

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

**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Psikologi



Disusun oleh:

Anief Nabila

1900013343

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN  
YOGYAKARTA**

**2024**

**PENGESAHAN NASKAH PUBLIKASI**

**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



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

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

**Anief Nabila<sup>1</sup>, Faridah Ainur Rohmah<sup>2</sup>**  
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
Jalan Kapas No.9 Yogyakarta 55166  
[1anief1900013343@webmail.uad.ac.id](mailto:1anief1900013343@webmail.uad.ac.id)  
[2faridah@psy.uad.ac.id](mailto:2faridah@psy.uad.ac.id)

### 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

# THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SOCIAL SUPPORT WITH OPTIMISM IN JUNIOR HIGH SCHOOL TEACHERS

**Anief Nabila<sup>1</sup>, Faridah Ainur Rohmah<sup>2</sup>**  
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan  
Jalan Kapas No.9 Yogyakarta 55166  
[1anief1900013343@webmail.uad.ac.id](mailto:anief1900013343@webmail.uad.ac.id)  
[2faridah@psy.uad.ac.id](mailto:faridah@psy.uad.ac.id)

## ABSTRAK

This research aims to examine the relationship between emotional intelligence and social support and optimism in Depok Middle School teachers, Sleman Regency. The research method used in this research is a quantitative method, using three types of measuring instruments, namely the optimism scale, emotional intelligence scale and social support scale. Sampling was carried out using an area sampling technique on 50 teachers. The analysis used in this research is multiple linear regression analysis with SPSS 26.0 for Windows software. The results of the analysis in this study show that the regression coefficient R is 0.639 with a significance level of 0.000 ( $p < 0.01$ ) and the R Square value is 0.408. Emotional intelligence and social support together provide an effective contribution of 40.71% to optimism. The results of the minor hypothesis analysis show that the correlation coefficient r is 0.539 with a significance level of 0.000 ( $p < 0.01$ ) and the correlation coefficient r is 0.203 with a significance level of 0.072 ( $p > 0.01$ ). meaning that the first minor hypothesis is accepted and the second minor hypothesis is rejected. Based on the results of research data analysis, it can be concluded that there is a very significant positive relationship between emotional intelligence and social support and optimism.

Keywords: social support, emotional intelligence, optimism

## **PENDAHULUAN**

Dalam Kemendikbud salah satu sumber/komponen ilmu pengetahuan dalam sekolah adalah guru. Guru adalah sosok yang dapat membentuk jiwa dan watak peserta didik. Guru mempunyai kekuasaan untuk membentuk dan membangun kepribadian anak didik menjadi seorang yang berguna bagi agama, nusa dan bangsa. Guru menginisiasi sejumlah upaya untuk meningkatkan pendidikan nasional karena guru termasuk langsung kedalam proses kurikulum di kelas dan memainkan peran yang sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan siswanya. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 14 tahun 2005 pasal 8, kompetensi guru meliputi kompetensi kepribadian, kompetensi pedagogik, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional yang akan didapatkan jika mengikuti pendidikan profesi.

PPG Prajabatan adalah program pendidikan profesi untuk mencetak generasi baru guru-guru Indonesia yang memiliki panggilan hati menjadi guru, profesional, komitmen menjadi teladan, cinta terhadap profesi, dan pembelajar sepanjang hayat. Terdapat beberapa kompetensi yang diperlukan selama menjalani PPG, diantaranya yaitu: Kompetensi kepribadian, Kompetensi kepribadian adalah kemampuan personal yang dapat mencerminkan kepribadian seseorang yang dewasa, arif dan berwibawa, mantap, stabil, berakhlak mulia, serta dapat menjadi teladan yang baik bagi peserta didik. Kompetensi yang kedua yaitu kompetensi

