



## Hubungan Antara Persahabatan dan Kecerdasan Emosi dengan Kepuasan Hidup Remaja

### Relationship Between Friendship and Emotion Intelligence with Life Satisfaction of Adolescent

Agoes Dariyo

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta

Email: agoesd@fpsi.untar.ac.id

**KATA KUNCI** persahabatan, kecerdasan emosi, kepuasan hidup, remaja

**KEYWORDS** *friendship, emotion intelligence, life satisfaction, adolescence*

**ABSTRAK** Kepuasan hidup sebagai konsep yang sangat menarik perhatian dari para ahli psikologi untuk diteliti dalam konteks remaja Indonesia (Diponegoro, 2004; Afiatin, 2013). Kepuasan hidup merupakan konsep kebahagiaan yang ditandai dengan pemenuhan kebutuhan berbagai aspek hidup (Diener, at al, 1999; Oishi, Schimmack & Diener, 2001; Afiatin, 2013). Penelitian ini hendak mengetahui mengenai hubungan antara persahabatan dan kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja. Penelitian ini melibatkan 235 orang remaja ( $M = 19, 5$ ;  $SD = 2.15883$ ). Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner yaitu persahabatan, kecerdasan emosi dan kepuasan hidup. Teknik analisis data dengan menggunakan uji korelasi Kendal's tau dan ditemukan ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kepuasan hidup remaja, ada hubungan signifikan antara kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja, dan ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kecerdasan emosi remaja. Selanjutnya, hasil penelitian didiskusikan dalam tulisan ini.

**ABSTRACT** *Life satisfaction as a concept is very interesting attention from psychologists to be examined in the context of Indonesian teenagers (Diponegoro, 2004; Afiatin, 2013). Life satisfaction as a concept of happiness is characterized by the fulfillment of the needs of various aspects of life (Diener, at al, 1999; Oishi, Schimmack & Diener, 2001; Afiatin, 2013). This research will examine the relationship of friendship and emotional intelligence with the satisfaction of adolescent life. The study involved 235 adolescents ( $M = 19, 5$ ,  $SD = 2.15883$ ). Data collection using questionnaires are friendship, emotional intelligence and life satisfaction. Technique of data analysis by using correlation test of Kendal and found there is significant correlation between there is significant relationship between friendship with life satisfaction of adolescent, there is correlation between emotional intelligence with life satisfaction of adolescent, and there is significant relationship between friendship with adolescent emotional intelligence. Furthermore, the results of the study are discussed in this paper.*

## PENDAHULUAN

Kebahagiaan seringkali dipandang sebagai konsep hedonis yang ditandai dengan upaya pemenuhan kebutuhan hidup (Diponegoro, 2004; Eid & Larsen, 2008), sehingga seseorang merasakan kepuasan dalam hidupnya (Schimmack, Diener, Oishi & Shush, 2006 dalam Eid, & Larsen, 2008; Patnani, 2012; Afiatin, 2013; Husna & Saidiyah, 2014). Lingkungan sosial seperti keluarga maupun persahabatan berperan penting dalam pemenuhan kebutuhan untuk mencapai kepuasan hidup seorang remaja (Lyubomirsky 2007; Hyoseymina, 2011; Sodderman & Mathisjs, 2014; Dariyo, 2016a). Terlebih lagi, remaja yang menginjak masa transisi yaitu masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa (Papalia, Olds & Feldman, 2004). Remaja sangat memerlukan pemenuhan kebutuhan hidupnya agar mereka benar-benar mencapai kepuasan hidup (*life satisfaction*) (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto, & Ahadi, 2002; Schimmack & Oishi, 2005; Rose, at al, 2014).

Schimmack, Diener, Oishi & Shush, (dalam Eid, & Larsen, 2010) dan Oishi, Schimmack & Diener (2001) menyatakan bahwa remaja sebagai kelompok kaum muda akan dapat mencapai kepuasan hidup jika mereka telah mampu memenuhi aspek-aspek kehidupan seperti; *romantic, finance, sosial life, recreation, grade, dan housing*. Kepuasan hidup tersebut sebagai ekspresi kebahagiaan yang bersifat subjektif (Comptom, 2005; Hardy at al, 2014; Seligman, 2002), dan sangat dipengaruhi oleh integrasi penghayatan nilai-nilai filosofis maupun spiritual (Eid & Larsen, 2010; Rahmawati & Nashori, 2013).

