودٍ

Artinya: Adapun orang-orang yang berbahagia, maka tempatnya di dalam surga, mereka kekal di dalamnya selama ada langit dan bumi, kecuali jika Tuhanmu menghendaki (yang lain); sebagai karunia yang tiada putus-putusnya (QS. Hud:108) (Depag RI, 2007:335).

Allah SWT menjanjikan bahwa orang-orang yang berbahagia, kelak mereka akan di tempatkan di surga-Nya yang kekal. Orang yang berbahagia disini adalah orang yang tidak mengeluh, dan merasa depresi atas apa yang telah Allah berikan dalam kehidupannya, seperti harta benda, lingkungan tempat tinggalnya, maupun kesusahan-kesusahan yang dialaminya.

Menurut Sabiq (2016:178), santri yang secara emosi cerdas dapat memahami emosi yang dialaminya, sehingga dapat mengelola emosi yang muncul. Memiliki kecerdasan emosional yang baik berarti memiliki

kecakapan sosial dan pengendalian diri yang tinggi. Dengan begitu santri baru dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan mampu menghadapi masalah-masalah yang ada. Dengan menjalani kehidupan sosial dan penyelesaian masalah yang baik, dapat diketahui setinggi apa kecerdasan emosional yang dimilikinya. Keberhasilan mengelola emosi ini akan mempengaruhi santri dalam meningkatkan tingkat *subjective well-being* atau kebahagiaan dirinya. Menurut Wuryanano, individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi cenderung menjalani kehidupannya dengan rasa puas dan gembira. Perasaan puas dan gembira ini disebut dengan *subjective well-being*, dimana individu lebih banyak merasakan afek menyenangkan dari pada afek tidak menyenangkan (Prasetyo dan Andriani, 2011: 23).

Menurut Yapono mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan individu untuk mempersepsi, membangkitkan dan memasuki emosi yang dapat membantu menyadari dan mengatur emosi diri sendiri maupun orang lain,

sehingga dapat mengembangkan pertumbuhan emosi dan intelektual (Setyawan dan Simbolon, 2018:12). Griffin dan Moorhead menyatakan kecerdasan emosional adalah dimana seseorang memiliki kesadaran diri, dapat mengendalikan emosi mereka, memotivasi diri sendiri, mengekspresikan empati kepada orang lain, dan mampu berinteraksi sosial (Fadilah dan Sagala, 2019: 49).

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EI sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan (Manizar, 2016: 10). Dulewicz menyatakan, bahwa kecerdasan emosional adalah mengenai bagaimana seseorang mengetahui apa yang dirasakan yang mampu memotivasi diri sendiri untuk bisa melakukan tugas-tugas dengan lebih baik sehingga akan mampu menjalin

hubungan yang lebih baik dengan pihak lain (Efendi dan Sutanto, 2013).

Berdasarkan pada berbagai pendapat di atas, maka bisa dipahami bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk bisa mengenal dirinya sendiri dengan lebih baik dan mengenal orang lain sehingga akan mampu menjalin sebuah hubungan yang harmonis dengan orang lain. Pengenalan diri sendiri maupun pengenalan pada orang lain ini adalah pengenalan atas potensi-potensi maupun kelemahan-kelemahan dalam diri yang menyebabkan seseorang mampu menempatkan diri ketika berhubungan dengan orang lain.

Subjective well-being adalah persepsi seseorang terhadap pengalaman hidupnya, yang terdiri dari evaluasi kognitif, dan afeksi terhadap hidup, dan merepresentasikan dalam kesejahteraan psikologis (Ariati, 2010:119). *Subjective well-being* oleh Farid dan Lazarus didefinisikan sebagai hal yang menguntungkan secara keseluruhan dalam kehidupannya dan pekerjaannya,

maupun secara psikologis, fisiologis dan sosiologis berkaitan dengan domain kepuasan yang dievaluasi oleh seseorang (Basid dan Elfariyani, 2020:5). Snyder dan Lopez menjelaskan bahwa kebahagiaan (*happiness*) atau *subjective well-being* merupakan suatu keadaan yang didalamnya terdapat fungsi kognitif dan afektif. Fungsi kognitif yaitu adanya suatu evaluasi oleh individu, termasuk dalam membuat suatu keputusan tentang kepuasan, dan kebutuhan hidup. Fungsi afektif terdiri dari reaksi emosi, bisa dalam bentuk positif, ataupun negatif (Christina dan Mutalessy, 2016:4).