pedagogik, kompetensi pedagogik ialah kemampuan seorang guru dalam memahami peserta didik, perancangan dan pelaksanaan pembelajaran, pengembangan peserta didik, dan evaluasi hasil belajar peserta didik untuk mengaktualisasi potensi yang mereka miliki. Kompetensi yang ketiga yaitu kompetensi sosial, kompetensi sosial yaitu kemampuan yang dimiliki oleh seorang guru untuk berkomunikasi dan bergaul dengan tenaga kependidikan, peserta didik, orang tua peserta didik, dan masyarakat di sekitar sekolah. Kompetensi yang keempat yaitu kompetensi profesional, kompetensi profesional yaitu penguasaan terhadap materi pembelajaran dengan lebih luas dan mendalam. Mencakup penguasaan terhadap materi kurikulum mata pelajaran dan substansi ilmu yang menaungi materi pembelajaran dan menguasai struktur serta metodologi keilmuannya.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada guru SMP di daerah sleman pada hari Rabu 31 Mei 2023 penulis mewawancarai tiga guru, dan dari ketiga guru di SMP tersebut dapat diketahui bahwa banyak perasaan yang dirasakan oleh guru SMP selama mengajar diantaranya yaitu: senang karena dunia remaja adalah dunia yang memiliki dunianya sendiri, kemudian merasa bahagia karena masa remaja adalah individu yang memiliki kepribadian yang ceria. akan tetapi ada keresahan yang dirasakan oleh guru SMP selama mengajar diantaranya yaitu: ketika berbicara dan membimbing murid SMP terkadang melelahkan dikarenakan untuk memberitahu murid remaja sangatlah sulit dan memiliki banyak hambatan karena para remaja tidak bisa diperlakukan sama seperti orang

dewasa sehingga terkadang ada beberapa muridnya yang tidak dapat dikontrol dan membuat guru SMP tersebut merasa gagal menjadi seorang guru.

Optimisme menurut Seligman (2008) merupakan suatu keyakinan seseorang bahwa peristiwa atau keadaan negatif tidak bersifat kekal, tidak memengaruhi semua aktivitas sama sekali, dan bukan hanya akibat kelalaian seseorang, tetapi dapat diakibatkan oleh suatu keadaan, nasib atau orang di luar individu tersebut.

Menurut Seligman (2008) terdapat 3 aspek dalam optimisme diantaranya yaitu:

a. *Permanence*

*Permanence* mengacu pada perspektif yang bergantung pada waktu, baik sementara maupun permanen. Individu yang optimisme akan memandang kejadian buruk hanya bersifat sementara dalam hidupnya. Peristiwa buruk juga dipandang sebagai sesuatu yang bisa dilakukan dalam waktu singkat. Sebaliknya, peristiwa yang baik akan dipandang sebagai peristiwa yang bersifat permanen. Peristiwa baik juga akan datang dari dalam diri individu yang optimisme.

b. *Pervasiveness*

*Pervasiveness* mengacu pada ambivalensi seseorang bahwa kegagalan itu spesifik, sedangkan kesuksesan bersifat universal. Individu yang optimisme tidak akan memberikan alasan universal sebagai penyebab kegagalannya, namun alasan dari setiap kegagalan dapat

dijelaskan secara spesifik mengenai penyebabnya.

c. *Personalization*

*Personalization* ialah cara pandang seseorang bersifat kausal, misalnya jika gagal maka ada dorongan dari luar, sedangkan jika berhasil maka ada dorongan dari dalam. Individu yang memiliki optimisme akan melihat kejadian-kejadian baik datang dari dalam diri individu tersebut (faktor *internal*). Sebaliknya, setiap peristiwa yang berakhir dengan kegagalan berasal dari luar dirinya (faktor *eksterna*).

