



**PENGARUH *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DAN  
*PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY* TERHADAP *SUBJECTIVE  
WELL-BEING* PADA ASN TENAGA KESEHATAN WANITA  
DI PUSKESMAS KOTA TANGERANG**

**SKRIPSI**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**  
Avril Ratna Anjely  
46121010120

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA  
2024/2025**



**PENGARUH *EMOTIONAL INTELLIGENCE* DAN  
*PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY* TERHADAP *SUBJECTIVE  
WELL-BEING* PADA ASN TENAGA KESEHATAN WANITA  
DI PUSKESMAS KOTA TANGERANG**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S-1)  
pada Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

**Avril Ratna Anjely**

**46121010120**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA  
2024/2025**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Avril Ratna Anjely  
NIM : 46121010120  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Emotional Intelligence* dan *Psychological Flexibility* terhadap *Subjective Well-Being* Pada ASN Tenaga Kesehatan Wanita Di Puskesmas Kota Tangerang

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta 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, 6 Februari 2025

UNIVERSITA  
MERCU BUANA



Avril Ratna Anjely

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh;

Nama : Avril Ratna Anjely  
NIM : 46121010120  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Emotional Intelligence* dan *Psychological Flexibility* terhadap *Subjective Well-Being* Pada ASN Tenaga Kesehatan Wanita Di Puskesmas Kota Tangerang

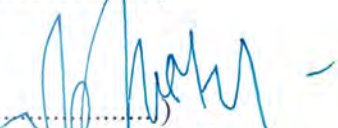
Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Dearly. M.Psi. Psikolog  
NIDN : 0302038003

  
(.....)

Ketua Penguji : Agustini, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 0308087008

  
(.....)


Penguji 1 : Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog  
NIDN : 0327048904

  
(.....)


Jakarta, 22 Februari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

  
(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.)

Ketua Program Studi

  
(Karisma Riskinanti, M. Psi., Psikologi)

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur dipanjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya pada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi penulis yang berjudul “Pengaruh *Emotional Intelligence dan Psychological Flexibility* Terhadap *Subjective Well-Being* Pada ASN Tenaga Kesehatan di Puskesmas Kota Tangerang”. Penyusunan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengungkapkan rasa syukur dan menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog. dan Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.sc. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi atas segala bimbingan, arahan, masukan dan semangat yang selalu diberikan kepada peneliti. Rasa hormat dan bangga, bisa berkesempatan menjadi mahasiswa bimbingan ibu.
6. Ibu Merly Erlina, Psi, M.Si., M.E.Sy., selaku Dosen *Reviewer* Seminar Proposal pada penelitian saya serta telah memberikan masukan dan saran untuk penelitian ini.
7. Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog Selaku Ketua Sidang Tugas Akhir dan Ibu Aulia Kirana, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas arahan, saran, dan masukannya.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan pengetahuan dan berbagai bantuan kepada penulis selama masa studi.

9. Seluruh staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang selalu siap membantu penulis dalam urusan administrasi.
10. Ayahanda Tukijan dan ibunda Andri Setyaningsih yang telah mendidik, membimbing, serta selalu memberikan kasih sayang, nasihat, motivasi, semangat dan doa yang tiada henti sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi.
11. Gendis Putri Anjely dan Kenzo Darrell Anjely selaku adik-adik penulis yang selalu memberikan semangat kepada penulis dan menjadi moodbooster selama di rumah sehingga penulis bisa menyelesaikan Skripsi ini.
12. Irma Reza Liyani selaku sahabat kecil penulis. Terima kasih sudah menjadi tempat cerita ternyaman dan terima kasih selalu memberikan semangat dan bersedia di repotkan selama proses penyusunan skripsi.
13. Hana' Kamilah Maryam selaku teman seperjuangan Skripsi dari awal hingga akhir. Terima kasih karena sudah menjadi partner terbaik dalam proses penulisan skripsi, mulai dari penyusunan proposal, penyusunan berkas-berkas, penelitian, proses olah data hingga skripsi ini selesai.
14. Aliffia khairunnisa, Diaz Andesta Shafira, Karina Amalo, Dinda Nur Aprilla selaku teman SMP dan SMA penulis yang selalu menemani proses perkuliahan dari awal sampai akhir dan memberikan semangat tiada henti kepada penulis serta menjadi partner jalan-jalan untuk melepas penat selama proses penyusunan skripsi ini.
15. Audrey Zerlina, Syabna Syakila, Mutiara Puteri Diwanti dan Tri Nandaningtias selaku teman baik kuliah penulis. Terima kasih telah mewarnai masa perkuliahan penulis. Terima kasih sudah menjadi partner bertumbuh di segala kondisi yang terkadang tidak terduga, menjadi pendengar yang baik untuk penulis serta menjadi orang yang selalu memberikan semangat dan meyakinkan penulis agar bisa menyelesaikan skripsi ini.
16. Bang Anazmi dan Kak Shely selaku kakak tingkat penulis. Terima kasih telah bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi dengan penulis pada saat proses penyusunan skripsi ini.
17. Kayla, Nistrina, Dewa, Fajrin, Devi, Intan, Lala, Kak Eni, Kak Livi, Kak Frety selaku teman seperjuangan bimbingan skripsi penulis, sehingga penulis termotivasi untuk menyelesaikan skripsi.