Integrasi penghayatan filosofi dan spiritual akan mempengaruhi terciptanya kematangan emosional (Ghorbani, Watson, Aghababaei, & Chen, 2014; Larsen & Prizmic, dalam Eids & Larsen, 2008; Morales-Vives, Camps, & Lorenzo-Seva, 2013), sehingga seseorang mampu untuk mengelola emosi dengan baik untuk dapat menyesuaikan diri (*self-adjustment*) dalam lingkungan hidupnya (Diponegoro, 2004; Burk & Laursen, 2005; Morales-Vives, at al, 2013). Orang yang demikian juga merupakan ciri orang yang memiliki kecerdasan emosional (Goleman, 1999; Salovey & Mayer, in Maltby, Day & Macaskill, 2007). Kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang untuk dapat menyadari dan mengelola kondisi emosi untuk dimanfaatkan dalam menjalin relasi dengan orang lain dalam lingkungan sosial (Goleman, 1999; Maltby, Day & Macaskill, 2007). Ketika seseorang mampu menghayati kehidupan emosinya dan dimanfaatkan dengan baik untuk mengatasi masalah relasi dengan orang lain, maka muncullah sikap positif terhadap kehidupannya (Husna & Saidiyah, 2014). Ia merasa yakin dan optimis bahwa ia dapat menghadapi permasalahan hidup demi mencapai kepuasan di masa depannya (Diponegoro, 2004; Comptom, 2005).

Selain itu, kepuasan hidup itu erat kaitannya dengan kemampuan seseorang dalam mengembangkan suatu persahabatan (Comptom, 2005; Sodderman & Matthijs, 2014; Shin & Ryan, 2014), suatu kemampuan untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain dan mempertahankan suatu persahabatan dalam jangka panjang (Gere, 2012; Rose, Schwartz-Mette, Glick, Smith, & Luebbe, 2014). Persahabatan sebagai manifestasi seseorang untuk memenuhi kebutuhan

bersosialisasi dengan orang lain. Seseorang menyadari bahwa dirinya membutuhkan kehadiran orang lain yang dapat memberi dukungan emosional (DeVito, 2011; DeVito, 2013; Dariyo, 2016b). Dalam suatu persahabatan, seseorang merasa berharga karena dirinya memang benar-benar dibutuhkan oleh orang lain. Persahabatan itu yang bersifat mutualisme, artinya masing-masing individu saling membutuhkan, dan menguntungkan bagi kedua belah pihak (Cillessen, Jiang, West & Laszkowski, 2005).

Persahabatan sebagai titik sentral kebutuhan kaum muda untuk mengembangkan ketrampilan sosial dalam komunitasnya (Soderman & Matthijs, 2014; Shin & Ryan, 2014). Persahabatan sebagai upaya seorang individu agar dapat diterima dalam kelompok teman sebaya (Papalia at al, 2004; Soderman & Matthijs, 2014; Shin & Ryan, 2014). Ia harus mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial (Fuligni, Hughes & Way, in Lerner & Steinberg, 2009). Terpenuhinya tuntutan sosial dalam diri seseorang, sehingga ia dapat diterima dalam lingkungan sosial, maka hal ini akan mempengaruhi seseorang untuk dapat mencapai kepuasan dalam hidupnya (Afiatin, 2013). Sebaliknya, seseorang yang tak mampu memenuhi tuntutan sosial tersebut, maka ia merasakan ketidakpuasan dalam hidupnya (Sodermans & Matthijs, 2014). Karena itu, persahabatan memiliki hubungan dengan kepuasan hidup seseorang (Oishi, Schimmack & Diener, 2001; Comptom, 2005).

Dalam penelitian ini, diajukan beberapa rumusan masalah yaitu: (a) apakah ada hubungan antara persahabatan dengan kepuasan hidup remaja, (b) apakah ada hubungan

antara kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja, (c) apakah ada hubungan antara persahabatan dengan kecerdasan emosi remaja. Dari rumusan masalah tersebut, maka dikemukakan pula hipotesis yaitu; (a) ada hubungan antara persahabatan dengan kepuasan hidup remaja, (b) ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja, (c) ada hubungan antara persahabatan dengan kecerdasan emosi remaja