Seligman (2008) menyatakan terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi suatu optimisme, yakni :

a. Dukungan sosial

Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tepat maka dapat memberikan optimisme yang lebih besar kepada orang karena mereka percaya bahwa bantuan selalu ada saat dibutuhkan. Dukungan sosial dapat diberikan dari lingkungan sekitar seperti keluarga dan teman yang membuat individu merasa bahwa dia tidak sendiri dalam menghadapi sesuatu.

b. Percaya diri

Individu yang memiliki banyak rasa percaya diri dan percaya diri dengan kemampuannya adalah orang yang optimisme. Individu yang memiliki optimisme yang tinggi maka individu tersebut akan lebih percaya diri.

c. *Self-esteem*

Individu dengan *self-esteem* tinggi selalu termotivasi untuk

mempertahankan pendapat positif tentang diri mereka sendiri dan menemukan kekuatan pribadi untuk menutupi kegagalan mereka, sehingga mereka berusaha lebih keras dan berbuat lebih baik dalam usaha mereka selanjutnya. Individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi cenderung memiliki banyak rencana untuk mengantisipasi suatu kegagalan.

#### d. Pengalaman pribadi

Individu yang mampu mengatasi tantangan maupun rintangan, terutama rasa pencapaian yang dapat memacu pada optimisme untuk tantangan berikutnya. Individu yang telah mengalami banyak pengalaman dalam hidupnya cenderung lebih mudah menemukan jalan keluar atas masalah yang dihadapi.

Penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dahrul, et.al (2016) dengan hasil yaitu kecerdasan emosional dan dukungan sosial memiliki hubungan positif antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan optimisme. Berdasarkan uraian variabel-variabel di atas, diharapkan terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan optimisme pada guru SMP.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode kuantitatif menggunakan tiga skala. Skala Optimisme dengan 36 aitem, Skala Kecerdasan emosional dengan 40 aitem, dan Skala Dukungan Sosial dengan 40 aitem. Populasi dalam penelitian ini adalah Guru SMPN Depok Kab.Sleman dengan subjek

penelitian berjumlah 102 Guru yang terdiri dari SMPN 1 Depok, SMPN 2 Depok, SMPN 3 Depok, dan SMPN 5 Depok. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik area sampling. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis regresi linier berganda.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda yang telah dilakukan oleh peneliti disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Hasil analisis menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan dengan optimisme pada Guru SMPN di Depok Kab.Sleman. Sehingga dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional dan dukungan sosial yang baik akan memberikan terhadap optimisme Guru SMPN Depok Kab.Sleman. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Birohmatika & Karyani (2024) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan optimisme pada Guru SMPN di Depok Kab.Sleman.

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa hipotesis minor pertama diterima dan sangat signifikan, sehingga dapat diketahui bahwa terdapat korelasi yang positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan optimisme pada Guru SMPN di Depok Kab.Sleman. Semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki akan semakin tinggi optimisme pada Guru SMPN di Depok Kab.Sleman, begitu pula sebaliknya. Individu yang memiliki kecerdasan emosional dapat mengendalikan emosi yang

dirasakan, hal tersebut menjadi pertimbangan seseorang untuk mengambil sebuah tindakan sehingga membuat seorang individu lebih optimisme untuk mencapai kesuksesan.

Berdasarkan aspek yang ada pada kecerdasan emosional, aspek *Self-awareness* yaitu kemampuan mengenali emosi diri dan mengambil keputusan untuk diri sendiri, memiliki kesimpulan yang realistis dan memiliki rasa percaya diri yang kuat, individu yang sedang menghadapi amarah dapat mengenali emosi, dapat mengambil suatu keputusan bagi dirinya dan memiliki percaya diri yang kuat, maka dalam dimensi optimisme individu tersebut memiliki *personalization*.

*Self-management* yaitu pengaturan situasi dan sumber daya internal. Keterampilan kedua ini adalah menekan emosi dan perasaan negatif, menjaga nilai, kejujuran dan integritas, bertanggung jawab atas pekerjaan yang dimiliki, beradaptasi dengan perubahan, dan terbuka terhadap pemikiran dan informasi baru, individu yang dapat bertanggungjawab atas apa yang ia kerjakan, dapat beradaptasi dengan perubahan, maka akan lebih optimis dalam berbagai keadaan maka dalam dimensi optimisme individu tersebut memiliki *permanence*.

