



## The influence of emotional intelligence and peer social support on subjective well-being in early adolescents at SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga

Sri Muspitasari<sup>1</sup>, Nia Anggri Noveni<sup>2</sup>, Suwarti<sup>3</sup>, Gisella Arnis Grafiyana<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Banyumas, Indonesia

\*Corresponding Author: [niaanggrinoveni@ump.ac.id](mailto:niaanggrinoveni@ump.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received July 19, 2024

Revised September 18, 2024

Accepted September 26, 2024

Available online November 18, 2024

E-ISSN: 1858-0327

P-ISSN: 2549-2136

#### How to cite:

Muspitasari S., Noveni, N. A., Suwarti, & Grafiyana, G. A. (2024). The influence of emotional intelligence and peer social support on subjective well-being in early adolescents at SMP Istiqomah Sambas Boarding school Purbalingga. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 19(2), 109-117.

### ABSTRACT

Adolescence is a period of development marked by upheaval and conflict, which can explain the problems experienced by students at Islamic boarding schools. This is related to students' comfort while living in Islamic boarding schools, which can reduce the level of subjective well-being of teenagers. This research examined the influence of emotional intelligence and peer social support on subjective well-being in early adolescents at SMP Istiqomah Samabas Boarding school Purbalingga. This research uses a quantitative approach with multiple linear regression analysis methods. This research used a saturated sampling technique in which the entire population was sampled, a total of 118 students, with 60 male students and 58 female students. The measuring instruments used are the subjective well-being scale (SwLS and SPANE), the emotional intelligence scale (EII), and the peer social support scale (SSSS). This research shows a significant influence between emotional intelligence and peer social support on subjective well-being, with a value of  $F=18.158$ ,  $P=0.000$ , and  $R$  Square of 0.240, meaning that emotional intelligence and peer social support contribute 24% to subjective well-being. It is essential to carry out positive activities to develop emotional intelligence and team activities to foster a sense of friendship to increase high subjective well-being.

**Keywords:** emotional intelligence, peer social support, subjective well-being

### ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa perkembangan dengan periode yang ditandai adanya pergolakan dan konflik yang bisa menimbulkan permasalahan yang dialami santri ketika di Boarding school. Hal ini berkaitan dengan kenyamanan santri pada saat tinggal di boarding school yang dapat mengurangi tingkat subjective well-being remaja. Tujuan dari penelitian ini untuk menguji pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya terhadap subjective well-being pada remaja awal di SMP Istiqomah Samabas Boarding school Purbalingga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi linier berganda. Penelitian ini menggunakan teknik sampel jenuh yang mana semua populasi dijadikan sampel, sebanyak 118 santri dengan 60 santri putra dan 58 santri putri. Alat ukur yang digunakan adalah skala subjective well-being (SwLS dan SPANE), skala kecerdasan emosional (EII) dan skala dukungan sosial teman sebaya (SSSS). Pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya terhadap subjective well-being, dengan nilai  $F=18.158$ ,  $P=0.000$ ,  $R$  Square sejumlah 0,240, artinya kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama dapat memberikan kontribusi sebesar 24% terhadap Subjective well-being. Pentingnya melakukan kegiatan positif untuk mengembangkan kecerdasan emosional dan melakukan kegiatan team untuk menumbuhkan rasa persahabatan guna menunjang subjective well-being yang tinggi.

**Kata kunci:** Dukungan sosial teman sebaya, kecerdasan emosional, subjective well-being



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International.  
<http://doi.org/10.32734/psikologia.v19i2.17606>

## 1. Pendahuluan

*Boarding school* adalah tempat santri tidak hanya belajar, tetapi juga tinggal dan hidup penyatu dalam suatu lembaga. *Boarding school* sudah lama diperkenalkan lewat pesantren, tetapi *boarding school* lebih dikenal dengan sistemnya yang modern (Astuti et al., 2023), akan tetapi di Indonesia *boarding school*, masih dikemas dengan pesantren karena mayoritas masyarakat di Indonesia beragama Islam. Adapun perbedaan antara pesantren dan *boarding school* yaitu, pesantren lebih menitik beratkan pada nilai-nilai yang tradisional sedangkan *boarding school* lebih memadukan nilai tradisional dengan nilai modern secara intergratif dan selektif (Septilinda, 2017). *Boarding school* lebih menonjolkan tentang pembelajaran yang bersifat umum dengan diimbangi dengan pelajaran agama tersebut akan diperdalam lagi pada saat tinggal di *boarding school* (Astuti et al., 2023).

Saat ini *boarding school* sedang diminati di kalangan masyarakat (Meita et al., 2016). Orang tua masih beranggapan bahwa pendidikan agama itu jauh lebih penting dari pendidikan umum, sehingga orang tua menyekolahkan anaknya di *boarding school*. Apalagi bagi orang tua yang mengkhawatirkan pergaulan pada anaknya akan cenderung memilih sekolah *boarding school* sebagai tempat belajar dan mendisiplinkan anak mereka. Orang tua yakin jika anak mendapatkan pendidikan agama yang bagus akan membuat hidupnya lebih baik dan tidak terjerumus ke dalam pergaulan remaja yang negatif (Meita et al., 2016).

