

# The Relationship between Emotional Intelligence and Self-Control in PIK-R Member High School/Vocational School Students

## [Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kontrol Diri pada Pelajar SMA/SMK Anggota PIK-R]

Dimas Rifki Al Fikri<sup>1)</sup>, Widyastuti<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: [wiwid@umsida.ac.id](mailto:wiwid@umsida.ac.id)

**Abstract.** *This research aims to determine the relationship between emotional intelligence and self-control in high school/vocational school students who are members of the Youth Information and Counseling Center (PIK-R) organization. This research uses a quantitative approach with a correlational survey design. The research sample consisted of 228 students aged 15-18 years who were active in PIK-R in the last 6 months. The sampling used is purposive sampling. Data was collected using two measurement scales, namely the Emotional Intelligence scale consisting of 30 items with a reliability ( $\alpha$ ) of 0.813, and the Self-Control Scale consisting of 30 items with a reliability ( $\alpha$ ) of 0.748. Data analysis was carried out by Spearman's Rho correlation test using SPSS software version 25. The results of the research showed a significant correlation between Self-Control and Emotional Intelligence of High School/Vocational High School Students with PIK-R ( $r=0.724^{***}$   $p<0.001$ ). There were results that emotional intelligence had an effective contribution to self-control of  $R^2 = 0.525$ , suggesting that emotional intelligence explained 52.5% of the self-control variance.*

**Keywords -** Emotional Intelligence; Self Control; Students

**Abstrak.** *Riset ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan kontrol diri pada pelajar SMA/SMK yang tergabung dalam organisasi Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R). Riset ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survey korelasional. Sampel riset terdiri dari 228 pelajar berusia 15-18 tahun yang aktif dalam PIK-R dalam 6 bulan terakhir. Sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan dua skala pengukuran, yaitu skala Kecerdasan Emosional yang terdiri dari 30 item dengan reliabilitas ( $\alpha$ ) 0,813, dan Skala Kontrol Diri yang terdiri dari 30 item dengan reliabilitas ( $\alpha$ ) 0,748. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Spearman's Rho menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25. Hasil riset menunjukkan menunjukkan korelasi yang signifikan antara Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosi Pelajar SMA/SMK anggota PIK-R ( $r=0,724^{***}$ ,  $p<0,001$ ). Besaran efek kecerdasan emosi terhadap kontrol diri tergolong Besar ( $r=>0,724$ ). Terdapat hasil bahwa kecerdasan emosi memiliki sumbangan efektif terhadap kontrol diri sebesar  $R^2 = 0,525$  hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi menjelaskan 52,5% dari varians kontrol diri.*

**KATA KUNCI -** Kecerdasan Emosi; Kontrol Diri; Pelajar

## I. PENDAHULUAN

Sosialisasi dan pembelajaran mengenai kehidupan pranikah pada remaja ialah suatu langkah strategis guna membagikan pemahaman merata mengenai kesehatan reproduksi, kehidupan berkeluarga, serta tanggung jawab perkawinan. Program ini bertujuan buat mempersiapkan remaja secara holistik, meliputi aspek fisik, mental, emosional, sosial, serta moral. Salah satu wujud pembelajaran kehidupan pra-nikah merupakan lewat Pusat Informasi serta Konseling Remaja( PIK- R) yang berfungsi membagikan informasi kesehatan reproduksi, konseling, pelatihan keahlian hidup, dan layanan referensi ke ahli. Program ini bertujuan menolong remaja menguasai resiko TRIAD Kesehatan Reproduksi Remaja( KRR), ialah ancaman terpaut ikatan intim berisiko, narkoba, dan HIV/ AIDS. Tidak hanya itu, remajadilatih buat meningkatkan kontrol diri yang meliputi keahlian mengelola emosi, mengambil keputusan, serta menyesuaikan diri dalam suasana yang menekan .[1]

Pembelajaran dan sosialisasi kehidupan pra-nikah mempunyai kedudukan sangat berarti dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait kesehatan reproduksi serta resiko yang bisa dialami. Program ini bisa menolong remaja dalam memahami fungsi, proses, sistem reproduksi, serta resiko semacam penyakit menular seksual, kehamilan yang tidak diidamkan, serta akibat dari sikap seksual pranikah. Dengan Pembelajaran dan sosialisasi ini, remaja diharapkan sanggup mengambil keputusan bijak, mengelola emosi secara efisien, serta mempersiapkan diri buat membangun kehidupan keluarga yang bermutu. Tidak hanya itu, program ini pula membagikan pengetahuan serta keterampilan buat memiliki tanggung jawab dalam perkawinan, membangun ikatan yang sehat dengan pasangan, serta dapat mengelola konflik dengan baik. Dari hal tersebut dapat menghasilkan pondasi untuk remaja menjadi manusia yang tangguh, mempunyai kontrol diri, serta sanggup berkontribusi dalam menghasilkan keluarga yang berkualitas.[2]

Perilaku seksual pranikah dikategori remaja Indonesia menampilkan tren yang mengkhawatirkan dalam tahun - tahun terbaru. Informasi dari Survei Demografi serta Kesehatan Indonesia( SDKI) 2017 mengindikasikan terdapatnya kenaikan perilaku ini dibanding survei sebelumnya. Pada tahun 2012, sekitar 0,7% remaja wanita berumur 15- 19 tahun melaporkan sempat melakukan perilaku seksual pranikah, serta angka ini bertambah jadi 0,9% pada tahun 2017. Buat kelompok umur 20- 24 tahun, prevalensi bertambah dari 1,6% pada tahun 2012 jadi 2,6% pada tahun 2017. Sedangkan itu, remaja pria berumur 15- 19 tahun menampilkan penurunan dari 4,5% pada tahun 2012 jadi 3,6% pada tahun 2017, tetapi buat umur 20- 24 tahun, prevalensinya senantiasa tinggi, ialah dekat 14%. [3]