Berdasarkan beberapa definisi tentang *subjective well-being* di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* merupakan suatu keadaan dimana seseorang mempersepsi dan mengevaluasi segala hal yang terjadi di dalam kehidupan mereka, baik evaluasi secara kognitif maupun afektif dengan orang lain, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Juga bisa diartikan sebagai suatu ungkapan perasaan individu

mengenai kehidupannya di dalam berbagai keadaan yang terjadi dan di alami, baik itu dilihat berdasarkan kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup.

Berdasarkan pemaparan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Kontribusi Kecerdasan Emosional terhadap *Subjective Well-Being* Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa’at Blokagung Tegalsari Banyuwangi”.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di santri putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa’at Blokagung Tegalsari Banyuwangi, pada Bulan Maret-Juni 2021. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, metode penelitian kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya sistematis, terencana dengan baik dan terstruktur dengan jelas dari awal sampai dengan pembuatan desain penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan dokumentasi, yaitu mengumpulkan data-data yang

mendukung penelitian (Jauhariyah, dkk, 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah santri putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa’at Blokagung Tegalsari Banyuwangi yang berjumlah 35 santri. Menurut Sugiyono (2016; 85), teknik *sampling jenuh* adalah teknik teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Penelitian ini menggunakan sampel Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa’at Blokagung Banyuwangi yang berjumlah 35 santri. Penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda dengan menggunakan program manual dan program *Statistical Package for the Social Sciens* (SPSS). Analisis linier berganda melibatkan lebih dari satu variabel bebas.

Formula:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y : Variabel dependen (nilai yang diprediksikan)

X : Variabel Independen

a : Konstanta (nilai Y apabila X = 0)

b : Koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu

Ha : Kecerdasan Emosional mempunyai pengaruh terhadap *Subjective Well-Being* Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi.

Ho : Kecerdasan Emosional tidak mempunyai pengaruh terhadap *Subjective Well-Being* Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi.

C. HASIL PENELITIAN

Pondok Pesantren "Mukhtar Syafa'at" yang berlokasi di Dusun Blokagung Desa Karangdoro Kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi tepatnya sebelah selatan kurang lebih 50 km dari pusat Kota Kabupaten Banyuwangi, berdiri di bawah Yayasan "Muhtar Syafa'at" yang diprakarsai oleh pendiri dan pengasuh pertama PP. Muhtar Syafa'at Blokagung serta segenap tokoh masyarakat desa Karangdoro. Mukhtar Syafa'at merupakan Pondok Pesantren terdiri dari pendidikan formal dan non formal. Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at setelah sepeninggalan Almarhum Kyai Ahmad Qusyairi

yang merupakan putra dari Kyai Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur Pendiri Pondok Pesantren Darussalam, kepemimpinan pesantren diteruskan oleh istri dan putra-putra almarhum (Mahmudah dan Khaudli, 2021: 97).

Pengujian apakah sampel penelitian merupakan jenis distribusi normal dapat digunakan teknik One Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Data dikatakan normal apabila $p > 0,05$ (Sugiyono, 2015:241).

hasil hitung uji normalitas *one sample kolmogorov-smirnov* dapat diketahui, bahwa nilai sig. 0,200. Hal ini menunjukkan, nilai *Asymp. sig. (2-tailed)* $> 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari sampel penelitian berdistribusi normal.

Hasil uji hipotesis menunjukkan diterima atau tidaknya hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap *Subjective Well-Being* Santri

Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at.

Analisis linear sederhana atau dalam bahasa Inggris disebut dengan nama *simple linear regression* digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh satu variabel bebas atau variabel predictor atau independent (X) terhadap variabel tergantung atau variabel dependen atau variabel terikat (Y).