*Self motivation* yaitu kemampuan memotivasi keinginan untuk selalu membangkitkan semangat dan energi untuk mencapai keadaan yang positif, serta mampu bertindak secara proaktif dan efektif, individu yang ketika mengalami suatu permasalahan namun ia memiliki tekad untuk bangkit dan tidak menyerah dan memiliki semangat, maka dalam dimensi

optimisme individu tersebut memiliki *pervasiveness*.

*Social awareness* yaitu kemampuan merasakan apa yang dirasakan orang lain, individu mampu memahami sudut pandang orang lain dan membangun komitmen, serta mampu bergaul dengan individu yang berbeda, maka dalam dimensi optimisme individu tersebut memiliki *personalization*.

*Relationship management* yaitu kemampuan untuk mendapatkan tanggapan yang diinginkan dari orang lain, individu yang memiliki kemampuan untuk membujuk, mendengarkan dengan jelas dan menawarkan sudut pandang yang berbeda, maka dalam dimensi optimisme individu tersebut memiliki *permanence*.

Hasil penelitian ini didukung dengan yang disampaikan dalam penelitian Sulistyowati et. Al (2015), terhadap subjek mahasiswa yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan optimisme. Individu dengan kecerdasan emosional tinggi dapat meningkatkan optimisme dalam dirinya. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Birohmatika & Karyani (2024), bahwa kecerdasan emosional dapat mempengaruhi optimisme pada remaja akhir dimasa pandemi covid-19.

Menurut Dahrul et. al (2021) kecerdasan emosional berkaitan dengan kecemasan pada mahasiswa stikes dalam menghadapi ujian praktek, seperti faktor internal individu yaitu optimisme rasa tidak percaya diri yang dialami mahasiswa dalam menghadapi ujian, konsep diri yang

rendah, persiapan yang kurang memadai, takut gagal, rasa kekhawatiran yang berlebihan maupun pikiran yang tidak rasional terjadinya kegagalan dalam ujian. Faktor eksternal, baik itu lingkungan dan dukungan sosial, baik dukungan sosial yang bersifat materil maupun non materil. Sejalan dengan Mirnawati & Basri (2018), yang menjelaskan bahwa Kebanyakan program pendidikan hanya berpusat pada kecerdasan akal (IQ), padahal diperlukan pula bagaimana mengembangkan kecerdasan emosional seperti: ketangguhan, inisiatif, optimisme, kemampuan beradaptasi.

Hipotesis minor kedua pada variabel optimisme dengan dukungan sosial memberikan hasil bahwa hipotesis tidak diterima karena tidak ada hubungan yang signifikan antara optimisme dengan dukungan sosial pada 80 Guru SMPN di Depok Kab.Sleman. Hal ini menunjukkan bahwa tinggi rendahnya dukungan sosial tidak berpengaruh pada tinggi rendahnya tingkat optimisme Guru SMPN di Depok, Kab.Sleman.

Hasil tersebut sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yolanda (2017) bahwa tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme. Berkaitan dengan hasil wawancara dan observasi pada SMPN di Depok Kab.Sleman. Hal ini ditunjukkan dengan kurangnya partisipasi secara aktif antara sesama guru yang sedang mengalami kesulitan, sehingga ketika ada guru yang mengalami kesulitan maka guru yang mengalami kesulitan tersebut akan menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa ada dukungan sosial dari teman sesama guru. Oleh karena itu, dukungan sosial yang diberikan oleh sesama guru yang mengajar di SMPN