Tidak hanya itu, survei nasional kesehatan tahun 2019 memberi tahu kalau 5,3% remaja sempat berhubungan seksual, dengan 3,6% remaja pria mengaku sudah melakukan hubungan seksual pranikah dengan lebih dari satu pendamping, serta 1,72% remaja wanita memberi tahu perihal yang seragam.[4] Informasi lain menampilkan kalau kurang lebih 63% remaja umur sekolah SMP, SMA, serta Mahasiswa di Indonesia mengaku telah sempat melakukan perilaku seks pranikah, bersumber pada survei yang mengambil ilustrasi di 33 provinsi pada tahun 2008.[5] Tren ini menampilkan kenaikan yang signifikan dalam perilaku seksual pranikah di golongan remajaIndonesia. Kenaikan ini bisa diakibatkan oleh bermacam aspek, tercantum minimnya pembelajaran kesehatan reproduksi yang mencukupi, pengaruh media, serta pergantian norma sosial. Oleh sebab itu, dibutuhkan upaya yang lebih intensif dalam membagikan bimbingan serta konseling kepada remaja mengenai resiko serta konsekuensi dari perilaku seksual pranikah, dan bernilainya pengendalian diri serta pengambilan keputusan yang bijaksana.

Pusat Informasi serta Konseling Remaja( PIK- R) merupakan program yang memfokuskan pada bimbingan serta konseling kesehatan reproduksi untuk remaja, tercantum mengenai resiko sikap seksual pranikah. Dalam konteks perilaku seksual pranikah, PIK-R berperan buat membagikan pengetahuan mengenai resiko hubungan seksual di luar nikah, semacam kehamilan yang tidak diidamkan, penyebaran penyakit meluas seksual, serta akibat psikologis yang merugikan. Dalam suatu riset menampilkan kalau pemanfaatan PIK-R berhubungan signifikan dengan sikap seksual remaja. Remaja yang bergabung dalam PIK-R dengan baik cenderung mempunyai sikap pengendalian seksual yang lebih positif, kurangi resiko kehamilan yang tidak diidamkan serta penyebaran penyakit meluas seksual.[6] Tidak hanya itu, riset lain menyoroti bernilainya kedudukan PIK-R dalam membagikan data serta konseling tentang kesehatan reproduksi serta seksual kepada anak muda. Program ini menolong remaja memahami kasus yang dialami serta mengambil keputusan yang pas, sehingga bisa mengurangi dampak psikis yang merugikan akibat sikap seksual pranikah.[7] Dengan demikian, PIK-R memainkan kedudukan berarti dalam bimbingan serta konseling mengenai kesehatan reproduksi untuk remaja, menolong mereka menguasai resiko perilaku seksual pranikah serta akibatnya, dan membagikan sokongan buat mengambil keputusan yang sehat serta bertanggung jawab.

Diperolah data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menemukan hasil di mana 50% remaja di Indonesia mempunyai wawasan yang cukup rendah mengenai pentingnya kesehatan reproduksi, termasuk mengenai wawasan HIV/AIDS dan infeksi menular seksual (IMS). Dalam kondisi ini yang berkontribusi terhadap meningkatnya perilaku seksual pra-nikah, terutama di daerah kota-kota besar di Indonesia. Menurut Riset lain yang dikutip, perilaku seksual pranikah berkecenderungan meningkat sejalan dengan berkurangnya pengawasan dan pengaruh globalisasi yang semakin kuat di kalangan remaja.[8]

Peran PIK-R menjadi penting dalam memberikan pendidikan pranikah yang mencakup informasi tentang hubungan yang sehat, tanggung jawab dalam pernikahan, serta pentingnya kesehatan reproduksi. PIK-R juga berfungsi sebagai tempat remaja memperoleh konseling dari teman sebaya, yang dianggap lebih nyaman untuk membahas isu-isu pribadi dibandingkan dengan orang tua atau guru. Studi empiris menunjukkan bahwa pendidikan

kesehatan reproduksi dan konseling yang disediakan oleh PIK-R efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang risiko seksual pranikah dan mengurangi angka perilaku berisiko. Program ini juga melibatkan pelatihan keterampilan hidup (life skills), seperti pengendalian diri, pengambilan keputusan, serta komunikasi interpersonal, yang berkontribusi pada pengendalian perilaku remaja. [9] salah satu komponen penting yang perlu dimiliki pik r kontrol diri. Riset kontrol diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur, membimbing, mengarahkan, dan menyesuaikan perilaku, emosi, serta pikiran dalam menghadapi berbagai situasi, sehingga tindakan yang diambil sesuai dengan norma sosial, nilai moral, dan harapan pribadi. Menurut Averill, kontrol diri mencakup kemampuan untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, serta memilih tindakan berdasarkan keyakinan pribadi.[10]

Aspek- aspek kontrol diri terdiri dari bermacam keterampilan yang mencerminkan gimana sang individu dalam memanajemeni dirinya. Salah satunya merupakan kontrol sikap ataupun behavioral control, yang mengartikan keterampilan individu memodifikasi ataupun mengganti sikap dalam mendapati suasana yang tidak mengasyikkan. Aspek ini mencakup kesiapan dalam merespons secara adaptif dan keterampilan buat mengendalikan penerapan tindakan. Tidak hanya itu, terdapat pula kontrol kognitif( cognitive control), yang mengacu pada keterampilan mengelola informasi yang tidak diidamkan lewat proses mempersepsikan, memperhitungkan, ataupun mengaitkan sesuatu peristiwa dalam kerangka kognitif tertentu. Perihal ini membantu individu guna menyesuaikan diri secara psikologis serta mengurangi tekanan. Berikutnya, ada kontrol pengambilan keputusan( decisional control), ialah keterampilan individu guna memilah tindakan bersumber pada kepercayaan ataupun persetujuan pribadi. Keterampilan ini memungkinkan individu guna memastikan opsi dengan memikirkan konsekuensi yang berlangsung. [10]