18. Roudotul Firdaus yang telah kebersamai penulis selama penyusunan dan pengerjaan skripsi dalam kondisi apapun. Terima kasih telah mendengarkan keluh kesah penulis, serta selalu mendoakan, memberikan semangat, menemani dan memotivasi penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.
19. Para tenaga kesehatan di Kota Tangerang yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih telah bersedia membantu dan meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penulis.
20. Kepada diri saya sendiri Avril Ratna Anjely. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih telah menempuh perjalanan yang tak selalu mudah, melewati hari-hari penuh keraguan dan tidak pernah menyerah sesulit apapun rintangan kuliah ataupun proses penyusunan skripsi.
21. Kepada semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu, terima kasih sudah membantu penulis. Semoga kebaikan kalian dibalas oleh Tuhan Yang Maha Esa.

Akhir kata, semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dari semua pihak yang telah membantu saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Harapan saya, semoga tugas akhir ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, serta memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan di masa depan.

UNIVERSITAS Jakarta, 6 Februari 2025  
MERCU BUANA

Penulis,  
Avril Ratna Anjely

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Avril Ratna Anjely

NIM : 46121010120

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh *Emotional Intelligence* dan *Psychological flexibility* terhadap *Subjective well-being* pada ASN tenaga kesehatan wanita di Puskesmas Kota Tangerang

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 di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Jakarta, 6 Februari 2025

Yang menyatakan



Avril Ratna Anjely



## ABSTRAK

Nama : Avril Ratna Anjely  
NIM : 46121010120  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Emotional Intelligence* dan *Psychological Flexibility* terhadap *Subjective Well-Being* Pada ASN Tenaga Kesehatan Wanita Di Puskesmas Kota Tangerang  
Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *emotional intelligence* dan *psychological flexibility* terhadap *subjective well-being* pada ASN tenaga kesehatan wanita Di Puskesmas Kota Tangerang. Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional yang dilakukan pada 144 subjek yang diperoleh melalui teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan SPANE (The Scale of Positive and Negative Experience), AES (Assessing Emotional Scale) dan PFQ (Psychological Flexibility Questionnaire). Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linear berganda dengan bantuan aplikasi *Statistical Package for the Social Science* (SPSS) versi 22. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan secara positif pada variabel *emotional intelligence* dan *psychological flexibility* terhadap variabel *subjective well-being*, baik secara parsial maupun secara simultan. *Emotional intelligence* berkontribusi terhadap variabel *subjective well-being* sebesar 9.4%. *Psychological flexibility* berkontribusi terhadap variabel *subjective well-being* sebesar 2.1%. Secara simultan, *emotional intelligence* dan *psychological flexibility* berkontribusi terhadap *subjective well-being* sebesar 21.5% dan sisanya 78,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata Kunci:** *Subjective Well-being, Emotional Intelligence, Psychological Flexibility*, ASN Tenaga Kesehatan

## ABSTRACT

*Name* : Avril Ratna Anjely  
*NIM* : 46121010120  
*Study Program* : Psychology  
*Thesis Report Title* : *The Effect of Emotional Intelligence and Psychological Flexibility on Subjective Well-Being in ASN Health Workers in Tangerang City Health Center.*  
*Counsellor* : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog

*This study aims to determine the effect of emotional intelligence and psychological flexibility on subjective well-being in ASN female health workers at the Tangerang City Health Center. This research approach uses a quantitative approach with a correlational method carried out on 144 subjects obtained through accidental sampling techniques. The measuring instruments used are SPANE (The Scale of Positive and Negative Experience), AES (Assessing Emotional Scale) and PFQ (Psychological Flexibility Questionnaire). The data analysis technique used in this study is multiple linear regression with the help of the Statistical Package for the Social Science (SPSS) version 22 application. The results of this study indicate that there is a significant positive influence on the emotional intelligence and psychological flexibility variables on the subjective well-being variable, both partially and simultaneously. Emotional intelligence contributes to the subjective well-being variable by 9.4%. Psychological flexibility contributes to the subjective well-being variable by 2.1%. Simultaneously, emotional intelligence and psychological flexibility contribute to subjective well-being by 21.5% and the remaining 78.5% is influenced by other factors not examined in this study.*

***Keywords: Subjective Wellbeing, Emotional Intelligence, Psychological Flexibility, ASN Health Worker***

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	11
1.3. Tujuan Penelitian.....	11
1.4. Manfaat Penelitian.....	12
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	12
1.4.2. Manfaat Praktis .....	12
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>13</b>
2.1. <i>Subjective Well-Being</i> .....	13
2.1.1. Definisi <i>Subjective Well-Being</i> .....	13
2.1.2. Dimensi <i>Subjective Well-Being</i> .....	15
2.1.3. Faktor-Faktor <i>Subjective Well-Being</i> .....	16
2.2. <i>Emotional Intelligence</i> .....	17
2.2.1. Definisi <i>Emotional Intelligence</i> .....	17
2.2.2. Dimensi <i>Emotional Intelligence</i> .....	18
2.2.3. Faktor-Faktor <i>Emotional Intelligence</i> .....	19
2.3. <i>Psychological Flexibility</i> .....	19

2.3.1. Definisi <i>Psychological Flexibility</i> .....	19
2.3.2. Faktor <i>Psychological Flexibility</i> .....	21
2.4. Penelitian Terdahulu .....	22
2.5. Dinamika Penelitian .....	31
2.6. Kerangka Penelitian .....	33
2.7. Hipotesis Penelitian.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
3.1. Desain Penelitian.....	35
3.2. Populasi dan Sampel Penelitian .....	35
3.2.1. Populasi .....	35
3.2.2. Sampel.....	37
3.2.3. Teknik Sampling .....	39
3.3. Definisi Operasional.....	39
3.3.1. <i>Subjective Well-Being</i> .....	39
3.3.2. <i>Emotional Intelligence</i> .....	39
3.3.3. <i>Psychological Flexibility</i> .....	40
3.4. Instrumen Penelitian.....	40
3.4.1. Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	40
3.4.2. Skala <i>Emotional Intelligence</i> .....	41
3.4.3. Skala <i>Psychological Flexibility</i> .....	43
3.5. Uji Pilot/Try Out .....	44
3.5.1. Hasil Uji Validitas.....	44
3.5.2. Reliabilitas.....	49
3.6. Analisis Data yang digunakan.....	50
3.6.1. Analisis Deskriptif.....	50
3.6.2. Analisis Inferensial.....	50
3.6.3. Uji Tambahan.....	52
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>53</b>
5.1. Gambaran Umum Subjek .....	53
4.2. Hasil Analisis Deskriptif dan Kategorisasi .....	55
4.2.1. Hasil Kategorisasi Skor Variabel Penelitian .....	56
4.3. Analisis Inferensial.....	59

4.3.1. Hasil Uji Asumsi Klasik.....	59
4.3.2. Uji Hipotesis.....	63
4.3.3. Uji Tambahan.....	69
4.4. Pembahasan.....	71
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>79</b>
5.1. Kesimpulan.....	79
5.2. Keterbatasan Penelitian .....	79
5.3. Saran.....	79
5.3.1. Saran Teoritis .....	80
5.3.2. Saran Praktis.....	80
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>81</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>88</b>