Dalam uji regresi linier sederhana digunakan untuk menunjukkan angka probabilitas atau signifikansi untuk uji kelayakan model regresi dengan ketentuan angka probabilitas yang baik untuk digunakan sebagai model regresi adalah harus lebih kecil dari 0,05. Berdasarkan table ANOVA di atas dapat diperoleh hasil nilai $F = 15,835$, derajat kebebasan (df) = 1, pada nilai $sig. = 0,000 < 0,05$ yang berarti model regresi ini layak untuk memprediksi pengaruh antara kedua variabel dan model regresi linier $Y = a + bX$ dapat digunakan.

Uji hipotesis atau uji pengaruh berfungsi untuk

mengetahui apakah koefisien regresi tersebut signifikan atau tidak.

Ha: Kecerdasan Emosional mempunyai Pengaruh terhadap *Subjective Well-Being* Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi.

Ho: Kecerdasan Emosional tidak mempunyai Pengaruh terhadap *Subjective Well-Being* Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi.

Diketahui nilai t hitung sebesar 3,979 lebih besar dari $> 1,691$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti "Ada pengaruh Kecerdasan Emosional (X) terhadap *Subjective Well-Being* (Y)". Nilai signifikansi ($Sig.$) sebesar 0,000, yang artinya 0,000 lebih kecil dari $<$ probabilitas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti "Ada pengaruh Kecerdasan Emosional (X) terhadap *Subjective Well-Being* (Y)".

Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana diperoleh nilai t 3979 dan $sig.$ (0,000) lebih kecil dari α (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa variabel kecerdasan emosional (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well-being* (Y). Maka dapat diambil kesimpulan bahwa variabel Kecerdasan Emosional memiliki pengaruh terhadap *Subjective Well-Being*.

Hubungan sosial yang positif akan tercipta bila adanya dukungan sosial dan keintiman emosional. Hubungan yang didalamnya ada dukungan dan keintiman akan membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif, dan membuat individu menjadi sehat secara fisik. *Subjective well-being* merupakan suatu evaluasi ilmiah seorang individu dalam menilai kualitas hidupnya, dimana penilaian tersebut terdiri dari penilaian kepuasan hidup individu dan perasaan yang dialami dalam

hidupnya baik perasaan positif maupun negatif.

Diener, dkk memaparkan bahwa *Subjective Well-Being* merupakan konsep yang luas, meliputi emosi pengalaman menyenangkan, rendahnya tingkat mood negatif, dan kepuasan hidup yang tinggi. Selain itu Diener menyatakan seseorang dikatakan memiliki *Subjective Well-Being* yang tinggi jika dia mengalami kepuasan hidup dan mengalami kegembiraan lebih sering, serta tidak terlalu sering mengalami emosi yang tidak menyenangkan, seperti kesedihan dan kemarahan. Sebaliknya, seseorang dikatakan memiliki *Subjective Well-Being* yang rendah jika dia tidak puas dengan hidupnya, mengalami sedikit afeksi dan kegembiraan, dan lebih sering mengalami emosi negatif seperti kemarahan atau kecemasan.

Juga diketahui bahwa nilai R Square/ R^2 = 0,324. Ini berarti bahwa sumbangan efektif yang diberikan Kecerdasan Emosional terhadap *Subjective Well-Being* sebesar 32,4%. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh faktor Kecerdasan Emosional

terhadap *Subjective Well-Being* sangat tinggi. Wuryanano memaparkan individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi cenderung menjalani kehidupannya dengan rasa puas dan gembira.

Seringkali santri yang masih dalam usia remaja merasa putus asa saat mengalami kegagalan atau masalah. Seperti saat mendapatkan nilai kurang baik, atau saat ia mengalami konflik sosial dengan teman. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecenderungan santri putri dapat memotivasi dirinya sendiri saat ia mengalami kesulitan. Selain dengan kemampuan sendiri, santri juga mendapat dukungan sosial dari lingkungannya. Penelitian yang dilakukan Volpe kepada 80 remaja pelajar dan mahasiswa di Washington DC, Amerika Serikat menunjukkan 36% remaja lebih terbuka dan merasakan berbagai hal positif terhadap teman sebaya dibanding dengan ayah (21%) dan ibu (27%). Hal ini membuktikan bahwa remaja lebih sering berinteraksi dan merasa nyaman dengan teman akrab, yang membuat ia mendapat

dukungan sosial darinya. Dengan begitu saat remaja mengalami kesulitan, maka remaja akan lebih terbuka dan mencari solusi dengan teman sebaya.