Faktor- faktor yang pengaruhi kontrol diri dipecah jadi 2 jenis utama, ialah aspek internal serta eksternal. Aspek internal mencakup umur serta kematangan individu yang mempunyai kedudukan signifikan dalam kontrol diri. Bersamaan bertambahnya umur, orang cenderung mempunyai keahlian kontrol diri yang lebih baik. Selain itu, kecerdasan emosional juga menjadi faktor penting yang memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengendalikan dirinya. Di sisi lain, faktor eksternal melibatkan lingkungan keluarga, terutama pola asuh orang tua, yang memegang peran besar dalam perkembangan kontrol diri. Cara orang tua menegakkan disiplin, merespons kegagalan anak, gaya berkomunikasi, serta ekspresi emosi menjadi contoh bagi anak untuk belajar mengendalikan diri. Selain itu, interaksi dengan teman sebaya dan norma sosial di lingkungan sekitar turut membentuk kemampuan kontrol diri individu .[11] Memahami definisi, aspek-aspek, serta faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri sangat penting, terutama dalam proses pengembangan pribadi. Hal ini menjadi lebih relevan dalam konteks remaja yang sedang dalam masa pembentukan identitas serta kemandirian. Pengelolaan kontrol diri yang baik akan membantu mereka menghadapi berbagai tantangan yang muncul di tahap perkembangan tersebut. Sumber jurnal terkait menyebutkan bahwa kecerdasan emosi berperan penting dalam mendukung pengendalian diri remaja terhadap perilaku seksual pranikah. Riset lain, menguraikan bahwa pengelolaan emosi yang baik memungkinkan remaja untuk menolak tekanan sosial yang mengarah pada perilaku seksual berisiko. Program PIK-R yang melibatkan pendidikan emosional serta pengendalian diri dapat membantu mewujudkan remaja yang lebih tangguh serta siap menghadapi tantangan kehidupan.[12] Kecerdasan emosional memainkan peran penting dalam perkembangan remaja, terutama bagi pelajar SMA yang terlibat dalam organisasi seperti PIK-R. Kemampuan untuk mengenali, memahami, serta mengelola emosi sendiri dan orang lain guna membantu remaja dalam menghadapi berbagai tantangan akademik dan sosial. Riset oleh Mujidin et al. (2021) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar pelajar SMA, di mana pelajar dengan kecerdasan emosional tinggi mampu beradaptasi lebih baik dalam situasi yang menantang. [13]

Riset mengenai kontrol diri pada remaja telah menunjukkan hubungan signifikan antara rendahnya kontrol diri dan peningkatan perilaku seksual pranikah. Studi yang dilakukan oleh Ruhinda [14] di Kota Bandung menemukan bahwa kontrol diri memoderasi pengaruh pemantauan orang tua terhadap perilaku seksual pranikah. Artinya, meskipun ada pemantauan dari orang tua, remaja dengan kontrol diri yang rendah tetap lebih rentan terlibat dalam perilaku tersebut. Hal ini menegaskan pentingnya memperkuat kontrol diri remaja untuk mendukung efektivitas pengawasan orang tua dalam mencegah perilaku seksual pranikah. Selanjutnya, riset yang dilakukan oleh Maemunah et al. [15] di Kabupaten Karawang mengidentifikasi bahwa interaksi teman sebaya dan kontrol diri berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah. Meskipun kontribusi kedua variabel ini terhadap perilaku seksual pranikah hanya sebesar 1,9%, hasil ini tetap menyoroti peran kontrol diri sebagai salah satu faktor pelindung bagi remaja. Riset ini juga memperkuat pemahaman tentang pentingnya lingkungan sosial dalam membentuk kontrol diri remaja.

Dari riset yang ada, menunjukkan bahwa remaja memiliki kontrol diri yang cenderung rendah. Seperti ditemukan pada Riset yang dilakukan oleh Astuti et al. (2021) di Kota Lhokseumawe, di mana sebanyak 62% pelajar sekolah menengah pertama memiliki kontrol diri yang rendah dalam mencegah perilaku seksual pranikah [16]. Riset serupa dilakukan oleh Maemunah et al. (2020) di Kabupaten Karawang yang menemukan bahwa interaksi teman sebaya dan kontrol diri berkontribusi terhadap perilaku seksual pranikah, meskipun kontribusinya hanya sebesar 1,9%.[15] Selain itu, Riset Karniyanti dan Lestari. [17] di Bangli menemukan bahwa kontrol diri dan asertivitas secara bersama-sama memengaruhi sikap terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja perempuan. Hasil Riset menunjukkan bahwa remaja dengan kontrol diri yang baik cenderung memiliki sikap negatif terhadap perilaku seksual pranikah. dengan demikian, kontrol diri tidak hanya mencegah tindakan, tetapi juga membentuk sikap yang lebih sehat terhadap risiko. Secara keseluruhan, berbagai riset di atas menunjukkan bahwa kontrol diri merupakan faktor penting dalam pencegahan perilaku seksual pranikah pada remaja. Oleh karena itu, penting bagi pendidik, orang tua, dan pembuat kebijakan untuk menciptakan program intervensi yang dirancang untuk

meningkatkan kontrol diri remaja, yang pada akhirnya dapat mengurangi risiko perilaku seksual pranikah.