Pada saat di *boarding school* seorang santri diharuskan mampu mengikuti semua kegiatan yang ada dalam *boarding school* dan harus mampu menjalani tanggung jawab yang baru sebagai seorang santri *boarding school*. Santri yang tinggal dalam *boarding school* harus paham akan kehidupan dalam *boarding school* yang memiliki kegiatan dan aktivitas yang berbeda dengan kegiatan dan aktivitas remaja yang tinggal di rumah (Nurmalitasari & Widyana, 2021). Kehidupan dalam *boarding school* berbeda dengan kehidupan di lingkungan rumah pada umumnya. Dalam *boarding school* santri diharuskan tinggal di *boarding school* selama menempuh pendidikan (Nurmalitasari & Widyana, 2021). Pada saat baru memasuki *boarding school* santri diharapkan mampu beradaptasi dengan baik, kesulitan dalam beradaptasi dapat menimbulkan masalah baru yang muncul, seperti tertekan, stress, prestasi menurun, bahkan membuat kegaduhan dan pemberontakan.

Bukan hanya itu, santri merasa tidak sanggup dengan kehidupan *boarding school* yang berbeda dengan kehidupan sehari-hari mereka di rumah (Noor et al., 2020). Kehidupan yang dimaksud menuntut santri untuk lebih aktif dalam mengikuti kegiatan rutin *boarding school* seperti hafalan Al-Qur'an, organisasi, kegiatan malam selepas maghrib di *boarding school* atau masjid, dan muraja'ah hafalan setelah isya (Nurmalitasari & Widyana, 2021). Kesulitan dalam menjalani kehidupan di *boarding school* dapat menimbulkan masalah-masalah baru yang muncul, permasalahan tersebut meliputi rasa tertekan, stress, prestasi belajar menurun, membuat gaduh dan masih banyak lagi, hal ini membuat santri merasa terbebani ketika tinggal di *boarding school* sehingga munculnya masalah yang ada. Hal ini disebabkan karena meningkatnya tanggung jawab sebagai seorang santri yang tinggal di *boarding school*, dengan aktivitas yang monoton, keterbatasan waktu untuk kegiatan individu, membuat kebanyakan santri merasa jenuh dan bosan dalam *boarding school*, dan merasa tertekan sehingga hal ini mempengaruhi kebahagiaan diri pada remaja yang tinggal di *boarding school* (Noor et al., 2020).

Hal tersebut diakibatkan karena seorang santri merupakan seorang remaja awal. Remaja awal yang berusia antara 12 dan 15 tahun yang sedang mengalami transisi dalam perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional (Hurlock, 1990). Pemberontakan tersebut terjadi karena remaja ingin mendapatkan sebuah kebebasan untuk berekspresi tanpa harus ada pengawasan atau peraturan yang harus dipatuhi. Pada masa remaja awal, remaja cenderung akan melakukan tindakan-tindakan yang mengkhawatirkan dan berisiko (Here & Priyanto, 2014). Seperti yang dijelaskan oleh Hamdana dan Alhamdu, (2016), bahwa permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam masa remaja akan mengganggu dan menghambat remaja untuk mengekspresikan dirinya dengan benar, sehingga remaja akan cenderung terjebak dalam situasi yang merugikan diri mereka dan orang lain di masa yang akan datang.

Permasalahan yang terjadi di *boarding school* seperti santri sering tidak nyaman di *boarding school*, suka menyendiri, sakit, tidak mengikuti kegiatan di *boarding school*, merasa kehidupannya dibatasi oleh peraturan di *boarding school*, sehingga tidak jarang santri merasa tidak betah dan ingin kabur dari *boarding school* atau melakukan hal hal yang dilarang di *boarding school*. Hal ini dapat disebabkan oleh kenakalan santri pada saat di *boarding school*, seperti yang dijelaskan oleh penelitian yang dilakukan oleh Rahmatullah dan Purnomo, (2020) yang menyimpulkan bahwa dalam *boarding school* remaja santri memiliki tingkatan dalam kenakalannya. Ada tingkat rendah, sedang, dan berat yang mana kenakalan remaja santri tersebut dapat merugikan pihak *boarding school* maupun orang tua. Beberapa hal yang membuat remaja bisa melakukan tindakan yang merugikan dalam *boarding school*, yaitu karena individu remaja yang memang memiliki perilaku yang kurang baik ketika masuk dalam *boarding school*, individu santri yang masih belum bisa beradaptasi dengan lingkungan baru, karena paksaan dari orang tua juga bisa menjadi pemicu munculnya perilaku yang

kurang baik, serta perasaan bosan akan lingkungan *boarding school* juga bisa menjadi penyebab remaja santri melakukan tindakan-tindakan yang merugikan (Rahmatullah & Purnomo, 2020).