Depok Kab.Sleman, sehingga tinggi ataupun rendahnya dukungan sosial tidak memengaruhi terjadinya optimisme. Kekurangan lain penelitian ini ialah subjek uji coba mengisi kembali penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Guru SMPN di Depok Kab.Sleman memiliki tingkat optimisme yang sedang, kecerdasan emosional yang tinggi, dan dukungan sosial yang tinggi. Hal ini didukung dengan wawancara yang telah dilakukan, bahwa Guru memiliki optimisme dalam mengajar karena memiliki tanggungjawab yang besar sebagai guru dan mampu menghadapi kendala saat mengajar serta tidak menyalahkan diri ketika gagal selama mengajar dan mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu alat ukur optimisme yang digunakan tidak spesifik untuk Guru SMPN di Depok Kab.Sleman. Subjek pada penelitian ini adalah seorang guru, karena sebagian dari guru tersebut tidak memiliki waktu untuk mengisi kuisisioner dan ada yang memiliki kesibukan diluar waktu mengobservasi sehingga tidak semua guru dapat ditemui. Hal tersebut menyebabkan peneliti tidak bisa melakukan pengamatan secara langsung dan proses pengambilan data dilakukan secara *online* dengan *google form*. Peneliti juga terkendala untuk menyebar kepada Guru SMPN di Depok Kab.Sleman yang mana mayoritas guru-guru tersebut memiliki kesibukan yang berbeda di jam yang sama saat ditemui. Selain itu, saat melakukan uji coba skala kurang minatnya guru dalam mengisi skala karena jumlah aitem pada skala uji coba cukup banyak,

sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama untuk mengumpulkan data. Akan tetapi, penelitian ini dapat menjadi acuan referensi sebagai kajian ilmiah psikologi terutama di Pendidikan klinis.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan optimisme. Kecerdasan emosional dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 40,71% terhadap optimisme. Artinya, masih ada sekitar 59,29% sumbangan dari variabel lainnya.

Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan optimisme. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki maka semakin tinggi optimisme kecerdasan emosional. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin rendah pula optimisme Guru SMPN di Depok Kab.Sleman. Adapun sumbangan yang diberikan kecerdasan emosional kepada optimisme sebesar 33,55%. Tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme. Hal ini menandakan bahwa dukungan sosial tidak memberi hubungan yang signifikan bagi optimisme pada Guru SMPN di Depok Kab.Sleman.

Hasil kategorisasi pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas Guru SMPN di Depok Kab.Sleman memiliki optimisme dalam kategori rendah dengan jumlah 5 guru sebesar 6,3%, kategori sedang dengan

jumlah 44 guru yaitu sebesar 55%, dan kategori tinggi dengan jumlah guru 31 yaitu sebesar 38,8%. Kecerdasan emosional dalam kategori rendah dengan jumlah 4 guru yaitu sebesar 5%, kategori sedang dengan jumlah 26 guru yaitu sebesar 32,5%, dan kategori tinggi dengan jumlah 50 guru yaitu sebesar 62,5%. Dukungan sosial dalam kategori rendah dengan jumlah 12 guru yaitu sebesar 15%, kategori sedang dengan jumlah 33 guru yaitu sebesar 41,3%, dan kategori tinggi dengan jumlah 35 guru yaitu sebesar 43,8%.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menggunakan alat ukur yang lebih spesifik mengenai optimisme dan memperluas kajian dengan mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, percaya diri, dan pengalaman yang pernah terjadi dalam hidup yang berpotensi memengaruhi tingkat optimisme pada guru SMPN di Depok. Diharapkan dapat melakukan penelitian secara langsung untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Selain itu, diharapkan dapat memperbanyak informasi yang digunakan dalam penelitian dan dapat dijadikan informasi tambahan terkait hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan optimisme.