Riset yang menganalisis hubungan antara kecerdasan emosional serta kontrol diri pada pelajar SMA/SMK di Wilayah Istimewa Yogyakarta menampilkan jika ada hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Riset ini mengaitkan 270 subjek serta memakai prosedur kuantitatif dengan metode random sampling. Alat ukur yang digunakan merupakan Skala Kecerdasan Emosional (12 item,  $\alpha = 0,812$ ) serta Skala Kontrol Diri (23 item,  $\alpha = 0,890$ ). Hasil analisis menampilkan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,419 dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti hipotesis diterima serta ada ikatan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional serta kontrol diri pada pelajar. [18]

Riset lain yang dicoba pada remaja laki-laki atlet sepak bola di Kota Pati pula menciptakan hubungan positif serta signifikan antara kecerdasan emosional serta kontrol diri. Riset ini mengaitkan 95 remaja laki-laki atlet sepak bola serta memakai prosedur kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Alat ukur yang digunakan merupakan Skala Kontrol Diri (21 item,  $\alpha = 0,851$ ) serta Skala Kecerdasan Emosional (23 item,  $\alpha = 0,859$ ). Hasil analisis menampilkan koefisien korelasi sebesar 0,487 dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin besar kontrol diri remaja atlet. [19]

Selain itu, riset yang dilakukan pada remaja sekolah teknik di Jakarta menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dan kontrol diri dapat mempengaruhi tingkat agresivitas secara signifikan. Riset ini melibatkan 180 remaja dan menggunakan analisis regresi untuk menguji hipotesis. Hasil riset menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dan kontrol diri dapat mempengaruhi agresivitas secara signifikan, meskipun terdapat variabel lain di luar Riset yang mampu mempengaruhi tingkat agresivitas. [20] Berdasarkan temuan-temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional berperan penting dalam mempengaruhi kontrol diri pada remaja. Remaja dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi perilaku mereka dalam berbagai konteks, termasuk dalam komunitas seperti PIK-R.

Kecerdasan emosi menurut Goleman [21] adalah sebuah kemampuan seseorang guna mengatur emosi, menjaga kestabilan emosi dan menyalurkannya melalui skill kesadaran diri, kontrol diri, motivasi, sosial skill dan rasa empati [22]. Kecerdasan emosi adalah kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta memahami dan memengaruhi emosi orang lain. Kemampuan ini mencakup pengenalan terhadap perasaan pribadi dan dampaknya, pengendalian emosi untuk menjaga keseimbangan, dan keterampilan membangun hubungan yang sehat. Konsep kecerdasan emosi diperkenalkan oleh Peter Salovey dan John Mayer, kemudian dikembangkan oleh Daniel Goleman yang menekankan pentingnya kecerdasan emosi dalam keberhasilan hidup seseorang.

Aspek-aspek kecerdasan emosi meliputi kesadaran diri, yaitu kemampuan untuk memahami emosi dan pengaruhnya; pengaturan diri, yaitu kemampuan untuk mengendalikan emosi dan impuls negatif; motivasi diri, yang mencakup dorongan internal untuk mencapai tujuan meskipun menghadapi tantangan; empati, yaitu kemampuan untuk memahami perasaan dan perspektif orang lain; serta keterampilan sosial, yang melibatkan kemampuan berkomunikasi, berkolaborasi, dan membangun hubungan yang positif. Semua aspek ini bekerja bersama untuk mendukung interaksi sosial yang efektif dan pengelolaan diri yang baik dalam berbagai situasi dan dapat mempengaruhi sikap seorang individu yang lebih bagus. [23]

Remaja yang memiliki kecerdasan emosional rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola impuls, menahan tekanan sosial, dan mengambil keputusan yang sejalan dengan norma sosial serta nilai moral. Ketika kontrol dirinya rendah, mereka lebih mudah terbawa arus lingkungan tanpa mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka. Dalam situasi sosial, mereka lebih rentan terhadap pengaruh teman sebaya, terutama dalam hal perilaku berisiko seperti pergaulan bebas, penggunaan zat adiktif, atau keterlibatan dalam perilaku seksual pranikah.

Ketidakmampuan mengelola emosi membuat mereka lebih reaktif dalam menghadapi tekanan, sering kali bertindak tanpa berpikir panjang, dan sulit menahan godaan yang dapat merugikan diri sendiri. Mereka mungkin menunjukkan ketidakstabilan dalam interaksi sosial, sering mengalami konflik dengan orang lain, atau mudah merasa frustrasi saat menghadapi kegagalan. Selain itu, mereka lebih mungkin mengalami kesulitan dalam menyelesaikan masalah secara rasional dan cenderung mengambil keputusan impulsif yang berujung pada penyesalan di kemudian hari.

Dalam konteks PIK-R, remaja dengan kontrol diri rendah mungkin kurang mampu memanfaatkan informasi dan edukasi yang diberikan untuk melindungi diri dari perilaku berisiko. Mereka mungkin tetap terlibat dalam keputusan yang merugikan meskipun telah mendapatkan pemahaman mengenai dampaknya. Hal ini dapat berkontribusi pada peningkatan angka perilaku seksual pranikah, karena mereka kurang mampu menolak tekanan sosial dan lebih mudah mengikuti dorongan emosional tanpa pertimbangan matang.

Berdasarkan dinamika variabel di atas, hipotesis dari riset ini adalah: "Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada anggota PIK-R." Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, semakin baik pula kontrol dirinya. Tujuan Riset ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kecerdasan Emosi dan Kontrol Diri Pada Pelajar SMA Anggota PIK-R.

## II. METODE

Riset ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei korelasional. Tujuan dari Riset ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional sebagai variabel independen (X) dan kontrol diri sebagai variabel dependen (Y) pada pelajar SMA yang menjadi anggota Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R). Populasi Riset ini adalah pelajar SMA yang aktif dalam organisasi PIK-R dengan populasi tidak diketahui yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Setelah penyebaran data dilakukan diperoleh data sebanyak 228 dari subjek, kemudian data yang diperoleh tersebut digunakan untuk sampel dalam Riset ini dikarenakan memenuhi

kriteria *purposive sampling* yang sudah ditentukan. Wallen N, Fraenkel J (1993) merekomendasikan ukuran sampel minimum sebanyak 50 subjek untuk Riset korelasional, artinya berdasarkan jumlah sampel yang sudah diperoleh jumlah tersebut sudah memenuhi persyaratan. [24] Pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-propability sampling* dengan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria sampel dalam Riset ini adalah pelajar SMA berusia 15-18 tahun yang tergabung dan aktif dalam organisasi PIK-R dalam 6 bulan terakhir. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* dipilih karena peneliti ingin fokus pada kelompok pelajar SMA yang terlibat dalam organisasi PIK-R.