Kebahagiaan merupakan hasil seseorang dalam memenuhi kebutuhan hidupnya (Snyder & Lopes, dalam Arriza, Dewi & Kaloeti, 2011; Afiatin, 2013). Kebahagiaan juga dapat dipandang sebagai suatu kepuasan hidup (Diener at al, 1999; Oishi, Schimmack & Diener, 2001). Kepuasan hidup ini merupakan hasil persepsi seseorang dalam menilai, menerima dan menghayati seluruh aspek hidupnya. Persepsi terkait dengan bagaimana upaya seseorang telah mampu untuk memenuhi seluruh aspek hidup (Diener, dalam Husna & Saidiyah, 2014). Ada 6 aspek kehidupan yang harus dipenuhi bagi seorang remaja atau dewasa muda agar dirinya memperoleh kepuasan, diantaranya; *romantic, social life, recreation, grade, finance, dan housing* (Schimmack, at al, 2006, dalam Eid, & Larsen, 2010). Ke-6 aspek kehidupan tersebut sangat mewarnai di kalangan remaja atau dewasa muda, sehingga mereka terpacu untuk memenuhinya. Mereka yang mampu memenuhi semuanya itu, maka mereka akan merasakan kebahagiaan, atau kepuasan dalam hidupnya (Afiatin, 2013). Namun mereka yang tak mampu memenuhi aspek-aspek tersebut, mereka tidak akan merasakan kepuasan hidup.

Kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk memahami kondisi

emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, dan mampu mengatasi masalah relasi sosial dengan orang lain (Goleman, 1999; Salovey & Mayer, in Maltby, Day, & Macaskill, 2007). Sebenarnya orang yang cerdas secara emosi juga mempunyai kematangan emosi (*emotion maturity*) (Pasle & Amminbhavi, 2006), karena ia mampu untuk mengelola emosi, meskipun ia berada dalam situasi konflik dengan orang lain atau ketika ia berada dalam situasi yang sulit (Pasle & Amminbhavi, 2006; Salovey & Mayer, in Maltby, at al, 2007). Ia dapat mengendalikan emosinya, meskipun ia dalam keadaan marah terhadap situasi sosial yang sedang ia hadapi dan tetap mampu mengekspresikan emosinya secara positif. Karena kecerdasan emosi berfungsi sebagai ketrampilan mengatasi masalah dalam hidupnya (Saptoto, 2010). Dengan demikian, ia dapat mempertahankan relasi sosial dengan orang lain dan mampu mencapai kepuasan hidup (Eid & Larsen, 2008).

Kecerdasan emosi berkembang dalam diri individu ketika ia berada dalam lingkungan sosial yang memberikan dukungan emosional (Goleman, 1999), sehingga seseorang akan dapat mengembangkan kepekaan emosi terhadap diri sendiri maupun orang lain (Daly, in Knapp & Daly, 2002). Dalam hal ini, keluarga telah dianggap sebagai lingkungan sosial pertama yang berperan dalam pengembangan kecerdasan emosi anak (Hyoseyamina, 2011). Karena itu, pengasuhan orangtua memberi sumbangan positif bagi terbentuknya kecerdasan emosi anak. Selama menjalankan fungsi pengasuhan, orangtua mengajari dan membina pengembangan ketrampilan sosialisasi anaknya (Boyd & Bee, 2012). Seorang

anak sebagai individu belajar mengenali dan mengendalikan kondisi emosinya demi mencapai keberhasilan bersosialisasi dengan orang lain (Goleman, 1999; Salovey & Mayer, in Maltby, at al, 2007). Ia juga belajar memahami perasaan emosi orang lain dan tetap mempertahankan relasi sosial dengan lingkungannya (Salovey & Mayer, in Maltby, at al, 2007).

Sejalan dengan pandangan Comptom (2005) dan Lyubomirsky (2007) bahwa hubungan sosial yang positif seperti persahabatan berperan penting dalam pencapaian kepuasan.hidup. Persahabatan merupakan wujud pengembangan hubungan sosial yang bersifat positif (Aboud, Mendelson, & Purdy, 2005; Parke & Gauvani, 2009), karena masing-masing individu memperoleh kesempatan belajar dari teman lainnya (Cillessen, at al, 2005). Persahabatan telah menjadi sumber pengembangan kompetensi diri yang bermanfaat untuk persiapan dalam menjalani masa depan kehidupan (Burk & Laursen, 2005; Cillessen, at al, 2005). Sebab persahabatan memberikan kesempatan untuk mengembangkan potensi dan kompetensi bagi setiap individu (Parke & Gauvani, 2009). Persahabatan berkembang pertama kali dari lingkungan terkecil dalam keluarga (Boyd & Bee, 2012). Orangtua menjadi sahabat bagi anak-anaknya. Anak pun belajar bagaimana mengembangkan persahabatan primer dengan orangtua maupun saudara kandung dalam keluarga (Berk, 2012; Boyd & Bee, 2012).

