

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN  
SOSIAL DENGAN OPTIMISME PADA GURU SMP**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Psikologi



Disusun oleh:

Anief Nabila

1900013343

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN  
YOGYAKARTA**

**2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

### HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN OPTIMISME PADA GURU SMP

Yang disusun oleh:

Anief Nabila

1900013343

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Ahmad Dahlan dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian  
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

22 Maret 2024

Fakultas Psikologi

Universitas Ahmad Dahlan

Pada Tanggal

20 Mei 2024

Dekan,



Elli Nur Hayati, M.PH., Ph.D., Psikolog

Pembimbing: Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M. Si, Psikolog

Dewan Penguji

1. Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M. Si, Psikolog
2. Dr. Nurul Hidayah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Erny Hidayati, S.Psi, M.A., Psikolog

Tanda Tangan

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

### *Bismillahirrohmanirrohim*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anief Nabila

NIM : 1900013343

Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “Hubungan antara Kecerdasan emosional dan Dukungan Sosial dengan Optimisme Guru SMP” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika di kemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan undang- undang dan peraturan yang berlaku.

Yogyakarta, Maret 2024



Anief Nabila

1900013343

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anief Nabila

NIM : 1900013343

Email : **anief1900013343@webmail.uad.ac.id**

Fakultas : Psikologi

Program studi : Psikologi

Judul tugas akhir : Hubungan antara Kecerdasan emosional dan Dukungan Sosial dengan Optimisme pada Guru SMP

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan ataupun di institusi Pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan terjemahan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari dosen Pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini adalah hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh Pembimbing.
4. Karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau naskah dengan menyebut nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam Pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan

Yogyakarta, Maret 2024



Anief Nabila

## PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anief Nabila

NIM : 1900013343

Email : [anief1900013343@webmail.uad.ac.id](mailto:anief1900013343@webmail.uad.ac.id)

Fakultas : Psikologi

Program studi : Psikologi

Judul tugas akhir : Hubungan antara Kecerdasan emosional dan Dukungan Sosial dengan Optimisme pada Guru SMP

Dengan ini saya menyerahkan hak sepenuhnya kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut

Saya (mengizinkan /tidak mengizinkan)\* karya tersebut diunggah ke dalam Repository Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, Maret 2024

Pembimbing



Faridah Ainur Rohmah, S.Psi., M.Si.,  
Psikolog

Penulis



Anief Nabila

## MOTTO

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ عَلَيْكَ الْكِتَابَ مِنْهُ آيَاتٌ مُحْكَمَاتٌ هُنَّ أُمُّ الْكِتَابِ وَأُخَرُ مُتَشَابِهَاتٌ فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ وَمَا يَعْلَمُ تَأْوِيلَهُ إِلَّا اللَّهُ وَالرَّاسِخُونَ فِي الْعِلْمِ يَقُولُونَ آمَنَّا بِهِ كُلٌّ مِنْ عِنْدِ رَبِّنَا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ

“Dialah yang menurunkan Al Kitab (Al Quran) kepada kamu. Di antara (isi)nya ada ayat-ayat yang muhkamaat, itulah pokok-pokok isi Al qur’an dan yang lain (ayat-ayat) mutasyaabihaat. Adapun orang-orang yang dalam hatinya condong kepada kesesatan, maka mereka mengikuti sebahagian ayat-ayat yang mutasyaabihaat daripadanya untuk menimbulkan fitnah untuk mencari-cari ta’wilnya, padahal tidak ada yang mengetahui ta’wilnya melainkan Allah. Dan orang-orang yang mendalam ilmunya berkata: “Kami beriman kepada ayat-ayat yang mutasyaabihaat, semuanya itu dari sisi Tuhan kami”. Dan tidak dapat mengambil pelajaran (daripadanya) melainkan orang-orang yang berakal.”

## QS. Ali Imran; 7

## HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Pada halaman ini dengan segenap rasa syukur, saya persembahkan skripsi ini kepada.

1. Allah SWT atas segala limpahan rahmatnya sehingga saya diberikan kemampuan dan kesabaran untuk dapat menyelesaikan rangkaian proses tugas akhir dalam perkuliahan yaitu skripsi.

2. kedua orang tua yang tersayang, teruntuk ayah Haryono dan mamah Ningsih yang telah memberi peran yang sangat besar dalam perjalanan hidup saya, serta telah membesarkan saya dengan penuh kasih sayang dan kelembutan sehingga saya mampu melewati dan berada dititik ini.

Semoga skripsi yang telah saya buat dengan do'a beserta ikhtiar saya ini dapat memberikan manfaat bagi diri saya dan orang lain, Aamiin.

## UCAPAN TERIMA KASIH

*Alhamdulillahirrabil'alamin*, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kecerdasan emosional dan Dukungan Sosial dengan Optimisme pada Guru SMP” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana di Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Ahmad Dahlan beserta Staf yang telah menyediakan sarana dan prasarana belajar kepada penulis selama menjadi mahasiswa di Universitas Ahmad Dahlan.
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan yang telah memimpin dan mendukung kegiatan akademik selama peneliti menjalani proses studi.
3. Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian, dan memberikan masukan, pembelajaran berharga dan motivasi hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.