Pengumpulan data dalam Riset ini dilakukan menggunakan dua alat ukur yang diadopsi dari Riset sebelumnya [25] Alat ukur pertama adalah Skala Kecerdasan Emosional yang terdiri dari 30 aitem dengan reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0,886. Skala ini didasarkan pada aspek-aspek kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman, yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, empati, keterampilan sosial. [23] Alat ukur kedua adalah Skala Kontrol Diri yang terdiri dari 30 aitem dengan tingkat reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0,869. Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek kontrol diri menurut Averill, yaitu kontrol kognitif, kontrol perilaku, dan kontrol pengambilan keputusan. [10] Setelah memperoleh data sebanyak 228 subjek, maka *try out* uji reliabilitas dilakukan dan memperoleh hasil dari alat ukur kecerdasan emosional yang terdiri dari 30 aitem dengan reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0,813 dan skala kontrol diri diperoleh angka reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0,748. Nilai reliabilitas di atas 0,70 menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang tinggi, baik, dan layak digunakan dalam Riset lebih lanjut. [26]

Data survei dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner secara online menggunakan Google Form. Partisipan diminta untuk memberikan respon pada setiap pernyataan dalam skala Likert 4 poin, mulai dari "Sangat Tidak Setuju", "Tidak Setuju", "Setuju" hingga "Sangat Setuju" secara daring. Setelah data terkumpul, maka perlu dilakukan pengantian skor dari aitem yang *unfavourable* diganti ke skor *favourable*. Di mana, dari skor angka empat (4) hingga satu (1) untuk aitem positif atau yang mendukung atribut yang diukur (*favourable*), sedangkan untuk skor aitem negatif atau pertanyaan yang tidak mendukung atribut yang diukur (*unfavourable*) bergerak dari satu (1) hingga (4). Sebelum dilakukan analisis korelasi, data akan diperiksa untuk memastikan bahwa asumsi normalitas dan linearitas terpenuhi, selanjutnya dilakukan analisis data menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan perangkat lunak *JASP dan SPSS* versi 25.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

Berdasarkan hasil analisis yang sudah dilakukan, diketahui bahwa data dari keseluruhan subjek dengan total 228 tidak terdapat *outlier*. Setelah mengetahui ada data outlier atau tidak, maka dilanjut dengan penganalisisan. Diketahui juga bahwa hasil perhitungan dari skala Kecerdasan Emosi didapatkan bahwa nilai mean teoritik ( $\mu$ ) sebesar 94,12 standar deviasi ( $\sigma$ ) = 8,936. Sedangkan pada skala Kontrol Diri diperoleh nilai mean teoritik ( $\mu$ ) sebesar 90,30 dan standar deviasi ( $\sigma$ ) sebesar 8,026. Untuk data demografis subjek Riset dijelaskan dalam tabel 1, kemudian dilanjut dengan uji korelasi dan pengkategorisasian. Berikut, output yang dihasilkan :

**Tabel 1. Data Demografis**

Karakteristik	Frekuensi (F)	Presentase (%)
<b>Jenis Sekolah</b>		
SMA	184	81%
SMK	44	19%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki - laki	61	27%
Perempuan	167	73%
<b>Usia</b>		
15	41	18%
16	114	50%
17	65	29%
18	8	4%
<b>Asal Daerah</b>		
Jawa Timur	120	53%
Jawa Tengah	35	15%
Jakarta	18	8%
Gorontalo	8	4%
Riau	5	2%
Bali	22	10%

Nusa Tenggara Barat	20	9%
<b>Total</b>	<b>228</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data demografi pada tabel 1, subjek Riset berdasarkan jenis sekolah yang di dominasi dari SMA sebanyak 184 dengan presentase (81%) dan subjek dari sekolah SMK sebanyak 44 dengan presentase (19%). Berdasarkan jenis kelamin di dominasi subjek perempuan sebanyak 167 dengan persentase (73%) dan subjek laki-laki sebanyak 61 (19%). Berdasarkan usia, subjek dalam Riset ini dibagi menjadi empat kategori usia diantaranya dalam rentan usia 15 tahun sejumlah 41 subyek dengan persentase (18%), usia 16 tahun sejumlah 114 subyek (50%), usia 17 tahun sejumlah 65 subyek (39%) dan usia 18 tahun sejumlah 8 subyek (4%). Berdasarkan asal daerah sekolah terbagi menjadi 7 daerah di Indonesia diantaranya dari Daerah Jawa Timur sejumlah 120 (53%), Jawa Tengah sejumlah 35 (15%), Jakarta sejumlah 18 (8%), Gorontalo sejumlah 8 (4%) Riau sejumlah 5 subyek (2%), Bali sebanyak 22 (10%) dan Nusa Tenggara Barat sejumlah 20 subyek (9%).

Uji asumsi dalam riset ini di dalamnya terdapat uji normalitas dan uji linieritas. Dari hasil uji *Shapiro-Wilk* untuk uji normalitas, menampakkan hasil antara kedua variabel kecerdasan emosi dan kontrol diri memperoleh nilai signifikansi nilai *Shapiro-Wilk* = 0,992 dengan Sig = 0,272 > 0.5 atau mempunyai nilai signifikansi lebih dari 0,05, yang berarti data berdistribusi normal, kemudian dapat dilanjut untuk analisa parametrik. Selain itu, dari hasil uji linieritas memperoleh nilai signifikansi yang terdapat di kolom *Deviation from Linierity* diperoleh nilai F= 1,185 dengan signifikansi 0,231 yang menandakan bahwa variabel kecerdasan emosi dan kontrol diri memiliki hubungan yang linear atau uji linearitas terpenuhi karena lebih besar dari > 0,05.