Tindakan negatif tersebut juga bisa disebabkan karena belum mampu seorang remaja sebagai santri untuk menyesuaikan diri pada lingkungan yang baru karena lingkungan *boarding school* berbeda dengan lingkungan tempat tinggal remaja sebelumnya. Seperti yang dikatakan oleh Hall (2004) bahwa remaja sebagai masa *strom and stress view*. Remaja berada dalam periode pergolakan yang dipenuhi dengan konflik, perubahan pikiran, dan masa-masa yang tertekan serta tidak bahagia. Hal tersebut dapat mengakibatkan kurangnya tingkat kebahagiaan subjektif pada remaja. Mencegah terjadinya masalah yang berkelanjutan pada remaja di *boarding school*, remaja perlu memperluas pertemanan dengan teman *boarding school*.

Mencegah terjadi permasalahan yang berkelanjutan seorang remaja awal harus dapat meningkatkan *subjective well-being* pada dirinya, sehingga santri akan menjadi lebih bahagia dan tidak tertekan dalam menjalani kehidupan *boarding school*. *Subjective Well-being* yaitu serangkaian evaluasi terhadap kehidupan saat ini maupun masa lalu individu (Diener, 2000). *Subjective well-being* seseorang dikategorikan tinggi ketika seseorang dapat merasa puas akan kehidupannya sekarang dan mempunyai emosi yang positif terhadap lingkungan sekitarnya, seperti selalu merasa bahagia, penyayang serta sedikitnya perasaan negatif seperti marah dan sedih (Faizah & Widyastuti, 2021). Diener (2009), menyatakan bahwa perkembangan seseorang dipengaruhi oleh *subjective well-being*, sehingga pada masa remaja, remaja perlu memiliki *subjective well-being* yang tinggi untuk dapat menjalani kehidupannya dengan kebahagiaan tanpa rasa terpaksa, terutama pada santri *boarding school*.

Tingginya *subjective well-being* remaja akan lebih memudahkan remaja untuk menyelesaikan permasalahan pada dirinya, sehingga dapat dengan mudah mengatasi situasi yang tertekan atau membuat stress (Mariyati et al., 2023). Remaja juga dapat meningkatkan pembelajaran, penyesuaian pada masyarakat dan kualitas hidup baik (Ikromi et al., 2019). Bukan hanya itu kebahagiaan subjektif pada remaja juga memengaruhi bagaimana remaja berinteraksi dengan orang lain baik guru, pengasuh maupun teman sebayanya, serta bagaimana remaja dapat mengelola emosional yang ada pada dirinya. *Subjective well-being* dapat meningkat ketika seseorang memiliki emosi positif yang tinggi dan rendahnya emosi yang negatif. Rendahnya *subjective well-being* disebabkan karena rendahnya kecerdasan emosional dan dukungan sosial yang dimiliki oleh remaja awal (Putri, 2016).

Hal ini disebabkan karena *subjective well-being* berkaitan dengan masalah perkembangan sosial dan emosional remaja, yang keduanya mempengaruhi pada kesejahteraan subjektif (Ryff & Singer, 2001). Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengamati dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain, sehingga orang dapat menggunakan emosi tersebut agar bisa mengontrol pikiran dan tindakan pribadi (Salovey & Mayer, 1990). Remaja dengan kecerdasan emosional yang tinggi akan lebih mampu menangani tantangan dan tuntutan lingkungan sehingga orang dapat mencapai seluruh tujuan hidup dan kesejahteraan subjektif pada dirinya (Bar-On, 2012). Keberhasilan santri dalam mengelola emosi dapat berpengaruh dalam meningkatkan *subjective well-being* pada santri. Individu yang memiliki kecerdasan yang tinggi akan merasa gembira dan puas dalam menjalankan kehidupannya. Individu akan lebih mendapatkan efek yang menyenangkan dari pada tidak menyenangkan dalam menjalankan semua kegiatannya dalam sehari-hari, terutama pada santri (Raihana, 2017).

Selain kecerdasan emosional faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* pada santri dalam menjalani kehidupan di *boarding school* yaitu dukungan sosial. Santri yang kekurangan dukungan sosial cenderung memiliki perilaku sosial yang kurang baik, seperti kurang suka bersosialisasi dengan lingkungan, dan cenderung akan merasa depresi serta prestasi akademiknya menurun (Sardi & Ayriza, 2020). Dukungan sosial yaitu perilaku yang diberikan oleh seseorang ataupun sebuah kelompok berupa perhatian, kesenangan, penghargaan, ataupun bantuan kepada individu (Sarafino, 2008). Pada saat di *boarding school* dukungan sosial yang dibutuhkan oleh santri yaitu dukungan sosial teman sebaya, dukungan tersebut adalah salah satu faktor yang sangat mempengaruhi meningkatnya *subjective well-being* pada saat di *boarding school*. Dukungan sosial teman sebaya berkontribusi dalam perkembangan sosial emosional santri yang dapat meningkatkan *subjective well-being* pada remaja (Cohen et al., 2000).