Dengan semakin luas pergaulan sosial dengan orang lain, seorang individu mengembangkan suatu persahabatan. Persahabatan sebagai kesempatan bagi seseorang untuk dapat menjalin relasi dengan orang lain yang dianggap

mendatangkan suatu manfaat bagi perkembangan hidupnya (Baron & Byrne, 2004; Morry & Kito, 2009;). Dalam persahabatan mengandung unsur-unsur pertemanan (*companionship*), keakraban (*intimacy*), stimulasi (*stimulation*), dukungan fisik, dukungan emosional (*emotion support*), perbandingan social (*social comparison*) (Santrock, 2007; Berk, 2012). Berbagai unsur tersebut yang saling menguntungkan tersebut dirasakan oleh masing-masing individu yang menjalin persahabatan tersebut (Parke & Gauvain, 2009). Persahabatan sebagai wujud kematangan seseorang untuk mempertahankan relasi sosial dengan orang lain yang sama-sama memperoleh keuntungan positif dalam proses penyesuaian sosial (*social adjustment*) (Burk, & Laursen, 2005; Parke & Gauvani, 2009).

## METODE PENELITIAN

### Prosedur Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang melibatkan remaja sebagai subjek penelitian. Pengambilan data dengan menggunakan kuisioner yang telah memenuhi validitas dan reliabilitasnya. Pengambilan data dilakukan secara klasikal di ruang kelas. Sebelum uji analisis data, dilakukan uji asumsi terlebih dahulu yaitu uji normalitas dan linearitas.

### Karakteristik Subjek

Subjek penelitian ialah remaja usia 18-21 ( $M = 19,5$ ,  $SD = 2.15883$ ), terdaftar aktif sebagai pelajar atau mahasiswa, laki-laki dan perempuan. Dalam penelitian ini terdapat 235 orang terdiri dari 187 perempuan (79,6 %) dan 38 laki-laki (20,4 %). Mereka terdiri dari suku Jawa (38 orang = 16,1 %), Tionghoa (121

orang = 51,4 %) dan Batak (17 orang = 7,2 %), serta suku bangsa lainnya (59 = 25,3 %) (tabel 1).

Tabel 1. Demografi subjek

		Jumlah	Presentase
Usia	18-21	235	100 %
Gender	Laki-laki	38	20,4 %
	Wanita	187	79,6 %
Etnis	Tionghoa	121	51,4 %
	Jawa	38	16,1 %
	Batak	17	7,2 %
	Suku bangsa lainnya	59	25,3 %
	Total	235	100 %

### Variabel dan Pengukuran dalam Penelitian

Penelitian ini menggunakan 3 variabel yaitu persahabatan, kecerdasan emosi dan kepuasan hidup. Variabel operasional dari masing-masing variabel diukur dengan alat ukur sesuai dengan masing-masing variabel tersebut. Untuk mengetahui tinggi-rendahnya variabel, maka digunakan alat ukur ke-3 variabel tersebut.

Variabel operasional persahabatan dapat diketahui dengan hasil skor alat ukur persahabatan. Semakin tinggi skor alat ukur persahabatan, makin tinggi pula persahabatan. Semakin rendah skor alat ukur persahabatan, makin rendah pula persahabatan tersebut. Variabel operasional kecerdasan emosional dapat diketahui dengan hasil skor alat ukur kecerdasan emosi. Makin tinggi skor alat ukur kecerdasan emosi makin tinggi pula kecerdasan emosi. Makin rendah skor kecerdasan emosi, makin rendah pula kecerdasan emosi tersebut. Variabel operasional kepuasan hidup dapat diketahui dengan hasil skor alat ukur kepuasan hidup. Makin tinggi skor alat

ukur kepuasan hidup, makin tinggi pula kepuasan hidup. Makin rendah rendah skor kepuasan hidup, makin rendah pula kepuasan hidup tersebut.

