

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN
KECENDERUNGAN *ALEXITHYmia* PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

NADYA OKTA RIANA

NBI: 1512100222

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN
KECENDERUNGAN *ALEXITHYMIA* PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :
NADYA OKTA RIANA
NBI: 1512100222**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak ada karya yang pernah diajukan untuk meraih gelar sarjana di perguruan tinggi manapun. Selain itu, penulis juga tidak mengetahui adanya karya atau pendapat lain yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara jelas disebutkan dalam naskah ini dan tercantum dalam daftar pustaka. Pernyataan ini dibuat dengan kesadaran penuh oleh penulis tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Surabaya, 20 Desember 2024



Nadya Okta Riana

1512100222



**UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA**

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadya Okta Riana
NBI/ NPM : 1512100222
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk
memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free
Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecenderungan
Alexithymia Pada Remaja**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free
Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak
menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam
bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah
saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 20-Desember-2024

Yang Menyatakan

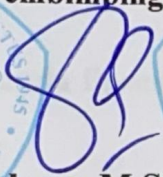
10000
METERAI
TEMPEL
1B1AKX494470067
(Nadya Okta Riana)

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : Nadya Okta Riana
NBI : 1512100222
JUDUL : Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan
Kecenderungan *Alexithymia* Pada Remaja

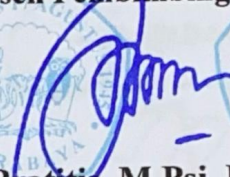
Surabaya, 20 Desember 2024
Disetujui oleh :

Dosen Pembimbing I



Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog

Dosen Pembimbing II



Nindia Pratitis, M.Psi. Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 3 Januari 2024

Dewan Penguji:

1 Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog

2 Dr. Andik Matulesy, M.Si.,Psikolog

3 Nindia Pratitis, M.Psi. Psikolog



Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

HALAMAN MOTTO

“Perjuanganmu tidak akan pernah sia-sia selama kamu mrlibatkan Allah di setiap langkahmu”

“Siapapun yang saat ini sedang berjuang dengan kemustahilan cobalah bersahabat dengat surah maryam. Percayalah, atas kun fayakun-Nya apapun yang menurut kita mustahil, namun tidak bagi Allah”

“Obat dari tenangnya jiwa adalah menerima dan meyakini bahwa takdir Allah itu selalu baik. Berprasangka baiklah kepada Allah. Karena sesungguhnya Allah tergantung prasangka hamba-Nya kepada-Nya”

~Ustadz Hanan Attaki~

“ini hanya sebuah perjalanan jangan terlalu dipikir endingnya, tapi nikmati prosesnya, banyak bersyukur, kuatkan lagi bahunya, selalu berdoa dan semoga Allah permudah segalanya”

~Ustadz Hanan Attaki~

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat-Nya, yang memungkinkan penulis menyelesaikan skripsi ini tepat waktu. Dengan penuh rasa syukur, Alhamdulillahilalamin, saya telah melalui perjalanan panjang untuk meraih gelar sarjana ini. Kebahagiaan dan rasa syukur yang saya rasakan ini saya persembahkan kepada orang-orang terkasih yang memiliki arti penting dalam hidup saya:

1. Terima kasih kepada orang yang tersayang dan tercinta, Ayah dan Ibuku. terima kasih atas setiap doa dan dukungan yang tiada henti. Cinta, kasih sayang, doa, dan pengorbanan kalian selalu menyertai setiap langkahku dalam menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih telah membimbingku hingga mencapai titik ini. Saya berterima kasih atas perjuangan kalian dalam membesarkan dan mendidikku hingga meraih gelar sarjana. Semoga Allah SWT selalu melindungi kalian hingga melihat keberhasilanku di masa depan.
2. Terima kasih kepada semua teman yang telah membantu dan memberikan semangat, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
3. Terima kasih untuk diriku sendiri yang telah berjuang dan tetap yakin bahwa semua ini akan selesai sesuai rencana. Terima kasih atas usaha dan keyakinan yang kamu lakukan sampai saat ini. Kamu hebat. Sesulit apapun jalannya selalu yakin bahwa kamu pasti bisa melaluinya.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Nadya Okta Riana
Tempat Lahir : Surabaya
Tanggal Lahir : 04 Oktober 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Perumahan Bluru Permai Blok FJ - 36
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : ndyanaaa22@gmail.com
No. Telepon : 087819113020