Adanya dukungan sosial teman sebaya, santri akan merasa diperhatikan, dihargai dan disayangi dalam pertemannya sehingga hal tersebut akan membuat santri lebih bisa beradaptasi dengan lingkungan. Umumnya pada saat di *boarding school* santri lebih banyak berinteraksi dengan teman sebayanya dari pada ustad ataupun pengasuh, untuk itu santri akan membangun pertemanan yang akan membuat santri merasa nyaman di *boarding school*. Membangun sebuah pertemanan dalam *boarding school* dapat membantu santri lebih siap dalam menjalani kehidupan di *boarding school*nya dan dapat meningkatkan rasa nyaman ketika tinggal di *boarding school*.

Dukungan sosial teman sebaya juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi subjective well-being pada remaja awal, , maka remaja akan lebih mudah untuk bergaul dan menjalin pertemanan dalam lingkungannya, sehingga remaja santri akan lebih mudah tinggal di Jika santri merasa telah menerima cukup dukungan sosial dari teman sebaya lingkungan barunya dan menjalani kesehariannya dalam *boarding school* (Wilkinson, 2008). Jika seorang santri cukup menerima dukungan sosial dari teman sebayanya dan pihak *boarding school*, maka santri dapat mencapai *subjective well-being*. Dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan dalam peningkatan *subjective well-being* karena dapat mendorong santri untuk lebih bersemangat dalam mejalani kesehariannya di *boarding school* (Hidayati et al., 2023). Kesejahteraan subjektif dicapai melalui kecerdasan emosional dan interaksi sosial yang efektif (Bar-On, 2012). Hal tersebut diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2016) bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya dapat mempengaruhi *subjective well-being* pada remaja.

Saat ini diketahui belum banyak penelitian yang membahas tentang kecerdasan emosional dan dukungan sosial secara bersama-sama untuk memengaruhi *subjective well-being* pada santri yang tinggal di *boarding school*. Penelitian ini harus dikembangkan untuk meningkatkan *subjective well-being* melalui pengelolaan emosional remaja dan hubungan antar teman sebaya selama tinggal di *boarding school*, sehingga santri akan lebih merasa nyaman ketika tinggal di *boarding school* dan tidak melakukan tindakan yang merugikan. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi kajian psikologi perkembangan pada santri.

## 2. Metode

Penelitian ini ingin menguji pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada remaja awal di SMP Istiqomah Sambas *Boarding school* Purbalingga. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda untuk mencapai tujuan tersebut.

### Partisipan

Pada penelitian ini data populasi diambil dari SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga yang mencakup santri kelas 8 berusia 13-14 tahun dan tinggal di *boarding school*. Pada penelitian ini terdapat populasi 118 santri kelas 8 yang terdiri dari santri putra sejumlah 60 anak, dan santri putri berjumlah 58 anak. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability* sampling khususnya teknik sampling jenuh. Pada teknik sampling jenuh, teknik pengambilan sampelnya memerhatikan nilai jumlah kejenuhan sampel. Sampel jenuh juga sering diartikan sampel yang sudah maksimum, karena ditambah berapapun jumlahnya tidak akan mengubah keterwakilan populasi (Sugiyono, 2011). Sehingga jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 118 responden, yaitu keseluruhan kelas 8 di SMP Istiqomah Sambas *Boarding school* Purbalingga dengan 60 santri putra dan 58 santri putri.

### Prosedur

Prosedur pelaksanaan penelitian dimulai dengan observasi untuk menentukan suatu permasalahan, serta melakukan studi pendahuluan kepada ketiga santri kelas VIII dan guru bimbingan konseling SMP Istiqomah Sambas Boardig School Purbalingga untuk memperdalam permasalahan, dari observasi dan studi pendahuluan yang dilakukan dapat dikatakan bahwa santri di SMP Istiqomah Boarding School Purbalingga santri kurang bisa mengevaluasi hidupnya dengan baik di dalam *boarding school* sehingga santri masih belum merasakan hal yang memuaskan di dalam *boarding school*, santri masih merasa jenuh, bosan dan tidak betah dalam *boarding school*, walaupun santri dalam kurun 2 tahun terakhir berada di *boarding school*, sudah belajar untuk menyesuaikan diri pada saat tinggal di *boarding school*. Selanjutnya peneliti melakukan tinjauan literatur dan menyiapkan alat ukur untuk menjadi instrumen dalam pengambilan data penelitian. Sebelum pengumpulan data, peneliti melakukan uji coba alat ukur terlebih dahulu kepada santri kelas VIII SMP Muhammadiyah Boarding School Zam-zam Cilogok selama satu hari pada tanggal 22 maret 2024. Setelah uji coba selesai, peneliti melakukan uji validitas dan uji reliabilitas skala untuk menyeleksi aitem-aitem pada skala yang digunakan. Proses pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan penyebaran dilakukan secara langsung di kelas VIII ketika pelajaran kosong dengan bantuan guru SMP yang bertugas. Penyebaran kuesioner dilakukan selama dua hari yaitu pada hari Senin tanggal 22 April 2024 dan hari Senin tanggal 29 April 2024. Data terkumpul kemudian diolah dan dianalisis. Proses analisis data yang dilakukan berupa uji asumsi, uji hipotesis, uji validitas dan uji reliabilitas. Uji asumsi bertujuan untuk memastikan bahwa persamaan regresi yang dilakukan memiliki ketepatan, tidak bias dan konsisten, uji hipotesis memiliki tujuan untuk menentukan apakah hipotesis suatu penelitian diterima atau ditolak, dan uji validitas untuk mengetahui apakah data yang didapatkan oleh peneliti valid atau tidak, sedangkan uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui keajekan suatu data.

