



**PENGARUH *ALEXITHYMIA* TERHADAP KECERDASAN
EMOSIONAL PADA SISWA SMK DI JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

Ananda Naely Rachma

46120010008

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA
JAKARTA
2024**



**PENGARUH *ALEXITHYMIA* TERHADAP KECERDASAN
EMOSIONAL PADA SISWA SMK DI JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
sarjana**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

Ananda Naely Rachma

46120010008

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA MERUYA
JAKARTA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ananda Naely Rachma

NIM : 46120010008

Program Studi : Program Studi Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Alexithymia* terhadap Kecerdasan Emosional pada Siswa SMK di Jakarta Barat

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 21 Februari 2024



(Ananda Naely Rachma)

UNIVERSITA
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Ananda Naely Rachma

NIM : 46120010008

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Alexithymia terhadap Kecerdasan Emosional pada Siswa SMK di Jakarta Barat

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0308098203

()

Ketua Penguji : Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si.

NIDN : 0311107804

()

Penguji 1 : Agustini, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0308087008

()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 16 Februari 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Melnyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir saya yang selalu memberikan semangat dan bimbingan serta arahan dengan sabar, tegas dan penuh motivasi.
5. Dr. Arie Suciyan Srijanto, M.Si. dan Agustini, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang selama ini telah memberikan ilmunya semasa perkuliahan *offline* maupun *online*.
7. Kepada diri saya sendiri, karena sudah bisa sampai di titik ini, sudah kuat, sudah bertahan dengan semua hal yang telah terjadi dan sudah mau berusaha sekeras mungkin.
8. Kedua orang tua tercinta. Terima kasih sudah menjadi orang tua terbaik. Terima kasih sudah selalu mendoakan saya. Terima kasih sudah membimbing, menemani dan mencintai saya selama ini. Terima kasih sudah selalu meyakinkan saya ketika saya merasa tidak percaya diri. Terima kasih sudah selalu ada untuk saya.

9. Kakak dan adik tercinta. Terima kasih sudah menjadi obat ketika penat datang. Terima kasih sudah selalu menghibur. Terima kasih sudah selalu menemani.
10. Tsabita dan Darma. Mereka adalah orang yang selalu sabar dengan semua keluh kesah dan tingkah laku saya. Terima kasih sudah menemani sampai saat ini. Terima kasih sudah mengerti saya. Terima kasih sudah selalu mendukung apapun yang saya lakukan.
11. Indah dan Rahma. Terima kasih sudah menjadi teman ambis khususnya untuk menyelesaikan skripsi ini, sekaligus teman curhat yang menghibur. Terima kasih karena sudah saling menyemangati. Yuk selesaikan project roro jonggrang kita!
12. Indah, Inka dan Igan, mereka teman seperjuangan selama bimbingan skripsi ini. Terima kasih ya sudah sama-sama berjuang dan saling sharing.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi perkembangan ilmu.



Jakarta, 16 Februari 2024

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Ananda Naely Rachma

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ananda Naely Rachma

NIM : 46120010008

Program Studi : Program Studi Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Alexithymia* terhadap Kecerdasan Emosional pada Siswa SMK di Jakarta Barat

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul diatas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 21 Februari 2024

Yang menyatakan,



(Ananda Naely Rachma)

ABSTRAK

Nama : Ananda Naely Rachma
NIM : 46120010008
Program Studi : Program Studi Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Alexithymia* terhadap Kecerdasan Emosional pada Siswa SMK di Jakarta Barat
Pembimbing : Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Masih rendahnya kecerdasan emosional pada siswa SMK di Jakarta Barat yang dipengaruhi oleh ketidakmampuan siswa dalam mengekspresikan emosinya, dalam hal ini *alexithymia*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *alexithymia* terhadap kecerdasan emosional pada siswa SMK di Jakarta Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi. Responden pada penelitian ini sebanyak 317 siswa SMK di Jakarta Barat. Alat ukur yang digunakan pada variabel *Alexithymia* yaitu *TAS-20* oleh Taylor, et al (1994) dan Kecerdasan Emosional menggunakan alat ukur *TEIQUÉ-SF* oleh Petrides dan Furham (2001). Hasil analisis dengan metode regresi yang menunjukkan terdapat pengaruh *alexithymia* terhadap kecerdasan emosional pada siswa SMK di Jakarta Barat yang dibuktikan dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan *R Square* sebesar 38,5%, yang dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *alexithymia* terhadap kecerdasan emosional pada siswa SMK di Jakarta Barat sebesar 38,5%. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi siswa SMK dalam mengetahui pentingnya memahami, mengelola dan mengatasi emosinya dengan baik. Hal ini tentunya akan meningkatkan kecerdasan emosional dan meminimalisir siswa mengalami *alexithymia*, guna membangun *self awareness* dan mencapai keberhasilan dalam akademik serta kehidupan sosial pada siswa SMK.

Kata kunci : Alexithymia, Kecerdasan Emosional, Siswa SMK

ABSTRACT

Name : Ananda Naely Rachma
NIM : 46120010008
Study Program : Psychology Study Program
Title Internship Report : The Effect of Alexithymia on Emotional Intelligence in Vocational Students in West Jakarta
Counsellor : Nurul Adiningtyas, S.Psi., M.Psi., Psikolog

The low emotional intelligence of vocational students in West Jakarta is influenced by students' inability to express their emotions, in this case alexithymia. This study aims to determine the effect of alexithymia on emotional intelligence in vocational students in West Jakarta. This study uses a quantitative approach with regression method. Respondents in this study were 317 vocational students in West Jakarta. The measuring instrument used in the Alexithymia variable is the TAS-20 by Taylor, et al (1994) and Emotional Intelligence using the TEIQUÉ-SF measuring instrument by Petrides and Furham (2001). The results of the analysis with the regression method show that there is an influence of alexithymia on emotional intelligence in vocational students in West Jakarta as evidenced by the significance value of $0.000 < 0.05$ and R Square of 38.5%, which can be concluded that there is a significant influence of alexithymia on emotional intelligence in vocational students in West Jakarta by 38.5%. This research is expected to be a reference for vocational students in knowing the importance of understanding, managing and dealing with their emotions well. This will certainly increase emotional intelligence and minimize students experiencing alexithymia, in order to build self-awareness and achieve success in academics and social life in vocational students.