4. Dosen Pembimbing Akademik yang saya hormati, yang telah membimbing dan memotivasi selama peneliti menjalani studi pendidikan S1.
5. Dosen Pembimbing Skripsi yang saya hormati, yang telah memberikan arahan, bimbingan serta motivasi kepada peneliti dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan skripsi.
6. Kepada Keluarga penulis, terkhusus Ayah, Mamah, dan Adik yang telah memberikan doa, dukungan, cinta dan kasih sayang kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Guru-guru yang mengajar di SMPN Depok Kab.Sleman yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
8. Teman-teman yang telah bersedia menemani, membantu, mengarahkan, berbagi ilmu, dan memberikan dukungan selama penulis menjalani proses menimba ilmu.
9. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan do'a yang telah diberikan kepada penulis.

Yogyakarta, Maret 2024

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iii
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I_PENDAHULUAN.....	16
A. Latar Belakang Masalah .....	16
B. Keaslian Penelitian.....	20
C. Tujuan Penelitian .....	26
D. Manfaat Penelitian .....	26
BAB II_TINJAUAN PUSTAKA.....	27
A. Optimisme.....	27
B. Kecerdasan emosional.....	32
C. Dukungan Sosial.....	37
D. Hubungan antara Kecerdasan emosional dan Dukungan Sosial terhadap Optimisme .....	41
E. Hipotesis .....	46
BAB III_METODE PENELITIAN.....	47
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	47
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	47
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	49
D. Metode Pengumpulan Data .....	50
E. Validitas dan Reabilitas .....	54
F. Analisis Data .....	55
BAB IV_HASIL DAN PEMBAHASAN.....	57
A.Orientasi Kanchah .....	57
B. Uji Coba Alat Ukur.....	59

C. Prosedur Pengumpulan Data .....	73
D. Hasil Analisis Data .....	74
E. Pembahasan .....	81
BAB V PENUTUP .....	89
A. Kesimpulan .....	89
B. Saran .....	90
DAFTAR PUSTAKA .....	93
LAMPIRAN .....	97

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Subjek Penelitian .....	49
Tabel 2 Format Respon dan Skoring.....	51
Tabel 3 <i>Blue print</i> skala optimisme.....	53
Tabel 4 <i>Blue print</i> skala kecerdasan emosional.....	53
Tabel 5 <i>Blue print</i> skala dukungan sosial.....	54
Tabel 6 Sebaran Aitem Skala Optimisme Sebelum Uji Coba.....	60
Tabel 7 Sebaran Aitem Kecerdasan Emosional Sebelum Uji Coba .....	61
Tabel 8 Sebaran Aitem Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	62
Tabel 9 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Optimism.....	65
Tabel 10 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Optimisme Setelah Penyetaraan.....	66
Tabel 11 Penomoran Ulang Aitem Skala Optimisme.....	66
Tabel 12 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Kecerdasan emosional	67
Tabel 13 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Kecerdasan emosional Setelah Penyetaraan.....	68
Tabel 14 Penomoran Ulang Aitem Skala Kecerdasan emosional.....	69
Tabel 15 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Dukungan sosial .....	70
Tabel 16 Sebaran Aitem Valid dan Gugur Skala Dukungan sosial Setelah Penyetaraan.....	71
Tabel 17 Penomoran Ulang Aitem Skala Dukungan sosial .....	72
Tabel 18 Data Statistik Deskriptif.....	74
Tabel 19 Norma Kategorisasi .....	75
Tabel 20 Kategorisasi Optimisme .....	75
Tabel 21 Kategorisasi kecerdasan emosional .....	76
Tabel 22 Kategorisasi Dukungan Sosial.....	76
Tabel 23 Hasil Uji Coba Normalitas.....	77

Tabel 24 Hasil Uji Linearitas.....	78
Tabel 25 Hasil Uji Multikolinearitas.....	79
Tabel 26 Hasil Uji Hipotesis Mayor .....	80
Tabel 27 Hasil Uji Hipotesis Minor .....	80

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Skala Uji Coba .....	72
Lampiran 2. Tabulasi Data Uji Coba .....	80
Lampiran 3. Hasil Analisis Data Uji Coba .....	86
Lampiran 4. Skala Penelitian .....	76
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian .....	79
Lampiran 6. Analisis Data Penelitian .....	82
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian .....	85

## HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN OPTIMISME PADA GURU SMP

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan optimisme pada guru SMP Depok Kab.Sleman. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif, menggunakan tiga jenis alat ukur yaitu skala optimisme, skala kecerdasan emosional dan skala dukungan sosial. *Sampling* dilakukan dengan teknik *area sampling* yang dilakukan pada 50 guru. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda dengan *Software SPSS 26.0 for windows*. Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan nilai koefisien regresi R sebesar 0,639 dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) serta nilai *R Square* sebesar 0,408. Kecerdasan emosional dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 40,71% terhadap optimisme. Hasil analisis hipotesis minor menunjukkan nilai koefisien korelasi r sebesar 0,539 dengan taraf signifikan sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) dan koefisien korelasi r sebesar 0,203 dengan taraf signifikan sebesar 0,072 ( $p > 0,01$ ). artinya hipotesis minor pertama diterima dan hipotesis minor kedua ditolak. Berdasarkan hasil analisis data penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan optimisme..

**Kata Kunci:** dukungan sosial, kecerdasan emosional, optimisme