### Alat Ukur

Penelitian ini akan dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan tiga skala sebagai instrumen pada penelitian ini yaitu: (1) Skala *Subjective well-being*, ada 2 skala yang digunakan untuk mengukur *subjective well-being* dalam penelitian ini, skala yang digunakan adalah skala yang dikembangkan oleh Diener (2000) yaitu skala *Satisfaction with Life Scale* (SwLS) untuk mengukur aspek kognitif yaitu kepuasan hidup dengan jumlah aitem 5 dan memiliki nilai reliabilitas .87. Skala yang kedua yaitu *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE) untuk mengukur aspek afeksi positif dan afeksi negatif dengan jumlah aitem 12 serta memiliki nilai reliabilitas .88 untuk pengalaman positif dan .83 untuk pengalaman negatif; (2) Skala Kecerdasan Emosional yaitu *Emotional Intelligence Inventory* (EII) yang dikembangkan oleh Goleman dengan jumlah aitem 30 butir. Skala ini memiliki nilai reliabilitas .863; dan (3) Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan menggunakan alat ukur yaitu *Student Social Support Scale* (SSSS) yang disusun oleh Malecki dan Elliott, (1999) dengan jumlah aitem 18 butir. Skala ini memiliki nilai reliabilitas .97. Alternatif jawaban yang digunakan pada ketiga skala tersebut adalah skala likert dengan 4 alternatif jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

### 3. Hasil

Teknik analisis data yang digunakan untuk mengukur pengaruh variabel kecerdasan emosional dan variabel dukungan sosial teman sebaya terhadap variabel *subjective well-being* yaitu analisis regresi linier berganda dengan menggunakan software SPSS versi 26.

#### Data Demografi

Responden pada penelitian ini adalah kelas 8 di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga dengan umur sekitar 13-15 tahun yang masih tinggal dalam *boarding school*. Gambaran umum responden dalam penelitian ini dijelaskan dalam Tabel 1, sebagai berikut:

Tabel 1: Data Demografi

No	Kriteria	N	Persentase (%)
<b>1.</b>	<b>Jenis Kelamin</b>		
a.	Laki-laki	60	50,8
b.	Perempuan	58	49,2
	<b>Total</b>	<b>118</b>	<b>100</b>
<b>2.</b>	<b>Usia</b>		
a.	13 Tahun	28	23,7
b.	14 Tahun	84	71,2
c.	15 Tahun	6	5,1
	<b>Total</b>	<b>118</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa responden penelitian didominasi oleh laki-laki sejumlah 60 santri dengan persentase 50,8% dan responden perempuan berjumlah 58 santri dengan persentase 49,2%. Kemudian responden penelitian tersebut didominasi oleh santri yang berusia 14 tahun sejumlah 84 santri dengan persentase 71,2%, santri yang berusia 13 tahun berjumlah 28 santri dengan persentase 23,7% dan santri yang berusia 15 tahun sejumlah 6 santri dengan persentase 5,1%.

#### Kategorisasi Data

Kategorisasi kecerdasan emosional, dukungan sosial teman sebaya, dan *subjective well-being* dilakukan guna mengetahui subjek yang ada pada kategorisasi, tinggi, sedang, dan rendah. Penelitian ini dikategorikan berdasarkan distribusi norma, dengan mengelompokkan subjek menjadi lima kategori (Azwar, 2021), sebagai berikut :

Sangat Tinggi	: $M + 1,5SD < X$
Tinggi	: $M + 0,5SD < X < M + 1,5SD$
Sedang	: $M - 0,5SD < X < M + 0,5SD$
Rendah	: $M - 1,5SD < X < M - 0,5SD$
Sangat Rendah	: $X < M - 1,5SD$

Keterangan:

X : Skor total data kasar

M : Rata-rata

SD : Standar deviasi

Hasil kategorisasi dapat dilihat dalam tabel 2:

Tabel 2: Kategorisasi variabel

Varibel	Ketegisasi	Jumlah (N)	Persentase(%)
<i>Subjective Well-being</i>	Rendah	21	17,8%
	Sedang	42	35,6%
	Tinggi	39	33,1%
Kecerdasan Emosional	Rendah	25	21,2%
	Sedang	39	33,1%
	Tinggi	41	34,5%
Dukungan Sosial Teman Sebaya	Rendah	22	18,6%
	Sedang	43	36,4%
	Tinggi	40	33,9%