B. Riwayat Pendidikan

2008-2014 SDN Sidoklumpuk Sidoarjo
2014-2017 SMPN 1 Buduran Sidoarjo
2017-2020 SMAS Antartika Sidoarjo
2021-Sekarang Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

2024 Praktik Kerja Lapangan di PT Tiki Jalur
Nugraha Ekakurir Surabaya

D. Riwayat Organisasi

-

E. Kemampuan

1. Adaptasi
2. Komunikasi
3. Manajemen Waktu

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, karunia, dan kemudahan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 (UNTAG) Surabaya.

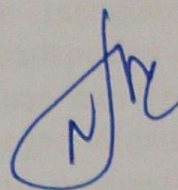
Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di universitas ini.
2. Dekan Fakultas Psikologi, Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog, yang telah memberikan arahan dan dukungannya selama proses pendidikan.
3. Kepala Program Studi Psikologi, Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi, yang telah membantu dan memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.
4. Pembimbing I, Dr. Andik Matulesy, M.Si, yang telah memberikan bimbingan, masukan, serta motivasi selama penulisan skripsi ini.
5. Pembimbing II, Nindia Pratitis, M.Psi, Psikolog, yang telah memberikan arahan, kritik, dan saran yang sangat berguna bagi penulis.
6. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, baik yang terlibat langsung maupun tidak langsung, penulis ucapkan terima kasih.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan guna perbaikan di masa mendatang.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi.

Surabaya, 20 Desember 2024



NADYA OKTARIANA

NBI: 1512100222

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KECENDERUNGAN ALEXITHYMIA PADA REMAJA

Nadya Okta Riana

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ndyanaaa22@gmail.com

Abstrak

Masa remaja seringkali diwarnai dengan perubahan biologis dan emosional yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis. Alexithymia, atau ketidakmampuan untuk mengidentifikasi dan mengomunikasikan emosi, merupakan salah satu kesulitan utama yang dihadapi dan dapat menghambat interaksi sosial dan kesejahteraan mental. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara kecenderungan Alexithymia remaja dan kecerdasan emosional. Pendekatan kuantitatif menggunakan metodologi korelasional deskriptif digunakan. 390 remaja berusia antara 13 dan 18 tahun yang dipilih secara acak menjadi sampel penelitian. Formulir Google dengan skala Likert digunakan untuk mengumpulkan data daring. Temuan penelitian menunjukkan korelasi positif yang kuat antara kecenderungan Alexithymia dan kecerdasan emosional. Remaja dengan kecerdasan emosional yang lebih tinggi tampaknya kurang rentan terhadap alexithymia. Penelitian ini memberikan wawasan bagi pengembangan intervensi psikologis untuk membantu remaja mengelola tantangan emosional mereka.

Kata kunci: Alexithymia, Remaja, Kecerdasan Emosional

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ALEXITHYMIA TENDENCY IN ADOLESCENTS

Nadya Okta Riana

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ndyanaaa22@gmail.com

Abstract

Adolescence is often marked by biological and emotional changes that can impact psychological well-being. Alexithymia, or the inability to identify and communicate emotions, is one of the primary difficulties encountered and may impede social interactions and mental well-being. The purpose of this research is to investigate the connection between teenage Alexithymia tendencies and emotional intelligence. A quantitative approach using a descriptive correlational methodology is used. 390 teenagers between the ages of 13 and 18 who were chosen by random selection made up the study sample. A Google Form with a Likert scale was used to gather data online. The study's findings demonstrated a strong positive correlation between Alexithymia tendencies and emotional intelligence. Teenagers with greater emotional intelligence seem to be less prone to alexithymia. This study provides insights into the development of psychological interventions to help adolescents manage their emotional challenges.