**Teknik Pengambilan Data**

Pengambilan data dengan menggunakan 3 kuesioner yaitu persahabatan, kecerdasan emosi, dan kepuasan hidup. Ketiga kuesioner harus telah memenuhi validitas dan reliabilitas. Karena itu, sebelum pengambilan data, maka ketiga alat ukur tersebut perlu diuji-cobakan pada sejumlah sampel untuk memperoleh validitas dan reliabilitas. Setelah diketahui validitas dan reliabilitasnya, maka alat ukur dapat dipergunakan untuk pengambilan data penelitian yang sesungguhnya.

**Teknik Analisis Data**

Data penelitian diolah dengan menggunakan teknik statistik dengan program SPSS versi 15. Teknik analisis dengan menggunakan uji non-parametrik yaitu uji korelasi Kendal's tau.

**HASIL**

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi Kendal's tau, diketahui bahwa: (a) ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kecerdasan emosi ( $r = .338^{**}$ ,  $p > .01$ ), (b) ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kepuasan hidup ( $r = .407$ ,  $p > .01$ ). (c) ada hubungan signifikan antara kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup ( $r = .407$ ,  $p > .01$ ), dan (c) (Tabel 2).

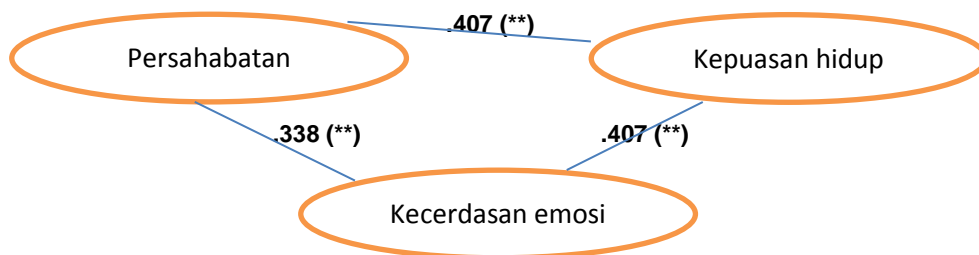
Tabel 2. Hasil Uji Korelasi

Variabel	Min	Maks	Mean	SD	r		
					1	2	3
1 Persahabatan	80.00	151.00	114.9915	10.56320	1		
2 Kecerdasan emosi	84.00	139.00	91.5830	7.71477	.338 <sup>**</sup>	1	.
4 Kepuasan hidup	64.00	105.00	71.8809	6.03574	.407 <sup>**</sup>	.407 <sup>**</sup>	1

catatan:  
 N = 235  
 r = korelasi  
 \*\* Taraf signifikansi pada level .01

Hasil hubungan antar variabel dalam penelitian dapat dilihat dalam Gambar 1. Variabel persahabatan berhubungan signifikan dengan kepuasan hidup, variabel persahabatan

juga berhubungan signifikan dengan kecerdasan emosi, serta kecerdasan emosi berhubungan signifikan dengan kepuasan hidup.



**Gambar 1. Hubungan antar variabel persahabatan, kecerdasan emosi dan kepuasan hidup dengan taraf signifikansi .01.**

## **DISKUSI**

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kepuasan hidup. Persahabatan sebagai hubungan sosial antar individu yang ditandai dengan saling penerimaan dan kepercayaan dalam kelompok sosial. Karena itu, sejalan dengan pandangan Lyubomirsky (2007) dan Morry, & Kito (2009) bahwa hubungan sosial yang positif mempunyai peran penting bagi pencapaian kepuasan hidup. Persahabatan sebagai upaya seseorang untuk mengembangkan hubungan mutualisme yang saling menguntungkan antara satu dengan yang lainnya (Burk & Laursen, 2005). Persahabatan juga sebagai hubungan sosial yang bermanfaat untuk pengembangan potensi dan kompetensi diri seseorang (Shin and Ryan, 2014). Melalui persahabatan, seseorang bisa belajar hal-hal positif dari orang lain. Ia memperoleh kesempatan untuk terus meningkatkan kompetensi diri, sehingga ia dapat memberi kontribusi positif bagi orang lain di masyarakat (Burk & Laursen, 2005). Dengan menyumbangkan hal-hal positif bagi kepentingan masyarakat, seseorang merasa dirinya sebagai pribadi yang berharga dan bermanfaat bagi orang lain (Gummerun, Leman & Hollin, 2014). Dengan demikian, ia akan merasakan kebahagiaan atau kepuasan dalam hidupnya (Eid & Larsen, 2010).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup. Kecerdasan emosi sebagai kemampuan seseorang untuk dapat mengendalikan emosi diri-sendiri agar ia dapat mencapai efektifitas dalam menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Salovey &