Berdasarkan Tabel 2 dikatakan bahwa terdapat 39 subjek sebesar 33,1% memiliki *subjective well-being* yang tinggi, 42 subjek sebesar 35,6% memiliki *subjective well-being* yang sedang, dan 21 sebesar 17,8% memiliki *subjective well-being* yang rendah, selain itu 41 subjek sebesar 34,7% memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, 39 subjek sebesar 33,1% memiliki kecerdasan emosional yang sedang, dan 25 sebesar 21,2% memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Pada dukungan sosial teman sebaya terdapat, 40 subjek sebesar 33,9% memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, 43 subjek sebesar 36,4% memiliki dukungan sosial teman sebaya yang sedang, dan 22 sebesar 18,6% memiliki dukungan sosial teman sebaya yang rendah.

#### Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji Kolomogrov-Smirnov. Uji normalitas ini dilakukan dengan cara membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh dengan nilai signifikan .05. Apabila nilai probabilitas  $> .05$  maka variabel berdistribusi normal sedang jika nilai probabilitas  $< .05$  maka variabel tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas pada penelitian ini teridentifikasi memiliki distribusi yang normal karena nilai probabilitas pada penelitian ini lebih besar dari nilai signifikan yaitu  $0,315 > .05$ , hal ini berarti ketiga variabel tersebut berdistribusi normal.

#### Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan secara linier antar variabel dependen terhadap variabel independen. Uji ini dikatakan linier jika nilai Sig. Linearity  $< .05$ . Pada penelitian ini diperoleh bahwa variabel kecerdasan emosional terhadap *subjective well-being* memiliki nilai signifikan linearity sebesar .001 dan nilai sig. Devition from linearity sebesar 0.164 maka variabel tersebut linier. Pada variabel dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* menghasilkan nilai sig. linearity sebesar .001 dan nilai sig. Devition from linearity sebesar .091 yang artinya variabel tersebut linier.

#### Uji Multukolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan untuk mendeteksi hubungan antar variabel bebas. Suatu data dapat dikatakan terbebas dari multikolenieritas jika nilai Tolerance lebih besar dari .10 (*Tolerance*  $> .10$ ) dan nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) kurang dari 10 ( $VIF < 10$ ) (Ghozali, 2016). Pada penelitian ini menunjukkan bahwa variabel kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya menghasilkan nilai VIF 1.327 dan tolerance 0.754 yang artinya kedua variabel tersebut memiliki nilai  $VIF < 10$  dan nilai tolerance  $> .10$ , sehingga dapat dikatakan variabel kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya tidak terjadi multikolenieritas.

#### Uji Hipotesis

Setelah uji persyaratan terpenuhi, uji hipotesis menggunakan analisis regresi linier berganda, yang menghasilkan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *subjective well-being* pada remaja di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui ketiga hipotesis diterima atau tidak. Hasil hipotesis dapat dilihat dalam tabel 3:

Tabel 3: Uji Hipotesis

Varibel	R Square	F	P
Kecerdasan emosional terhadap <i>Subjective Well-being</i>	0,197	28,398	0,000
Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap <i>Subjective Well-being</i>	0,161	22,201	0,000
Kecerdasan emosional dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap <i>Subjective Well-being</i>	0,240	18,158	0,000

Dari Tabel 3 dapat disimpulkan bahwa pada hipotesis pertama diperoleh nilai F sebesar 28.398 dengan nilai probabilitas .001, yang artinya hipotesis pertama diterima. Dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh secara signifikan terhadap *subjective well-being* pada remaja awal di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga. Kemudian hasil analisis berupa koefisien determinan menunjukkan bahwa nilai R Square sebesar 0.197 yang menunjukkan bahwa penelitian ini memberikan sumbangan sebesar 19,7%.

Pada hipotesis kedua diperoleh nilai F sebesar 22.201 dengan nilai probabilitas .001, yang artinya hipotesis kedua diterima. Artinya dukungan sosial teman sebaya dapat berpengaruh secara signifikan *subjective well-being* remaja awal di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga. Kemudian hasil analisis berupa koefisien determinan menunjukkan bahwa nilai R Square sebesar 0.161 yang menunjukkan bahwa penelitian ini memberikan sumbangan sebesar 16,1%.

Selain itu, pada hipotesis ketiga diperoleh nilai F sebesar 18.158 dengan nilai probabilitas .001. Hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, dengan kata lain terdapat pengaruh yang signifikan dari kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* remaja awal di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga. Kemudian hasil analisis berupa koefisien determinan menunjukkan bahwa nilai R Square sebesar 0.240 yang menunjukkan bahwa penelitian ini memberikan sumbangan sebesar 24%.

#### 4. Diskusi

Tujuan penelitian ini untuk memprediksi pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada santri di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga. Melalui hasil uji hipotesis di atas dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada remaja awal di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga. Hal ini sesuai dengan hasil uji regresi yang menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *subjective well-being* pada remaja awal di SMP Istiqomah Sambas Boarding School Purbalingga dengan sumbangan efektif sebesar 24%. Hal ini diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hidalgo-Fuentes (2024) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial berhubungan dan mampu memprediksi *subjective well-being*.