Guru-guru SMP Negeri yang mengajar khususnya di Depok Kab.Sleman diharapkan dapat mempertahankan kecerdasan emosional terhadap optimisme yang dimilikinya. Hal tersebut dilakukan dengan menjaga dan mengelola emosi yang ada dalam diri dengan bijaksana, berusaha memberikan afirmasi positif pada diri, memberi perlakuan yang

baik pada diri dan menghargai diri agar dapat bertahan pada situasi yang sulit dan tidak terduga guna meningkatkan efektivitas belajar dan mengajar.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, pihak sekolah perlu mengoptimalkan fasilitas agar tercipta rasa nyaman bagi guru dalam mengajar sehingga guru-guru mampu mengajar dengan maksimal dan memunculkan perilaku mengajar dengan kondisi hati yang baik. Pihak sekolah juga perlu mengambil andil untuk terjun langsung melihat kendala yang dialami guru guna meningkatkan optimisme guru dalam mengajar. Selain itu, pihak sekolah perlu melakukan sosialisasi visi misi dan nilai-nilai mengajar pada guru-guru secara berkala agar guru-guru dan sekolah memiliki tujuan yang sama.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, A. Z., Fatimah, M., Zulfia, M., & Hidayati, F. (2016). Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri remaja Desa Wonoayu Kecamatan Wajak. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 13(2), 53-58. <https://doi.org/10.18860/psi.v13i2.6442>
- Arieska, P. K., & Herdiani, N. (2018). Pemilihan teknik sampling berdasarkan perhitungan efisiensi relatif. *Jurnal Statistika Universitas Muhammadiyah Semarang*, 6(2). <https://doi.org/10.26714/jsunimus.6.2.2018.%25p>
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas* (edisi ke-4). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2020). *Penyusunan skala psikologi* (edisi ke-2). Pustaka Pelajar.
- Bar-On, R. (2010). Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. *South African Journal of Psychology*, 40(1), 54–62. <https://doi.org/10.1177/008124631004000106>
- Birohmatika, C., & Karyani, U. (2024). Hubungan Kecerdasan emosional, Optimisme, Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Akhir Dimasa Pandemi Covid-19 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Bungai, J. (2016). Peningkatan Pemerataan, Mutu, Relevansi, Tata Kelola dan Akuntabilitas Pendidikan Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 15(2). <http://dx.doi.org/10.17977/jip.v15i2.1513>
- Dahrul, A., Harlianty, R. A., Asih, A. R., & Nabila, J. (2021). KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PRAKTEK DITINJAU DARI OPTIMISME, KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL PADA MAHASISWA STIKES. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan, Teknologi, Sosial dan Pendidikan (JPM Kosonk)*, 3(1), 1-8.
- Dianto, M. (2017). Profil Dukungan Sosial Orangtua Siswa di SMP Negeri Kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. *Jurnal Counseling Care*, 1(1), 42-51. <https://doi.org/10.22202/jcc.2017.v1i1.1994>
- Efendi, V. A. (2013). Pengaruh faktor-faktor kecerdasan emosional pemimpin terhadap komitmen organisasional karyawan di Universitas Kristen Petra. *Agora*, 1(1), 801-807.
- Fachrul, M. F., 2007. *Metode Sampling Bioekologi*. Bumi Aksara. Jakarta.
- Hasanah, N. M. (2019). Penyelenggaraan Jalur Pendidikan Formal dan

Nonformal (Studi Kasus di PAUD Terpadu Salsabila Al-Muthi'in Yogyakarta). *JECED: Journal of Early Childhood Education and Development*, 1(2), 84-97. <https://doi.org/10.15642/jeced.v1i2.462>

HASTUTI, S. (2021). *PENGARUH KOMPETENSI, MOTIVASI DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP KINERJA GURU DI GUGUS SD INPRES UJUNGKATINTING, KECAMATAN PA'JUKUKANG KABUPATEN BANTAENG* (Doctoral dissertation).

Kumcagiz, H., Celik, S. B., Yilmaz, M., & Eren, Z. (2011). The effects of emotional intelligence on optimism of university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 973-977. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.189>

Kusumaningrum, F. A. (2018). Generasi sandwich: Beban pengasuhan dan dukungan sosial pada wanita bekerja. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 109-120. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss2.art3>

Lestari, E., Arlizon, H. R., & Yakub, E. (2017). The relationship between social support and self esteem of students of class VIII SMP 8 Pekanbaru. *Jurnal dalam https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFKIP/article/view/15830*.