Berdasarkan kriteria korelasi oleh Colton, nilai korelasi antara 0,5-0,75 memiliki makna korelasi kuat. Pada Tabel 3.3 data penelitian didapatkan nilai korelasi $r = 0,569$ yang memiliki makna bahwa kedua variabel memiliki hubungan linier positif kuat, artinya semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional santri, maka akan semakin meningkatkan tingkat *subjective well-being* yang dimiliki oleh santri putri asrama tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Prasetyo & Indriani yang membahas tentang hubungan antara kecerdasan emosi dengan *subjective well being* pada mahasiswa tingkat pertama. Dari hasil penelitian didapat hubungan yang signifikan antara Kecerdasan Emosional dengan *Subjective Well-Being*. Hubungan ini memiliki arah positif,

sehingga semakin tinggi Kecerdasan Emosional, maka semakin tinggi pula tingkat kepuasan dan kegembiraannya. Sementara hubungan Kecerdasan Emosional dengan afek yang tidak menyenangkan memiliki arah yang negatif, dengan demikian semakin rendah afek tidak menyenangkan yang dimiliki, berarti semakin tinggi kepuasan dan kegembiraannya.

Santri walaupun dengan segala kegiatan dan kesibukan yang mereka miliki, mereka mampu dalam mengendalikan, mengenali, dan memahami emosi mereka, merekapun mampu mengendalikan, mengenali, dan memahami emosi orang lain sehingga mampu membina hubungan yang baik dengan orang-orang sekitarnya dan hal tersebut dapat meningkatkan tingkat *Subjective Well-Being* santri.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh dalam menentukan *Subjective Well-Being* secara signifikan dengan hasil

positif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka terdapat kecenderungan peningkatan *Subjective Well-Being* Santri Putri Asrama Tahfidz Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi, demikian pula sebaliknya, bahwa semakin rendah Kecerdasan Emosional maka *Subjective Well-Being* santri cenderung menurun.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, Ivan Muhammad. 2020. *Memahami Pandemi COVID-19 dalam Perspektif Psikologi Sosial*. Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi, 1(2): 68-84.
- Ardiyati, Franzeska. 2013. *Perbedaan Motivasi Kerja pada Karyawan yang Sudah Menikah dan yang Belum Menikah*. Disertasi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Sarjana Universitas Sanata Dharma.
- Ariati, Jati. 2010. *Subjective Well-Being (Kesejahteraan Subjektif) dan Kepuasan Kerja pada Staf Pengajar (Dosen) di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Jurnal Psikologi Undip, 8(2): 117-123.
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Basid, Rezqi Ananda., & Elfariani, Alya Risma. 2020. *Analisis pengaruh Elemen Subjective Well-Being terhadap Organizational Citizenship Behavior Karyawan Optimal: Jurnal Ekonomi dan Kewirausahaan*, 14(1): 1-15.
- Christina, Dessy. & Matulesy, Andik. 2016. *Penyesuaian Perkawinan, Subjective Well-Being dan Konflik Perkawinan*. Persona, Jurnal Psikologi Indonesia, 5(1): 1-14.
- Depag RI. 2007. *Al-Qur'an Terjemah*. Semarang: CV. Toha Putra.
- Efendi, Verisa Angelia. & Sutanto, Eddy Madiono. 2013. *Pengaruh Faktor-Faktor Kecerdasan Emosional Pemimpin terhadap Komitmen Organisasional Karyawan di Universitas Kristen Petra*. AGORA, 1(1): -
- Goleman, D. 1995. *Emotional Intelligence Kecerdasan Emosional Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Terjemahan oleh Hermaya, T. 2016. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hamdana, Fara. & Alhamdu. 2015. *Subjective Well-Being MAN 3 Palembang yang Tinggal di Asrama*. PSIKIS-Jurnal Psikologi Islami, 1(1): 95-104.
- Hamzah, A. & Susanti, L. 2020. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Batu: Literasi Nusantara.
- Harahap, Debita Ade Fadillah. & Sagala, Ella Jauvani. 2019. *Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Paramedic*. Akuntabel. 16(1): 47-53.
- Indriyani, Sofa. Mabruuri, Moh. Iqbal. & Purwanto, Edy. 2014. *Subjective Well-Being pada Lansia Ditinjau dari Tempat Tinggal*. Development and Clinical Psychology. 3(1): 66-72.
- Jauhariyah, Nur Anim; Habibulloh, Habibulloh; Yazid, Azy Athoillah. Potret Pertumbuhan Kunjungan Wisatawan Dalam Perspektif Islam Di Kabupaten BANYUWANGI. *Jurnal Ekonomi Syariah Darussalam*, [S.l.], v. 2, n. 1, p. 86-99, feb. 2021. ISSN 2745-8407. Available at: <<https://ejournal.iaida.ac.id/index.php/JESDar/article/view/883>>. Date accessed: 05 Augt. 2021.
- MAHMUDAH, Mahmudah; KHAUDLI, Muhammad Imam. Pembinaan Kepada Pengurus Di Ponpes Mukhtar Syafa'at Blokagung Tegalsari Banyuwangi Tentang Kepemimpinan Dalam Islam Menurut Al-Qur'an Dan Hadist. *LOYALITAS, Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, [S.l.], v. 4, n. 1, p. 97-104, june 2021. ISSN 2621-4687. Available at: <<https://ejournal.iaida.ac.id/index.php/loyal/article/view/919>>. Date accessed: 02 sep. 2021. doi: <https://doi.org/10.30739/loyal.v4i1.919>
- Manizar, Ely (ed.) 2016. *Mengelola Kecerdasan Emosi*. Palembang: UIN Raden Fatah.