Pada penelitian ini kedua variabel yaitu kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan, dengan kecerdasan emosional memiliki sumbangan efektif sebesar 19,7%, hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Johnson dan Adams (2023) yang menjelaskan bahwa kecerdasan emosional mampu memengaruhi interaksi sosial dan kesejahteraan sekolah asrama, dengan adanya kecerdasan emosional yang tinggi *subjective well-being* akan berkembang dengan baik. Pada penelitian Johnson dan Martinez (2024), menunjukkan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi menunjukkan kesejahteraan subjektif yang lebih baik dan kesehatan mental yang lebih positif. Individu yang memiliki kecerdasan yang tinggi akan merasa gembira dan puas dalam menjalankan kehidupannya. Individu akan lebih mendapatkan efek yang menyenangkan daripada tidak menyenangkan dalam menjalankan semua kegiatannya dalam sehari-hari, terutama pada santri (Raihana, 2017). Hal tersebut diperkuat oleh penelitian Khamida (2019), pada penelitian tersebut menjelaskan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dalam menjalani kehidupan akan mampu mencapai tujuan hidup dan mampu menghadapi tantangan serta permasalahan yang dihadapi.

Sedangkan dukungan sosial teman sebaya memiliki sumbangan efektif sebesar 16,1%. Hal ini didukung oleh penelitian Faizah dan Widyastuti (2021) menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya pada santri yang tinggal di *boarding school* memiliki hubungan yang signifikan terhadap *subjective well-being*. Pada saat di *boarding school* dukungan yang dibutuhkan oleh remaja sebagai santri adalah dukungan dari teman sebaya, dukungan tersebut merupakan faktor yang bisa mempengaruhi *subjective well-being*, dengan adanya dukungan sosial teman sebaya akan membantu santri dalam perkembangan sosial emosi yang bisa meningkatkan *subjective well-being* pada remaja (Cohen et al., 2000). *Subjective well-being* dapat tercapai jika dukungan sosial yang diterima oleh santri cukup dari teman sebaya sehingga mampu mendorong santri untuk lebih bersemangat dalam menjalani keseharian di *boarding school* (Hidayati et al., 2023).

Ketika santri mendapatkan dukungan sosial teman sebaya yang tinggi maka santri akan cenderung lebih merasa disayangi oleh teman sebayanya, adanya jalinan pertemanan juga akan membantu santri untuk memenuhi kebutuhan dukungan sosial maupun emosi santri selama tinggal di *boarding school*, hal tersebut akan membuat santri meninggalkan tindakan yang negatif seperti kabur dari *boarding school*, sehingga santri akan lebih mudah untuk meningkatkan *subjective well-being* pada dirinya (Wilkinson, 2008). Hal tersebut dapat dikatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya pada santri memiliki peran penting dalam menumbuhkan

*subjective well-being* pada santri yang tinggal di *boarding school*, sebab dengan adanya dukungan teman sebaya santri akan merasa diperhatikan oleh teman-temannya dan perhatian tersebut dapat mengurangi rasa negatif sehingga membuat santri lebih percaya diri dan nyaman akan kehidupan di *boarding school* (Nindya & Muhid, 2022).

Peneliti menyarankan untuk menambahkan unsur lain seperti aspek dari lingkungan, dan keluarga maupun guru atau ustad atau ustadzah di *boarding school* dan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi *subjective well-being*, sehingga mendapatkan hasil yang lebih luas. Serta melakukan penelitian dengan kelas yang berbeda dan jenjang yang lebih tinggi untuk mendapatkan hasil yang berbeda. Pada penelitian ini kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya memengaruhi *subjective well-being* sehingga, penelitian ini diharapkan menjadi dasar bagi pengurus *boarding school* untuk membuat kegiatan positif setiap minggunya untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan dukungan sosial teman sebaya, kegiatan tersebut berupa kegiatan yang menunjukkan potensi setiap santri seperti kegiatan pekan seni, pekan olahraga, bahkan lomba antar kelas.