Mayer, in Maltby, at al, 2007). Orang yang cerdas secara emosional ditandai dengan kemampuan mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, mengenali emosi orang lain, serta dapat membina hubungan sosial dengan orang lain (Goleman, 1999). Kecerdasan emosi memberi manfaat positif bagi diri individu, karena ia mampu mengendalikan emosinya demi untuk membina, mengembangkan dan mempertahankan suatu relasi sosial dengan orang lain (Boyd & Bee, 2012). Dengan kecerdasan emosi, maka ia akan mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial (Goleman, 1999; Salovey & Mayer, in Maltby, at al, 2007). Bagi mereka yang mempunyai kecerdasan emosi yang baik, maka mereka dapat mengendalikan diri dan tetap mampu menerima seluruh kondisi hidup apa adanya. Mereka masih tetap mempunyai kepuasan dalam hidupnya, karena mereka mempunyai kecerdasan emosi dalam dirinya. Kecerdasan emosi sebagai kekuatan diri yang mendorong seseorang untuk dapat menerima keadaan diri apa pun dan merasakan kepuasan dalam hidupnya.

Selain itu, diketahui bahwa ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kecerdasan emosi. Seseorang yang mampu mengembangkan suatu persahabatan adalah orang yang memiliki kecerdasan emosi (Saptoto, 2010), yaitu suatu kemampuan untuk memahami dan mengelola emosinya dengan baik (Goleman, 1999; Pasle & Amminbhavi, 2006); sehingga ia mampu untuk menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial (Salovey & Mayer, dalam Maltby, at al, 2007). Ketika seorang anak telah menginjak masa remaja, maka ia pun dituntut

untuk dapat mengembangkan persahabatan dengan teman sebaya (*peer-group*). Persahabatan dipandang ikatan sosial yang bersifat mutualisme (Parke & Gauvain, 2009), artinya masing-masing individu harus dapat memberikan kontribusi yang positif dan menguntungkan bagi sahabatnya (Gummerun, Leman & Hollins, 2014). Persahabatan menjadi sangat berarti bagi mereka yang sedang menghadapi suatu permasalahan dalam hidupnya. Dengan saling menolong antara satu dengan yang lain, maka mereka menumbuhkan kepercayaan dan kelekatan emosional (*attachment*) antara satu dengan yang lainnya (Parke & Gauvain, 2009; Mikulincer & Shaver, 2007).

## SIMPULAN

Dari hasil pembahasan penelitian dapat disimpulkan bahwa (a) ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kepuasan hidup remaja. Semakin baik kualitas persahabatan, maka makin baik pula kepuasan hidup remaja dan sebaliknya. (b) ada hubungan signifikan antara kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja. Semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi, makin tinggi pula kepuasan hidup remaja dan sebaliknya. (c) ada hubungan signifikan antara persahabatan dengan kecerdasan emosi remaja. Semakin tinggi kualitas persahabatan, makin tinggi pula tingkat kecerdasan emosi remaja.

## SARAN

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang terkait dengan kepuasan hidup, misalnya melibatkan variable lain seperti pola asuh orangtua, *self-esteem*, tujuan hidup (*life goal*), *attachment style*, atau resiliensi. Berbagai variabel

tersebut kemungkinan mempunyai hubungan dan atau pengaruh terhadap kepuasan hidup pada remaja. Pengambilan subjek penelitian dapat diperluas di kalangan remaja yang masih tergolong sebagai pelajar SMP, SMA/SMK yang berusia 12-17 tahun.

Bagi remaja yang ingin mencapai kepuasan hidup, disarankan untuk mengembangkan kecerdasan emosi dan persahabatan yang positif. Kedua hal tersebut, baik kecerdasan emosi maupun persahabatan menyumbangkan pencapaian kepuasan hidup bagi remaja. Pengembangan persahabatan maupun kecerdasan emosi dapat dilakukan oleh remaja melalui aktivitas dalam organisasi atau kelompok sosial, seperti organisasi OSIS (Organisasi Siswa Intra Sekolah), BEM (Badan Eksekutif Mahasiswa) atau DPM (Dewan Perwakilan Mahasiswa), UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa), karang taruna, atau organisasi keagamaan (di Gereja, Masjid, Vihara, Pura, Klenteng).