Keywords : Alexithymia, Emotional Intelligence, Vocational School Students

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2. Manfaat Praktis	5
BAB II	6
KAJIAN TEORITIS	6
2.1. Kecerdasan Emosional.....	6
2.1.1. Definisi Kecerdasan Emosional	6
2.1.2. Dimensi Kecerdasan Emosional.....	7
2.1.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecerdasan Emosional	8
2.2. Alexithymia	8
2.2.1. Definisi <i>Alexithymia</i>	8
2.2.2. Aspek-Aspek <i>Alexithymia</i>	9

2.2.3. Jenis-Jenis Alexithymia.....	9
2.2.4. Faktor-Faktor Penyebab <i>Alexithymia</i>	10
2.2.5. Dampak <i>Alexithymia</i>	10
2.3. Penelitian Terdahulu.....	11
2.4. Kerangka Berpikir	13
2.5. Hipotesis Penelitian	14
BAB III.....	15
METODOLOGI PENELITIAN	15
3.1. Jenis Penelitian	15
3.2. Subjek Penelitian	15
3.2.1. Populasi dan Sampel	15
3.2.2. Metode Pengumpulan Data	16
3.3. Definisi Operasional	16
3.3.1. <i>Alexithymia</i>	16
3.3.2. Kecerdasan Emosional	16
3.4. Instrumen Penelitian	17
3.4.1. Alat Ukur <i>Alexithymia</i>	17
3.4.2. Alat Ukur Kecerdasan Emosional	17
3.5. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	19
3.5.1. Uji Validitas	19
3.5.2. Uji Reliabilitas dan Analisis Item	22
3.7. Teknik Analisis Data	24
BAB IV	26
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
4.1. Gambaran Umum Subjek	26
4.1.1. Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Usia.....	26
4.1.2. Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Sekolah.....	26
4.1.3. Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	27
4.2. Analisis Statistik Deskriptif.....	27
4.2.1. Deskripsi <i>Alexithymia</i>	27
4.2.2. Deskripsi Kecerdasan Emosional.....	28
4.3. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	28

4.3.1. Kategorisasi Skor <i>Alexithymia</i>	28
4.3.2. Kategorisasi Skor Kecerdasan Emosional.....	29
4.4. Uji Asumsi	30
4.4.1. Uji Normalitas	30
4.4.2. Uji Linearitas	31
4.4.3. Uji Homogenitas	31
4.4.4. Uji Heteroskedastisitas	32
4.5. Uji Hipotesis	32
4.5.1. Uji Korelasi	32
4.5.2. Uji Korelasi Antar Dimensi.....	33
4.6. Uji Regresi Linear Sederhana.....	37
4.7. Uji Tambahan	38
4.7.1. Uji Beda.....	38
4.8. Pembahasan	38
BAB V	42
PENUTUP.....	42
5.1. Kesimpulan.....	42
5.2. Keterbatasan Penelitian	42
5.3. Saran	42
5.3.1. Saran Teoritis	42
5.3.2. Saran Praktis.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	44
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	11
Tabel 3.1 Hasil perhitungan G-Power.....	15
Table 3.2 <i>Blueprint TAS-20</i>	17
Table 3.3 <i>Blueprint TEIQUE-SF</i>	18
Tabel 3.4 Hasil <i>Expert Judgement</i>	19
Tabel 3.5 Hasil Uji validitas <i>Alexithymia</i>	20
Tabel 3.6 Hasil Uji validitas Kecerdasan Emosional.....	21
Tabel 3.7 Reliabilitas <i>TAS-20</i>	22
Tabel 3.8 Reliabilitas <i>TEIQUE-SF</i>	23
Tabel 3.9 Analisis Item <i>Alexithymia</i>	24
Tabel 3.10 Analisis Item Kecerdasan Emosional	25
Tabel 4.1 Frekuensi Usia	26
Tabel 4.2 Frekuensi Sekolah.....	26
Tabel 4.3 Frekuensi Jenis Kelamin.....	27
Tabel 4.4 Deskripsi Skor <i>Alexithymia (TAS-20)</i>	27
Tabel 4.5 Deskripsi Skor Kecerdasan Emosional (<i>TEIQUE-SF</i>)	28
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor <i>Alexithymia (TAS-20)</i>	28
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Kecerdasan Emosional (<i>TEIQUE-SF</i>).....	29
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas (Kolmogorov Smirnov)	30
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas	31
Tabel 4.10 Hasil Uji Homogenitas	31
Tabel 4.11 Hasil Uji Heteroskedastisitas	32
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi	32
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi.....	33
Tabel 4.14 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	37
Tabel 4.15 Hasil Uji Beda.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	14
Gambar 2.2 Path Diagram <i>Alexithymia</i>	21
Gambar 2.3 Path Diagram Kecerdasan Emosional	21



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar <i>Expert Judgement</i>	48
Lampiran 2 Daftar Pernyataan.....	53
Lampiran 3 Tabulasi Data Penelitian.....	57