Adapun uji hipotesis pada Riset ini yang berdasarkan hasil uji Korelasi *Pearson's* menunjukkan korelasi yang signifikan antara Kontrol Diri dan Kecerdasan Emosi Pelajar SMA/SMK anggota PIK-R ( $r=0,724^{***}$ ,  $p<.001$ ). Besaran efek kecerdasan emosi terhadap kontrol diri tergolong Besar ( $r>0,724$ ). Terdapat hasil juga bahwa variabel X yaitu kecerdasan emosi memiliki sumbangan efektif terhadap kontrol diri sebesar  $R^2 = 0,525$  hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi menjelaskan 52,5% dari varians kontrol diri. Berarti jika kecerdasan emosional tinggi, maka kontrol diri juga tinggi, dan apabila kecerdasan emosi rendah, maka kontrol diri juga rendah.

**Tabel 2. Kategorisasi**

Kategori	Norma	Skor					
		Kecerdasan Emosi			Kontrol Diri		
			Σ Subjek	%		Subjek	%
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 86,1$	41	18,0 %	$X < 82,6$	31	13,6 %
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$86,1 \leq X < 102,9$	145	63,6 %	$82,6 \leq X < 98,4$	160	70,2 %
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X \geq 102,9$	42	18,4 %	$X \geq 98,4$	37	16,2 %
<b>Jumlah</b>			<b>228</b>	<b>100%</b>		<b>228</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2 kategorisasi, skor subjek anggota PIK-R pada skala Kecerdasan Emosi dapat disimpulkan terdapat 41 pelajar mempunyai kecerdasan emosi rendah, 145 pelajar mempunyai dukungan sosial yang sedang, dan 42 pelajar mempunyai dukungan sosial tinggi. Sedangkan pada skala Kontrol Diri dapat disimpulkan kategorisasi skor subjek yakni, terdapat 31 pelajar mempunyai kontrol diri yang sangat rendah, 160 pelajar mendapat kategori kontrol diri sedang, dan ada 37 pelajar yang mempunyai kontrol diri kategori tinggi. Berdasarkan pernyataan dari hasil pengkategorisasian kedua variabel dapat ditarik kesimpulan bahwa pelajar SMA/SMK anggota PIK-R memiliki kecerdasan emosi pada tingkat yang sedang cenderung tinggi. Selain itu pelajar juga memiliki kontrol diri yang pada tingkat sedang cenderung tinggi.

## Pembahasan

Tujuan dari riset ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kontrol diri pada siswa SMA/SMK anggota PIK-R. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0,724 dengan nilai signifikansi sebesar 0,272. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dan kontrol diri. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi, maka semakin tinggi pula tingkat kontrol diri siswa SMA/SMK anggota PIK-R.

Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi, maka semakin rendah pula kontrol diri siswa SMA/SMK anggota PIK-R.

Hasil riset ini sejalan dengan riset terdahulu, yang mendapatkan jika ada hubungan positif antara kecerdasan emosi serta kontrol diri pada siswa SMA/SMK baik negeri ataupun swasta di Wilayah Istimewa Yogyakarta. Di riset terdahulu ini melaporkan kalau individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung mempunyai kontrol diri yang lebih baik serta sanggup mengatur emosi dalam bermacam situasi sosial. Keterampilan ini menolong individu dalam mengendalikan respon mereka terhadap tekanan dan mengambil keputusan yang lebih rasional. [18]

Selain itu, Riset terdahulu lain yang berjudul "Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Kontrol Diri pada Remaja Pria Atlet Sepak Bola di Kota Pati" juga menunjukkan hasil yang serupa. Dalam Riset tersebut ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dan kontrol diri pada pelajar SMA. Atlet remaja dengan kecerdasan emosional tinggi mampu mengelola emosi mereka dengan lebih baik, yang pada akhirnya meningkatkan kemampuan mereka dalam mengontrol diri saat menghadapi tantangan baik di dalam maupun di luar lapangan. Individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka sendiri serta orang lain. Kemampuan ini membantu mereka untuk lebih disiplin dan memiliki kontrol diri yang baik dalam menghadapi berbagai situasi. Sebaliknya, individu dengan kecerdasan emosional yang rendah cenderung lebih impulsif dan sulit mengontrol reaksi emosionalnya. [19]

Berdasarkan hasil analisa dari variabel kecerdasan emosi terdapat 41 pelajar dengan tingkat kecerdasan emosi rendah, 145 pelajar tingkat kecerdasan emosinya sedang, dan 42 pelajar dengan tingkat kecerdasan emosinya tinggi. Diketahui dari data tersebut, sebagian pelajar SMA/SMK anggota PIK-R memiliki tingkat kecerdasan emosi dalam kategori cukup atau sedang cenderung tinggi. Subjek dalam riset ini secara keseluruhan memiliki kecerdasan emosi di atas rata-rata yang menandakan bahwa kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta memahami emosi orang lain. [21] Berdasarkan literatur yang diperoleh, Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi mampu mengenali perasaan mereka sendiri dan memahami bagaimana perasaan tersebut mempengaruhi pikiran dan tindakan mereka. Mereka juga dapat mengelola emosi dengan efektif, seperti mengendalikan impuls dan menunda kepuasan demi mencapai tujuan jangka panjang. Selain itu, mereka memiliki kemampuan untuk tetap termotivasi meskipun menghadapi rintangan dan dapat memahami serta merasakan emosi orang lain, yang dikenal sebagai empati. Kemampuan ini memungkinkan mereka untuk membangun dan memelihara hubungan yang baik dengan orang lain, berkomunikasi dengan efektif, bekerja sama, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif. Individu dengan kecerdasan emosional tinggi dapat mengenali saat mereka merasa marah dan memilih untuk menenangkan diri sebelum bereaksi, sehingga menghindari konflik yang tidak perlu. Dalam situasi konflik, individu tersebut akan mampu tetap tenang, mendengarkan sudut pandang orang lain, dan mencari solusi yang saling menguntungkan. Ketika menghadapi kegagalan, mereka akan merenungkan pengalaman tersebut, belajar dari kesalahan, dan tetap termotivasi untuk mencoba lagi. Selain itu, mereka akan menunjukkan empati dengan mendengarkan penuh perhatian saat teman mengalami kesedihan dan memberikan dukungan yang dibutuhkan. Di dunia pendidikan, mereka dapat mengenali tanda-tanda stres dan mengambil langkah-langkah untuk mengelolanya, seperti beristirahat sejenak atau berbicara dengan rekan kerja. [21].