### Referensi

- A. B. Johnson and M. C. Adams. (2023). Exploring the impact of emotional intelligence on social integration and well-being in residential schools. *Journal of Child and Family Studies*.
- Astuti, M., Akbar, R., & Karoma. (2023). Historis boarding school serta faktor – faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(12), 412–427.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi*.
- Bar-On, R. (2012). The impact of emotional intelligence on health and wellbeing. *Emotional Intelligence - New Perspectives and Applications*, June. <https://doi.org/10.5772/32468>
- Cohen, S., Underwood, L. G., & Gottlieb, B. H. (2000). *Social Support Measurement and Intervention: A Guide for Health and Social Scientists*. <https://books.google.fm/books?id=h0SDAAAQBAJ&lpg=PP1&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E. (2009). *The Science of Well-Being*.
- Faizah, A., & Widyastuti. (2021). *Relationship Between Peer Social Support and Subjective Well-Being in Students Living in Islamic Boarding Schools [ Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Subjective Well-Being pada Santri Yang Tinggal di Pondok Pesantren ]*. 1–7.
- Hall, G. S. (2004). Adolescence its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology sex, crime, religion and education, Vol. II. *Adolescence Its Psychology and Its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology Sex, Crime, Religion and Education, Vol. II*. <https://doi.org/10.1037/10618-000>
- Hamdana, F., & Alhamdu, A. (2016). Subjective well-being siswa MAN 3 Palembang yang tinggal di asrama. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 1(1), 95–104. <https://doi.org/10.19109/psikis.v1i1.560>
- Here, S. V., & Priyanto, P. H. (2014). Subjective well-being pada remaja ditinjau dari kesadaran lingkungan. *Psikodimensia*, 13(1), 10–21.
- Hidalgo-Fuentes, S., Martínez-Álvarez, I., Sospedra-Baeza, M. J., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Toledano-Toledano, F. (2024). Emotional intelligence and perceived social support: its relationship with subjective well-being. *Healthcare (Switzerland)*, 12(6). <https://doi.org/10.3390/healthcare12060634>
- Hidayati, L., Amanda, R., Samara, S., Agustin, Y., & Sukatin. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan subjektif pada siswa (definisi kesejahteraan subjektif). *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(3), 177–185. <https://doi.org/10.54066/jupendis-itb.v1i3>
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga, Jakarta.  
[https://books.google.co.id/books/about/Psikologi\\_perkembangan.html?id=UdpcAQAACA AJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books/about/Psikologi_perkembangan.html?id=UdpcAQAACA AJ&redir_esc=y)
- Ikromi, Z. A., Diponegoro, A. M., & Tentama, F. (2019). Faktor psikologis yang mempengaruhi subjective well-being pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 412–420.
- Khamida, K., Arfianto, M. A., & ... (2019). Correlation of emotional intelligence with subjective well-being at students in Islamic boarding school. *Proceeding ...*, December 2016, 6–9. <https://conferences.unusa.ac.id/index.php/SIHC19/article/download/533/245>
- Mariyati, L. I., Partontari, R. A., & Kusuma, M. K. I. (2023). Peranan regulasi emosi terhadap subjective well-being pada santri di Sidoarjo. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1s), 100–110. <https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12349>

- Meita, A., Nurhadi, & Budiati, A. C. (2016). Rasionalitas Pilihan Orang Tua Terhadap Pesantren Sebagai Lembaga Pendidikan Remaja Awal. *Pendidikan Sosiologi Antropologi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret, Surakarta*.
- Nindya, A. R., & Muhid, A. (2022). Pentingnya social support untuk meningkatkan subjective well-being santri pondok pesantren: A systematic literature review. *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*, 9(1), 51–62.  
<https://jurnal.lp2msasbabel.ac.id/index.php/tar/article/view/2405%0Ahttps://jurnal.lp2msasbabel.ac.id/index.php/tar/article/download/2405/1025>
- Noor, M., Atieka, N., & Yunisa, L. (2020). *Counseling Milenial ( Cm ). 1*(December), 9–23.
- Nurmalitasari, A., & Widyana, R. (2021). Hubungan antara harga diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MTS yang tinggal di pondok pesantren. *Duconomics Sci-Meet (Education & Economics Science Meet)*, 1, 206–232. <https://doi.org/10.37010/duconomics.v1.5443>
- Putri, D. R. (2016). Peran dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja awal. *Jurnal Indigenous*, 1(1), 12–22.
- R. W. Johnson and P. L. Martinez. (2024). Emotional Intelligence and Mental Health in Boarding School Settings: An Empirical Study". *Mental Health and Education*.
- Rahmatullah, A. S., & Purnomo, H. (2020). Kenakalan remaja kaum santri di pesantren (telaah deskriptif-fenomenologis) . *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 222–245.  
<https://doi.org/10.21274/taalum.2020.8.2.222-245>
- Raihana, S. H. (2017). Kecerdasan emosional dalam Al-Qur'an. *SCHEMA: Journal of Psychology Research*, 3(1), 35–45. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.1807>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2001). *Emotion, Social Relationships, and Health Get access to Arrow*.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Educational Leadership*, 58(3), 14–18.  
<https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
- Sarafino, E. P. (2008). Health Psychology Biopsychosocial Interactions.
- Sardi, L. N., & Ayriza, Y. (2020). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap subjective well-being pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Acta Psychologia*, 2, 41–48.
- Septilinda, A. 2017. (2017). “manajemen boarding school dan relevansinya dengan tujuan pendidikan Islam di Muhammadiyah Boarding School (MBS) Yogyakarta.” *Pendidikan Madrasah*, 2, 2:327.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Wilkinson, R. B. (2008). Development and properties of the adolescent friendship attachment scale. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(10), 1270–1279. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9141-7>