- Nefi Darmayanti. -. *Gender dan Depresi Pada Remaja*. Jurnal Psikologi. 35(2): 164-180.
- Pramithasari, Adina. & Suseno, Miftahun Ni'mah. 2019. *Kebersyukuran dan Kesejahteraan Subjektif pada Guru SMA Negeri 1 Sewon*. Jurnal Penelitian Psikologi, 10(2): 2-12.
- Prasetyo, Anggit. & Andriani, Inge. 2011. *Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Tingkat Pertama*. Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Sipil), 4: 22-26.
- Prihatiningrum, Arini. 2018. *Celebrity Worship dan Subjective Well-Being di Kalangan K-Popers*. Disertasi tidak diterbitkan. Malang: Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
- Pritaningrum, Meidiana. & Hendriani, Wiwin. 2013. *Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama*. Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial, 2(3), 134-143.
- Sabiq, Zamzami. 2016. *Kecerdasan Emosional, Spiritual dan Perilaku Prosocial Santri Sabilul Ihsan Pamekasan Madura*. Kabilah, 1(1): 173-190.
- Sardi, Lufti Nooryan. & Ayriza, Yulia. 2020. *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Subjective Well-Being pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren*. Acta Psychologia. 2(1): 41-48.
- Setyawan, Andoko Ageng. & Simbolon, Dumora. 2018. *Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Hasil Belajar Siswa SMK Kansai Pekanbaru*. JPPM, 11(1): 11-18.
- Siyoto, Sandu. & Ali, Sodik. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. 2015. *Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumanto. 2012. *Pengujian Model Alat Ukur Kesejahteraan-Subjektif Pengusaha Kecil dan Menengah (PKM) Provinsi D.I Yogyakarta dengan Structural Equation Modelling (SEM)*. Informasi, 17(02): 120-138.
- Syahrum. & Salim. 2012. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media.
- Tarmizi, Rosmiaty., Dewantoro, Gilang Suryo. & Suwandi. 2012. *Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual terhadap Kinerja Auditor Kantor Badan Pemeriksa Keuangan Wilayah Lampung (Study Kasus di Kantor BPK Wilayah Lampung)*. JURNAL Akuntansi dan Keuangan, 3(1): 39-54.
- Trimawartinah. 2020. *Bahan Ajar Statistik Non Parametrik*. Jakarta: UHAMKA.
- Wibowo, Cokro. 2014. *Pengaruh Model Cooperative Learning Tipe TGT dan Peer Teaching dalam Permainan Bola Besar terhadap Kecerdasan Emosional Siswa*.

Disertasi tidak diterbitkan.
Bandung: Program
Pascasarjana Universitas
Pendidikan Indonesia.