Adapun hasil analisis variabel kontrol diri menunjukkan 31 pelajar memiliki tingkat kontrol diri rendah, 160 pelajar memiliki tingkat kontrol diri sedang, dan 37 pelajar memiliki tingkat kontrol diri tinggi. Subjek dalam Riset ini secara keseluruhan dalam kategori sedang atau cukup dan masih dalam taraf di atas rata-rata. Pada pelajar SMA, kontrol diri memainkan peran penting dalam mengelola perilaku seksual. [27] Sebuah Riset yang di Ambon menemukan hubungan negatif antara kontrol diri dan perilaku seksual pada remaja kelas XII. Artinya, semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh seorang siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku seksual yang berisiko. [28] Contoh perilaku yang mencerminkan kontrol diri yang baik pada pelajar SMA dalam konteks perilaku seksual meliputi kemampuan menolak ajakan atau tekanan untuk melakukan aktivitas seksual yang tidak sesuai dengan nilai atau norma yang dianut, serta kemampuan menunda atau menghindari situasi yang dapat memicu perilaku seksual berisiko. Sebaliknya, kurangnya kontrol diri dapat membuat remaja lebih rentan terhadap tekanan teman sebaya atau situasi yang mendorong perilaku seksual pranikah. Rendahnya kontrol diri pada remaja akhir berhubungan dengan meningkatnya perilaku seksual pranikah. Hal ini menekankan pentingnya pengembangan kontrol diri sebagai upaya preventif terhadap perilaku seksual berisiko di kalangan remaja. [29]

Limitasi pada riset ini adalah yaitu, dalam metode untuk pengumpulan datanya yang melalui google form yang disebar melalui sosial media khususnya Instagram, dikarenakan pada saat riset berlangsung peneliti tidak mengawasi secara langsung pada subjek riset, sehingga ada kemungkinan bias jawaban dari responden.

#### IV. KESIMPULAN

Bisa disimpulkan dalam riset ini, diantara kecerdasan emosi dengan kontrol diri pada pelajar SMA/SMK anggota PIK-R mempunyai hubungan yang positif. Perihal tersebut nampak dari nilai koefisien korelasi sebesar ( $r=0,724^{***}$ ,  $p<.001$ ) serta dalam riset ini hipotesisnya diterima. Sehingga bisa diartikan jika semakin tinggi kecerdasan emosi pelajar SMA/SMK anggota PIK-R, maka terus menjadi tinggi pula tingkatan kontrol diri pelajar, begitu pula kebalikannya semakin rendah semakin rendah kecerdasan emosi pelajar SMA/SMK anggota PIK-R, maka semakin rendah pula kontrol diri pada pelajar. Kekuatan pengaruh variabel kecerdasan emosi terhadap variabel kontrol diri dalam Riset ini sebesar 52,5%. dan sisanya, sebesar 57,5% dipengaruhi faktor lainnya yang bukan merupakan fokus dalam Riset ini.

Untuk riset selanjutnya. Disarankan untuk periset mempertimbangkan metode pengambilan data yang dapat meminimalkan potensi bias jawaban dari responden. Misalnya, peneliti dapat menggunakan teknik triangulasi data dengan mengombinasikan metode kuantitatif dan kualitatif, seperti wawancara mendalam atau observasi langsung anggota PIK-R, guna memperoleh data yang lebih objektif dan akurat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami (Peneliti) mengucapkan banyak terima kasih kepada pengurus Genre (PIK-R) dari berbagai daerah yang telah memberikan izin, ikut berpartisipasi, dan mendukung pelaksanaan penelitian ini. Dengan senang hati juga kami ucapkan terima kepada seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dan meluangkan waktu demi kelancaran penelitian ini. Kami berharap dengan adanya penelitian ini, sosialisasi dan pendidikan pranikah bagi Remaja semakin dikenal semakin luas dan digaungkan dengan lantang

