



HUBUNGAN ANTARA *SELF AWARENESS* DAN *REGULASI DIRI*
DENGAN KECERDASAN EMOSI PADA ASATIDZ
KEPENGURUSAN DI PONDOK PESANTREN

Skripsi

Disusu Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh :

HUSNI MUBAROK

2017 60 024

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2023



HUBUNGAN ANTARA *SELF AWARENESS* DAN *REGULASI DIRI* DENGAN KECERDASAN EMOSI PADA ASATIDZ KEPENGURUSAN DI PONDOK PESANTREN

Skripsi

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

HUSNI MUBAROK

2017 60 024

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

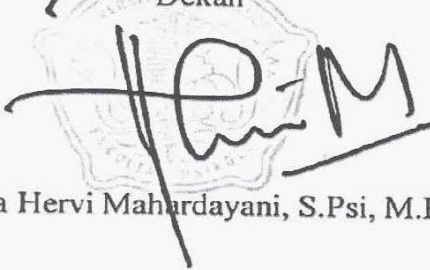
UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muria Kudu dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal:
Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan

(Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi.)

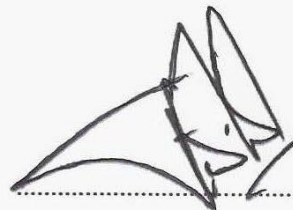
Dewan Penguji

Tanda Tangan

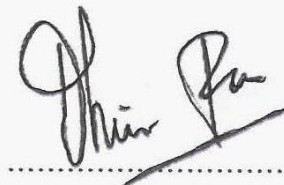
1. Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si



2. Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A



3. Dr. Dhini Rama Dhania, S.Psi., M.Si



HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA SELF AWARENESS DAN REGULASI
DIRI DENGAN KECERDASAN EMOSI PADA ASATIDZ
KEPENGURUSAN DI PONDOK PESANTREN**

Yang dilakukan oleh:

HUSNI MUBAROK

NIM: 2017 60 024

Telah disetujui untuk dipertahankan didepan dewan penguji

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si.

Tanggal: 15 Agustus 2023

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya sederhana ini kepada :

- Kedua orang tua Penulis tercinta. Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Ibu dan Ayah yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dalam kata persembahan.
- Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan motivasi serta pengarahan hingga terselesaikannya skripsi ini.
- KH. Taufiqul Hakim beserta keluarga selaku guru pelita bagi penulis. Tidak menghiraukan lelah yang dirasakan untuk membekali penulis dengan ilmu beliau.

MOTTO

Memulai tak harus sempurna, jika ingin sempurna maka mulailah

Husni Mubarak



PRAKATA

Puji dan syukur Penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala nikmat sehat lahir dan batin, sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA SELF AWARENESS DAN REGULASI DIRI DENGAN KECERDASAN EMOSI PADA ASATIDZ KEPENGURUSAN DI PONDOK PESANTREN”** dengan tepat waktu. Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini penulis mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
2. Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing penulis yang telah memberikan kesempatan dan ijin untuk melakukan penelitian ini
3. Segenap dosen dan staff karyawan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, motivasi dan juga teladan kepada penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
4. Bapak Ibu tercinta beserta keluarga yang tak hentinya memberikan semangat dan selalu mendoakan Penulis selama menempuh pendidikan tinggi dan selama mengerjakan skripsi ini
5. Teman-teman Psikologi angkatan 2017 Kelas non regular
6. Seluruh pihak yang telah membantu setiap proses yang penulis lakukan selama menyelesaikan skripsi.

Sungguh kami tidak dapat memberikan balasan apapun, kecuali do'a semoga Allah SWT memberikan balasan pahala yang berlipat atas amal kebaikan yang telah diberikan.

Penulis menyadari dan mengakui bahwa apa yang telah tersaji dalam penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan, semua ini dikarenakan keterbatasan kemampuan serta pengetahuan. Masih banyak hal yang perlu diperbaiki dan diperdalam lebih lanjut, karena hanya sebatas inilah yang dapat penulis sampaikan, maka dengan segala bentuk kritik dan saran sangat kami harapkan dalam kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini memberikan sumbangan bagi pengemban dunia pendidikan khususnya pendidikan agama Islam. Amin

Jepara, 15 agustus 2023

Penulis

Husni Mubarok

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PERSEMBAHAN	v
MOTTO.....	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAKS.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Permasalahan.....	1
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kecerdasan Emosional.....	12
1. Pengertian Kecerdasan Emosional.....	12
2. Faktor- Faktor Kecerdasan Emosional.....	13
3. Aspek Kecerdasan Emosional.....	16
B. <i>Self Awareness</i>	18
1. Pengertian <i>Self Awareness</i>	18
2. Aspek-Aspek <i>Self Awareness</i>	19
C. Self Regulation.....	22
1. Pengertian <i>Self Regulation</i>	22