## Ucapan Terimakasih

*“Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas dukungan dana yang diberikan oleh Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Tarumanagara (DPPM Untar) Jakarta, sehingga kegiatan penelitian ini dapat berjalan dengan baik. Catatan: ada perubahan nama dari LPPI (Lembaga Penelitian dan Publikasi Ilmiah) menjadi DPPM Untar Jakarta.”*



## DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T. (2013). Family attachment, self-esteem, religiosity, assertiveness, and sense of community as predictors of adolescent happiness. *Anima, Indonesian Psychology Journal*, 29 (1), 38-49.
- About, F.E, Mendelson, M.J & Purdy, K,T (2005). Cross-race peer relations and friendship quality. *International Journal Behavior Development*, 27 (3), 165-173.
- Arriza, B.K., Dewi, E.K., & Kaloeti, D.V.S., (2011). Memahami rekonstruksi kebahagiaan pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA). *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 10 (2), 153-162.
- Baron, R.A & Byrne, D. (2004). *Social psychology*. Boston: Pearson Education.
- Berk, L. E. (2012). *Infant, children & adolescence*. (7<sup>th</sup> edition). Boston: Pearson.
- Boyd, D & Bee, H. (2012). *The Developing Child*. Boston: Pearson.
- Burk, W. J & Laursen, B. (2005). Adolescent perception of friendship and their association with individual adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 29 (2), 156-164.
- Cillessen, A. H.N, Jiang, X. L, West, T.V & Laszkowski, D.K (2005). Predictor of dyadic friendship quality in adolescence. *International Journal Behavior Development*, 29 (2), 165-172.
- Cobb, N. (2007). *Adolescence: Countinuity, change and diversity*. (6<sup>th</sup> edition). Boston: McGraw-Hill International.
- Comptom, W.C. (2005). *An introduction to positive psychology*. Singapore:Thomson Wadsworth.
- Daly, J. A., (2002). Personalonity and interpersonal communication, in Knapp, M.L & Daly, J.A. *Handbook of interpersonal communication* (3<sup>rd</sup> Edition). London, UK: Sage Publication.
- Dariyo, A (2016a), Peran self-awareness dan ego suppot terhadap kepuasan hidup remaja Tionghoa. *Psikodimensia*, 15 (2), 254-274.
- Dariyo, A (2016b). Hubungan antara kesepian dan motivasi persahabatan dengan komunikasi on line pada remaja akhir. *Psikodimensia*, 15 (2),236-253.
- DeVito, J.A. (2011). *Interpersonal messages: Communication and relationship skill*. Boston: Allyn & Bacon.
- DeVito, J. A. (2013). *The Interpersonal communication book*. Boston: Pearson.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L.(1999). Subjective well-being: Three Decade. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Diponegoro, A.M. (2004). Analisis faktor kepuasan hidup remaja. *Phronesis Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6 (12), 121-133.
- Dragos, I, Ilie, A Ispas, D & Andrei, I. (2013) Properties of the Mayer-Salovey Caruso emotional intelligence test findings from an Eastern