## REFERENSI

- [1] A. R. Setyanto, A. Sugitanata, and A. Yazid, "URGensi PENDIDIKAN PRA-NIKAH DI INDONESIA SEBAGAI UPAYA MENANGGULANGI PERNIKAHAN DINI DAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA," *Tadris: Jurnal Riset dan Pemikiran Pendidikan Islam*, vol. 16, no. 2, pp. 41–53, 2022.
- [2] F. Carolyn, N. Sumarni, Z. Zahara, and M. Parhan, "Pendidikan Pra-Nikah Sebagai Upaya Pencegahan Perceraian: Pendekatan Praktis dan Islami," *Journal on Education*, vol. 6, no. 3, pp. 16244–16251, 2024.
- [3] S. Aima and D. Erwandi, "Determinan Perilaku Seksual Pada Remaja di Indonesia: Sistematis Review," *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, vol. 4, no. 2, pp. 85–93, 2024.
- [4] F. Asfia and L. Ferial, "Analisis Perilaku Seksual Berisiko pada Mahasiswa".
- [5] B. Hamzah and R. Hamzah, "DETERMINAN PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH PADA REMAJA:(STUDI KASUS DI SMA NEGERI 1 KOTAMOBAGU)," *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, vol. 11, no. 2, pp. 9–16, 2020.
- [6] N. I. D. Kurniasih, N. W. Setiati, A. Asrina, and A. Yunengsih, "Pemanfaatan Pusat Informasi Konseling Remaja (Pik-R) Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja," *Jurnal Asuhan Ibu dan Anak*, vol. 9, no. 1, pp. 33–41, 2024.
- [7] H. Murni, D. Darmayanti, and A. Arneti, "PENGUATAN PERAN PUSAT INFORMASI KONSELING REMAJA (PIK-R)'MIFTAHUL JANNAH' DALAM PERSIAPAN PERNIKAHAN KEPADA REMAJA DI MAN 2 BUKITTINGGI TAHUN 2023," *Jurnal Salingka Abdimas*, vol. 3, no. 2, pp. 272–279, 2023.
- [8] M. Rino and T. Y. Fatmawati, "Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi terhadap Pemanfaatan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R)," *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, vol. 22, no. 1, pp. 427–431, 2022.
- [9] H. Murni, D. Darmayanti, and A. Arneti, "PENGUATAN PERAN PUSAT INFORMASI KONSELING REMAJA (PIK-R)'MIFTAHUL JANNAH' DALAM PERSIAPAN PERNIKAHAN KEPADA REMAJA DI MAN 2 BUKITTINGGI TAHUN 2023," *Jurnal Salingka Abdimas*, vol. 3, no. 2, pp. 272–279, 2023.
- [10] J. R. Averill, "Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress.," *Psychol Bull*, vol. 80, no. 4, p. 286, 1973.
- [11] R. Dwi Marsela and M. Supriatna, "Kontrol Diri: Definisi dan Faktor," *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, vol. 3, no. 2, pp. 65–69, 2019, [Online]. Available: [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- [12] P. A. Anggara and B. Murti, "Hubungan kecerdasan emosi dengan perilaku seksual pranikah pada remaja SMA Negeri 3 Surakarta," *Nexus Kedokteran Komunitas*, vol. 1, no. 2, 2012.
- [13] M. Mujidin, A. R. A. Pramesti, and H. K. Rustam, "Peningkatan Prestasi Belajar Siswa dengan Menerapkan Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial pada Siswa SMA," *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, vol. 3, no. 4, pp. 1699–1707, 2021.
- [14] E. Z. Ruhinda, "PENGARUH PEMANTAUAN ORANG TUA TERHADAP PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH DIMODERASI OLEH KONTROL DIRI PADA REMAJA DI KOTA BANDUNG SKRIPSI Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Disusun oleh."
- [15] U. Buana and P. Karawang, "PENGARUH INTERAKSI TEMAN SEBAYA DAN KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH PADA REMAJA DI KABUPATEN KARAWANG Maemunah, Nuram Mubina dan Puspa Rahayu Utami Rahman a," 2020.
- [16] W. Astuti, Z. Muna, and R. Julistia, "Gambaran kontrol diri pada siswa SMP Kota Lhokseumawe dalam mencegah perilaku seksual pranikah," *Jurnal Diversita*, vol. 7, no. 1, pp. 72–78, 2021.
- [17] R. Y. Lestari, H. N. Setianingrum, N. Farida, N. A. Isnaini, and T. Rohmayanti, "Peran PIK-R Sebagai Wadah Konseling: Implementasi Kegiatan Sosialisasi: Sehat Jiwa Dimulai Dari Lingkungan Sekolah," *Jurnal Motivasi Pendidikan dan Bahasa*, vol. 1, no. 4, pp. 127–137, 2023.
- [18] P. Semnas, U. Yogya, and X. Ions, "HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KONTROL DIRI PADA PELAJAR SMA/SMK," 2024.
- [19] N. Tiara Cahyani, "HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN KONTROL DIRI



## PADA REMAJA PRIA ATLET SEPAK BOLA DI KOTA PATI.”

- [20] A. Y. Saputro, “Tingkat kecerdasan emosional dan kontrol diri remaja sekolah teknik di jakarta terhadap tingkat agresivitas,” *PSIMPHONI*, vol. 3, no. 1, pp. 53–63, 2022.
- [21] D. Goleman, *Kecerdasan emosional*. Gramedia Pustaka Utama, 1996.
- [22] P. Salovey, B. T. Detweiler-Bedell, J. B. Detweiler-Bedell, and J. D. Mayer, “Emotional intelligence.,” 2008.
- [23] I. Riyadi, “Integrasi Nilai-Nilai Kecerdasan Emosional Dalam Kurikulum Pendidikan Agama Islam Di Sma: Perspektif Daniel Goleman,” *Hunafa: Jurnal Studia Islamika*, vol. 12, no. 1, pp. 141–163, 2015.
- [24] N. E. Wallen and J. R. Fraenkel, *Educational research: A guide to the process*. Routledge, 2013.
- [25] Z. Khoirussani, “Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecerdasan Emosional Pada Santriwati Yang Berpuasa Senin Kamis Di Pondok Pesantren Al-Itqon Semarang Periode 2014,” *Walisongo Institutional Repository*, 2017.
- [26] J. P. Guilford, “Psychometric methods,” 1954.
- [27] Hasanah Ni’matun, “Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Seksual Remaja (Studi Riset pada Siswa SMA Bina Persada Nusantara Kota Bandung ),” 2013.
- [28] V. B. Siahaya and R. Y. EK, “HUBUNGAN KONTROL DIRI (SELF-CONTROL) DENGAN PERILAKU SEKSUAL REMAJA DI KELAS XII SMA DI KOTA AMBON,” *Molucca Medica*, pp. 20–27, 2017.
- [29] H. Putri, H. Nur, and W. Ansar, “ngaruh Kontrol Diri Terhadap Bentuk-Bentuk Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Akhir,” *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, vol. 2, no. 6, pp. 1184–1192, 2023.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*