2. Aspek-Aspek Self Regulation.....	23
D. Hubungan antara Self Awareness dan Regulasi diri dengan Kecerdasan Emosional.....	25
E. Hipotesis.....	28
1. Hipotesis Mayor	28
2. Hipotesis Minor	28
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variable.....	29
B. Definisi Operasional Variable.....	29
1. Kecerdasan Emosional	29
2. <i>Self awareness</i>	30
3. Regulasi diri.....	30
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	31
1. Populasi.....	31
2. Sample.....	31
D. Metode Pengumpulan Data.....	32
1. Skala Kecerdasan Emosi	33
2. Skala <i>Self Awareness</i>	34
3. Skala Regulasi Diri.....	35
E. Validitas Dan Reabilitas	36
1. Validitas	36
2. Reliabilitas	37
F. Metode Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Orientasi Kancas Penelitian	39
B. Persiapan Dan Pelaksanaan Penelitian	39

1. Perijinan Penelitian.....	39
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data	40
3. Pelaksanaan Penelitian	43
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas	43
1. Perhitungan Validitas	44
2. Perhitungan Reliabilitas	46
D. Analisis Data	47
1. Uji Normalitas	47
2. Uji Linieritas.....	48
3. Uji Hipotesis	49
E. Pembahasan.....	51
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Table Blue Print Kecerdasan Emosi.....	33
Tabel 3.2 Table Blue Print Self Awareness.....	34
Tabel 3.3 Table Blue Print Regulasi Diri	35
Tabel 4.1 Tabel Blue Print Skala Sebaran Kecerdasan Emosi	41
Tabel 4.2 Tabel Blue Print Skala Sebaran Self Awareness	42
Tabel 4.3 Tabel Blue Print Skala Sebaran Regulasi Diri.....	43
Tabel 4.4 ebaran Item Skala Kecerdasan Emosi yang Valid dan Gugur.....	44
Tabel 4.5 Sebaran Item Skala Self Awareness Yang Valid dan Gugur.....	45
Tabel 4.6 Sebaran Item Skala Regulasi Diri yang Valid dan Gugur	46
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas.....	47
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas antara Self Awareness dan Kecerdasan Emosi.....	48
Tabel 4.9 Hasil Uji Linieritas antara Regulasi Diri dan Kecerdasan Emosi	48
Tabel 4.10 Hasil Analisis Uji Berganda antara Self Awareness dan Regulasi Diri dengan Kecerdasan Emosi.....	49
Tabel 4.11 Hasil Analisis Korelasi Self Awareness dengan Kecerdasan Emosi.....	49
Tabel 4.12 Hasil Analisis Korelasi Regulasi Diri dengan Kecerdasan Emosi	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Penelitian

Lampiran B. Data Kasar

B-1 Data Kasar Kecerdasan Emosi

B-2 Data Kasar Regulasi Diri

B-3 Data Kasar Self Awareness

Lampiran C. Validitas dan Reabilitas

C-1 Validitas dan Reabilitas Kecerdasan Emosi

C-2 Validitas dan Reabilitas Regulasi Diri

C-3 Validitas dan Reabilitas Self Awareness

Lampiran D. Data Penelitian

D-1 Data Fix Kecerdasan Emosi

D-2 Data Fix Reabilitas Regulasi Diri

D-3 Data Fix Reabilitas Self Awareness

Lampiran E. Data Analisis Hubungan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-AWARENESS AND SELF-
REGULATION WITH EMOTIONAL INTELLIGENCE IN MANAGEMENT
ASATIDZ AT ISLAMIC BOARDING SCHOOLS**

ABSTRACT

The purpose of this study was to find out whether there is a relationship between self awareness and self regulation with emotional intelligence in management asatidz at Islamic boarding schools. The population in this study is asatidz in Islamic boarding schools. The sampling technique in this study used a study population technique. The data collection tools in this study were the Emotional Intelligence Scale, Self Awareness Scale and Self Regulation Scale. And the data analysis method used in this study is the regression of two predictors. Where the results of the study show that there is a very significant relationship between self awareness and self-regulation with emotional intelligence with an effective contribution of 72.1% while the remaining 27.9% are other factors that can influence emotional intelligence variables. This can be seen from the correlation coefficient of the three variables r_{x12y} of 0.849 with a significance level of p of 0.000 ($p < 0.01$).

Keywords: Emotional Intelligence, Self Awareness, Self Regulation,

HUBUNGAN ANTARA *SELF AWARENESS* DAN *REGULASI DIRI* DENGAN KECERDASAN EMOSI PADA ASATIDZ KEPENGURUSAN DI PONDOK PESANTREN

ABSTRAKS

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self awareness* dan Regulasi diri dengan kecerdasan emosi pada asatidz kepengurusan di Pondok Pesantren. Populasi dalam penelitian ini adalah asatidz di pondok pesantren. Adanya teknik pengambilan sample pada penelitian ini menggunakan study populasi sampling. Alat pengumpul data pada penelitian ini adalah Skala Kecerdasan Emosi, Skala *Self Awareness* dan Skala Regulasi Diri. Dan metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi dua prediktors. Dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang sangat signifikan antara *self awareness* dan regulasi diri dengan kecerdasan emosi dengan sumbangan efektif 72,1% sedangkan sisanya sekitar 27,9% adalah faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi variabel kecerdasan emosi. Hal itu dapat terlihat dari koefisien korelasi dari ketiga variabel r_{x_1y} sebesar 0,849 dengan tingkat signifikansi p sebesar 0,000 ($p < 0,01$).

Kata Kunci: *Kecerdasan Emosi, Self Awareness, Regulasi Diri*