Lestari, E., Arlizon, H. R., & Yakub, E. (2017). The relationship between social support and self esteem of students of class VIII SMP 8 Pekanbaru. *Jurnal dalam https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFKIP/article/view/15830*.

Lusiawati, I. (2019). Membangun optimisme pada seseorang ditinjau dari sudut pandang psikologi komunikasi. *Jurnal TEDC*, 10(3), 147-151.

Mirnawati, M., & Basri, M. (2018). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap hasil belajar matematika siswa Sekolah Dasar. *JRPD (Jurnal Riset Pendidikan Dasar)*, 1(1), 56-64. <https://doi.org/10.26618/jrpd.v1i1.1240>

Molero, D., Gavín-Chocano, Ó., Vargas-Cuevas, E., & García-Martínez, I. (2022). Relationship between Emotional Intelligence and Optimism According to Gender and Social Context (Urban vs. Rural). *Social Sciences*, 11(7), 268. <https://doi.org/10.3390/socsci11070268>

Nurindah, M., Afiatin, T., & Sulistyarini, I. (2012). Meningkatkan optimisme remaja panti sosial dengan pelatihan berpikir positif. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 4(1), 57-76. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol4.iss1.art4>

Rahmasari, L. (2012). Pengaruh kecerdasan intelektual, kecerdasan

emosional dan kecerdasan spiritual terhadap  
kinerja karyawan. *Majalah Ilmiah Informatika*, 3(1).

- Ristanti, S., Natuna, D. A., & Azhar, F. KONTRIBUSI KEPEMIMPINAN VISIONER DAN KECERDASAN EMOSIONALONAL KEPALA SEKOLAH TERHADAP OPTIMISME GURU BIDANG STUDI BAHASA INGGRIS DI KECAMATAN TEBING TINGGI KEPULAUAN MERANTI RIAU. *Jurnal JUMPED (Jurnal Manajemen Pendidikan)*, 7(2), 265-273. <http://dx.doi.org/10.31258/jmp.7.2.p.265-273>
- Sajidah, N. A. (2018). Dukungan Sosial pada Komunitas Angklung di Yogyakarta. *Jurnal Fakultas Psikologi*.
- Sari, A. T., & Eva, N. (2021, June). Hubungan Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fresh Graduate yang sedang Mencari Pekerjaan: Sebuah Literature Review. In *Seminar Nasional Psikologi UM* (Vol. 1, No. 1, pp. 143-148).
- Sari, N., & Mariana, R. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Optimisme pada Perantau Minang Survivor Kerusakan Wamena. *Psyche* 165 *Journal*, 183-189. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i2.79>
- Seligman, Martin. 2008. Menginstal Optimisme (edisi terjemahan). Translated by Budhy Yogapranata. 2008. Bandung: PT Karya Kita.
- Suratno, S., Suarman, S., & Natuna, D. A. (2022). Pengaruh Budaya Organisasi dan Lingkungan Kerja terhadap Optimisme Guru SMA kecamatan Bagan Sinembah Rokan Hilir. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 3819-3829. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i1.3459>
- Wardiyah, A., Afiyanti, Y., & Budiati, T. (2014). Faktor yang mempengaruhi optimisme kesembuhan pada pasien kanker payudara. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 121-127. <https://doi.org/10.22219/jk.v5i2.2341>
- WISMANTO, Y. B. Turnitin Hubungan Antara Kecerdasan emosionalonl Dan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa S1 Keperawatan STIKES TelogoRejo Semarang.
- Yulistianingsih, S. (2019). *PENGARUH IMPLEMENTASI QONUN TERHADAP KEDISIPLINAN SANTRIWATI PONDOK PESANTREN SUNAN PANDANARAN KOMPLEK VI NGAGLIK SLEMAN* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Indonesia).