- European Culture. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(2):121–128.
- Eid, M & Larsen, R. J (2008). *The Science of subjective well being*. New York: The Guilford Press.
- Fridayanti. (2013). Kebermaknaan hidup dalam kajian psikologi. *Jurnal Psikologika UII*, 18 (2), 189-211.
- Fuligni, A.L., Hughes, D.L., & Way, N. (2009). Ethnicity and immigration. In Lerner, R. M & Steinberg, L. *Handbook of adolescence psychology*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Gere, J. (2012). The Role of goal congruence in relationship quality and subjective well-being. *Dissertation*. Canada: University of Toronto.
- Ghorbani, N, Watson, P. J, Aghababaei, N & Chen, Z (2014). Transliminality and mystical experience: Common thread hypothesis, religious commitment, and psychological adjustment in Iran. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6 (4), 268–275.
- Goleman, D. (1999). *Kecerdasan emosional*. Jakarta: Gramedia.
- Ghozali, I. (2007) *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hardy, S. A., Zhang, Z, Skalski, J. E., Melling, B.S. & Brinton, C.T. (2014). Daily Religious Involvement, Spirituality, and Moral Emotions. *Psychology of Religion and Spirituality* 6, (4), 338–348.
- Husna, S & Saidiyah, S (2014). Kekuatan karakter dan kesejahteraan subjektif penduduk dewasa muda asli Yogyakarta. *Psikologika, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 19 (1), 3-11.
- Hyoseyamina, D.E. (2011). Peran keluarga dalam membangun karakter anak. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 10 (2), 144-162.
- Kim, S., Miles-Mason, E., Kim, C.Y., & Esquivel, G.B. (2013). Religiosity/spirituality and life satisfaction in Korean American adolescents. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5 (1), 33-40.
- Larsen, R.J & Eid, M (2008). *Ed Diener and the science of subjective well being*. In *The Science of Subjective Well-Being*. New York: The Guilford Press.
- Lyubomirsky, S (2007). *The How of Happiness*. London: The Pinguin Press.
- Maltby, J, Day, L., & Macaskill, A. (2007). *Personality, individual differences and intelligence*. Essex, England: Pearson Education.
- Martskvishvili, K, Arutinov, L & Mestvirishvili, M. (2013). A psychometric investigation of the Georgian version of the trait emotional intelligence questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 29 (2), 84–88.
- Mikulincer, M & Shaver, P.R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics & change*. New York: The Guilford Press.
- Morales-Vives, F, Camps, E & Lorenzo-Seva, U (2013). Development and validation of the psychological maturity assessment scale (PSYMAS). *European Journal of*

- Psychological Assessment*, 29 (1),12–18.
- Morry, M, M & Kito, M. (2009). Relational interdependent self-construal as a predictor of relationship quality: The mediating roles of one's own behaviors and perception of the fulfillment of friendship function. *The Journal of Social Psychology*, 149 (3), 205-222.
- Nisfiannor, M. (2014). Pendekatan statistika modern. SPSS untuk Ilmu Sosial. Jakarta: Universitas Trisakti.
- Oishi, S., Schimmack, U & Diener, E.(2001). Pleasures and Subjective Well-Being. *European Journal of Personality*, 15, 153-167.
- Papalia, D.E, Olds, S.W & Feldman, R.D. (2004). *Human development*. (ninth edition). Boston: McGraw-Hill.
- Parke, R.D., & Gauvain, M. ( 2009). *Child Psychology: A contemporary viewpoint*. (7<sup>th</sup> edition). Boston: McGraw-Hill.
- Pasley, G.S., & Aminbhuvani, V.A., (2006). Impact of emotional maturity on Stress and Self Confidence of Adolescence. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 32 (1), 66 – 70.
- Patnani, M. (2012). Kebahagiaan pada perempuan. *Jurnal Psikogenesis*, 1 (1), 56-64.
- Rahmawati, F. A & Nashori, F. (2013). Koping religius dan kebahagiaan psikologis pada Lanjut Usia. *Psikologika, Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 18 (2), 155- 162.
- Rose, A. J. Schwartz-Mette, R. A, Glick, G. C., Smith, R. L, & Luebke, A. M. (2014). An Observational Study of Co-Rumination in Adolescent Friendships. *Developmental Psychology*, 50 ( 9), 2199–2209.
- Santrock, J.W. (2007). *Adolescence*. Boston: McGraw-Hill.
- Saptoto, R (2010). Hubungan kecerdasan emosi dengan kemampuan coping adaptif. *Jurnal Psikologi*, 37 (1), 13-22.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V & Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (4), 582–593.
- Schimmack, U & Oishi, S (2005). The influence of chronically and temporarily accessible information on life satisfaction judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89 ( 3), 395–406.
- Schimmack, U. (2007). *Culture, gender, and the bipolarity of momentary affect: A critical reexamination*. Mississauga, Canada: University of Toronto.
- Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
- Shin, H & Ryan, A.M. (2014). Early adolescent friendships and academic adjustment: Examining selection and influence processes with longitudinal social network analysis. *Developmental Psychology*, 50 (11), 2462–2472.
- Sodermans, An Katrien & Matthijs, Koen. (2014). Joint physical custody and adolescents'

- subjective well-being: A personality >< environment interaction. *Journal of Family Psychology*, 28 ( 3), 346–356.
- Suyono, N.D.P & Nugraha, S.P (2012). Kualitas persahabatan mahasiswa ditinjau dari media komunikasi. *Psikologika Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 17 (1), 43-48.
- Utami, M.S. (2009). Keterlibatan dalam kegiatan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa. *Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi UGM*, 36 (2), 142-153.