Keywords: *Alexithymia, Adolescents, Emotional Intelligence*

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Halaman Judul	ii
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan.....	iii
Halaman Persetujuan Publikasi	iv
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	v
Halaman Persetujuan Tim Penguji	vi
Halaman Motto	vii
Halaman Persembahan	viii
<i>Curriculum Vitae</i>	ix
Kata Pengantar.....	x
Abstrak	xii
Daftar Isi	xiv
Daftar Tabel.....	xvi
Daftar Gambar	xvii
Daftar Lampiran	xviii
I. PENDAHULUAN	
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah.....	6
B. Tujuan dan Manfaat.....	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Manfaat Penelitian	6
C. Keaslian Penelitian	7
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. <i>Alexythymia</i>	15
1. Definisi <i>Alexythymia</i>	15
2. Aspek <i>Alexythymia</i>	18
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Alexithymia</i>	20
B. Kecerdasan Emosional	22
1. Definisi Kecerdasan Emosional	22
2. Aspek Kecerdasan Emosional.....	23
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecerdasan Emosional...	26

C. Remaja.....	27
1. Definisi Remaja.....	27
2. Aspek Remaja	28
3. Faktor yang mempengaruhi remaja.....	30
D. Kerangka Berpikir	33
E. Hipotesis Penelitian.....	36
III. METODE PENELITIAN	
A. Populasi dan Sampel	39
1. Populasi.....	39
2. Sampel.....	39
B. Desain Penelitian	40
C. Instrumen Pengumpulan Data	41
1. Skala <i>Alexythymia</i>	41
2. <i>Blue Print Alexythymia</i>	42
3. Skala Kecerdasan Emosional	43
4. <i>Blue Print</i> Kecerdasan Emosional	44
D. Uji Skala <i>Alexythymia</i>	45
1. Uji Validitas	45
2. Uji Realibilitas	48
E. Uji Skala Kecerdasan Emosional	49
1. Uji Validitas	49
2. Uji Realibilitas	51
F. Uji Prasyarat.....	52
1. Uji Normalitas.....	52
2. Uji Linearitas.....	53
3. Analisis Data.....	54
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	55
1. Data Demografi.....	55
2. Analisis Deskriptif	58
3. Kategorisasi.....	59
4. Uji Hipotesis	60
B. Pembahasan	62
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	67

B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Penyebaran Aitem Skala <i>Alexythymia</i>	43
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Kecerdasan Emosional.....	45
Tabel 3. Uji Validitas <i>Alexythymia</i>	46
Tabel 4. Putaran Validitas <i>Alexythymia</i>	47
Tabel 5. Putaran Reliabilitas <i>Alexythymia</i>	48
Tabel 6. Putaran Validitas Kecerdasan Emosional.....	49
Tabel 7. Uji Validitas Kecerdasan Emosional.....	49
Tabel 8. Putaran Reliabilitas Kecerdasan Emosional.....	50
Tabel 9. Uji Normalitas <i>Alexithymia</i>	51
Tabel 10. Uji Normalitas Kecerdasan Emosional	51
Tabel 11. Uji Linearitas	53
Tabel 12. Distribusi frekuensi sampel berdasarkan jenis kelamin	55
Tabel 13. Distribusi frekuensi sampel berdasarkan usia	56
Tabel 14. Data Deskriptif Variabel.....	56
Tabel 15. Hasil Uji Empirik	57
Tabel 16. Distribusi Variabel Y.....	59
Tabel 17. Distribusi Variabel X.....	59
Tabel 18. Hasil Uji Product Moment.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	36
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Alat Ukur	73
Lampiran 2 Skala <i>Alexithymia</i>	75
Lampiran 3 Skala Kecerdasan Emosional	77
Lampiran 4 Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Alexithymia</i>	79
Lampiran 5 Uji Validitas dan Reliabilitas Kecerdasan Emosional	80
Lampiran 6 Uji Normalitas Skala <i>Alexithymia</i> dan Kecerdasan Emosional	81
Lampiran 7 Uji Linearitas.....	81
Lampiran 8 Uji Hipotesis	81
Lampiran 9 Uji Analisis Deskriptif <i>Alexithymia</i> dan Kecerdasan Emosional	82
Lampiran 10 Tabel Krejcie & Morgan	83
Lampiran 11 Tabulasi <i>Alexithymia</i>	84
Lampiran 12 Tabulasi Kecerdasan Emosional	101