UNIVERSITAS  
**MERCU BUANA**



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....	22
Tabel 3.1 Populasi Puskesmas .....	35
Tabel 3.2 Penentuan Sampel.....	38
Tabel 3.3 Blueprint Skala SPANE.....	40
Tabel 3.4 Skoring Skala SPANE .....	41
Tabel 3.5 Blueprint Skala AES.....	41
Tabel 3.6 Skoring Skala AES .....	42
Tabel 3.7 Blueprint Skala PFQ.....	43
Tabel 3.8 Skoring Skala PFQ.....	44
Tabel 3.9 Kriteria <i>Goodness Of Fit</i> .....	45
Tabel 3.10 Hasil Uji Validitas.....	45
Tabel 3.11 Hasil Item <i>Subjective Well-Being</i> .....	46
Tabel 3.12 Hasil Item <i>Emotional Intelligence</i> .....	47
Tabel 3.13 Hasil Tabel <i>Psychological Flexibility</i> .....	48
Tabel 3.14 Hasil Uji Reliabilitas.....	49
Tabel 4.1 Data Demografi Usia .....	53
Tabel 4.2 Data Demografi Jumlah Anak.....	54
Tabel 4.3 Data Demografi Profesi .....	54
Tabel 4.4 Data Demografi Pendidikan Terakhir .....	55
Tabel 4.5 Analisis Deskriptif .....	55
Tabel 4.6 Rumus Kategorisasi Hipotetik .....	56
Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi <i>Subjective Well-Being</i> .....	56
Tabel 4.8 Hasil Kategorisasi <i>Emotional Intelligence</i> .....	57
Tabel 4.9 Hasil Kategorisasi <i>Psychological Flexibility</i> .....	57
Tabel 4.10 Mean <i>Subjective Well-Being, Emotional Intelligence</i> dan <i>Psychological Flexibility</i> .....	57
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas .....	59
Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas <i>Subjective Well-Being</i> dan <i>Emotional Intelligence</i> .	60
Tabel 4.13 Hasil Uji Linearitas <i>Subjective Well-Being</i> dan <i>Psychological Flexibility</i> .....	60

Tabel 4.14 Hasil Heteroskedastisitas .....	61
Tabel 4.15 Hasil Multikolinearitas.....	62
Tabel 4.16 Hasil Uji Regresi Linear Berganda <i>Emotional Intelligence, Psychological Flexibility</i> dan <i>Subjective Well-Being</i> .....	63
Tabel 4.17 <i>Emotional Intelligence</i> terhadap <i>Subjective Well-Being</i> .....	64
Tabel 4.18 Hasil Uji Koefisien Determinasi <i>Emotional Intelligence</i> dan <i>Subjective Well-Being</i> .....	64
Tabel 4.19 Hasil Uji T <i>Psychological Flexibility</i> terhadap <i>Subjective Well-Being</i> ...	65
Tabel 4.20 Hasil Uji Koefisien Determinasi <i>Psychological Flexibility</i> dan <i>Subjective Well-Being</i> .....	65
Tabel 4.21 Hasil Uji F <i>Emotional Intelligence, Psychological Flexibility</i> dan <i>Subjective Well-Being</i> .....	66
Tabel 4.22 Hasil Uji Koefisien Determinasi <i>Emotional Intelligence, Psychological Flexibility</i> dan <i>Subjective Well-Being</i> .....	66
Tabel 4.23 Hasil Matriks Korelasi Antar Dimensi.....	67
Tabel 4.24 Tingkat Korelasi.....	67
Tabel 4.25 Hasil Uji Analisis Varian (Anova) Satu Arah pada Usia .....	69
Tabel 4.26 Hasil Uji Analisis Varian (Anova) Satu Arah pada Jumlah Anak .....	69
Tabel 4.27 Hasil Uji Analisis Varian (Anova) Satu Arah pada Profesi .....	70
Tabel 4.28 Hasil Uji Analisis Varian (Anova) Satu Arah pada Pendidikan .....	70

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	33
------------------------------------	----



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur .....	89
Lampiran 2 Hasil Expert Judgement <i>Psychological Flexibility</i> (Ibu Merly Erlina, Psi, M.Si., M.E.Sy) .....	92
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian.....	101
Lampiran 4 Hasil Olah Data Penelitian .....	110
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian (Dinas Kesehatan).....	125
Lampiran 6 Uji Etik KPIN .....	127
Lampiran 7 Poster dan Google Form Kuesioner.....	128
Lampiran 8 Hasil Turnitin.....	129

