

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN
STRESS PADA MAHASISWA BKI SEMESTER 8 YANG
MENGALAMI FASE *QUARTER LIFE CRISIS* DI UIN SAYYID
ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**

SKRIPSI



DISUSUN OLEH:

CLARISTA DIYA FADLILAH (126306202064)

DOSEN PEMBIMBING:

DZINNUN HADI, S.Sos.I., M.Pd.

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI
RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**

2024

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRESS
PADA MAHASISWA BKI SEMESTER 8 YANG MENGALAMI
FASE *QUARTER LIFE CRISIS* DI UIN SAYYID ALI
RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Strata Satu Sarjana Sosial (S.Sos).



DISUSUN OLEH:

CLARISTA DIYA FADLILAH (126306202064)

DOSEN PEMBIMBING:

DZINNUN HADI, S.Sos.I., M.Pd.

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI
RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul:

“HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRESS PADA MAHASISWA BKI SEMESTER 8 YANG MENGALAMI FASE *QUARTER LIFE CRISIS* DI UIN SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG”

Yang disusun oleh:

Nama Mahasiswa : Clarista Diya Fadlilah
NIM : 126306202064
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Jurusan : Dakwah
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

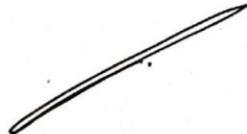
Disetujui untuk diajukan dalam ujian/siding skripsi.

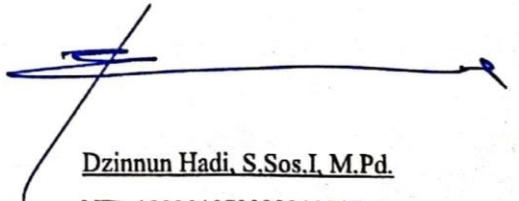
Tulungagung, 8 Mei 2024

Mengetahui,

Koord. Program Studi,

Dosem Pembimbing,


Dr. Muhammad Sholihuddin Zuhdi, M.Pd.
NIP. 198806142023211023


Dzinnun Hadi, S.Sos.I, M.Pd.
NIP. 199201072023211017

LEMBAR PENGESAHAN

“HUBUNGAN Kecerdasan Emosional dengan Stress pada Mahasiswa Bki Semester 8 yang Mengalami Fase *Quarter Life Crisis* di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”

SKRIPSI

Yang disusun oleh:
CLARISTA DIYA FADLILAH
NIM. 126306202064

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan para penguji pada tanggal 7 Juni 2024 dan telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Strata Satu Sarjana Sosial (S.Sos.).

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Penguji Utama

Febranti Putri Navion, M.Pd.
NIP. 199009212019032026



Ketua Penguji

Dr. Muhammad Sholihuddin Zuhdi, M.Pd.
NIP. 198806142023211023

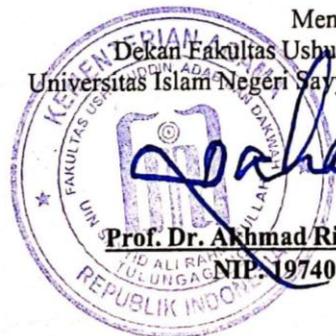


Sekretaris Penguji

Dzinnun Hadi, S.Sos.I., M.Pd.
NIP. 199201072023211017



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung



Prof. Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A.
NIP. 197408292008011006

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Clarista Diya Fadlilah
NIM : 126306202064
Semester : 8 (Delapan)
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Dosen Pembimbing : Dzinnun Hadi, S.Sos.I, M.Pd.
Judul Skripsi : “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Stress Pada Mahasiswa BKI Semester 8 yang Mengalami Fase *Quarter Life Crisis* di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung”

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil penelitian atau hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk pada sumbernya dan disebutkan dalam daftar rujukan. Apabila dikemudian hari ditemukan kesalahan dalam pernyataan ini, maka saya siap menerima konsekuensi yang berlaku.

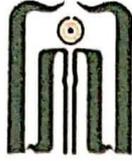
Demikian pernyataan ini, dibuat dengan penuh kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 1 Agustus 2024



Clarista Diya Fadlilah
NIM. 126306202064

LEMBAR KESEDIAAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221
Telepon (0355) 321513, Website : <http://perpustakaan.uinsatu.ac.id>

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Clarista Diya Fadlilah
NIM : 126306202064
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (Skripsi) yang berjudul:

Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Stress Pada Mahasiswa BKI Semester 8 yang Mengalami Fase Quarter Life Crisis di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 1 Agustus 2024

Yang Menyatakan,



Clarista Diya Fadlilah

Nama terang dan tanda tangan

MOTTO

*“Jangan tergesa-gesa untuk mengejar
kesempurnaan tapi lakukan secara perlahan,
bertahap dan teliti sehingga hasil dapat
memuaskan”*

-Clarista Diya Fadlilah

NIM. 126306202064

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, karena atas izin dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu
2. Kedua orang tua yaitu bapak Subandi dan ibu Kayatun, yang telah memberikan dukungan dan do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya
3. Sahabatku, Pipit, Puput dan Silvi. Terima kasih telah memberikan dukungan, motivasi dan semangat kepada peneliti sampai detik ini
4. Teman dekatku, Jihan, Ariza dan Fika. Terima kasih atas pertemanan selama masa perkuliahan ini yang membantu peneliti disaat kesusahan dan senantiasa mendengarkan dan memberikan masukan tentang keluhan kesah peneliti
5. Seluruh teman-teman kelas B program studi Bimbingan Konseling Islam 2020, KKN desa Kresikan 2 2023 dan rekan-rekan PPL di SMP Negeri 1 Tulungagung yang telah memberikan keceriaan dan warna selama masa perkuliahan
6. Diri sendiri, kamu sangat hebat karena telah berjuang sampai di titik ini. Terima kasih telah bertahan hingga saat ini, dan terima kasih atas kerja keras selama masa perkuliahan ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT dengan segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stress Pada Mahasiswa BKI Semester 8 yang Mengalami Fase *Quarter Life Crisis* di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung” dapat disusun dan selesai dengan tepat waktu. Shalawat dan salam tidak lupa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabat yang telah memperjuangkan agama Islam.

Penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stress Pada Mahasiswa BKI Semester 8 yang Mengalami Fase *Quarter Life Crisis* di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung” ini bertujuan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Strata Satu Sarjana Sosial (S.Sos). Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan atau bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Maka dari itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Abd. Aziz, M.Pd.I. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
2. Prof. Dr. Akhmad Rizqon Khamami, Lc., M.A. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
3. Dr. Muhammad Sholihuddin Zuhdi, M.Pd. selaku koordinator program studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung
4. Dzinnun Hadi, S.Sos.I, M.Pd. selaku dosen program studi Bimbingan Konseling Islam serta pembimbing yang senantiasa telah memberikan arahan, bimbingan dan dukungan kepada peneliti, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan
5. Karisma Khoirul Hidayah, M.Pd. selaku validator instrumen penelitian yang telah memberikan masukan, arahan dan bimbingan dalam

pembuatan instrumen penelitian ini

6. Seluruh Bapak/Ibu dosen program studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang telah memberikan ilmu pengetahuan serta wawasan selama menempuh pendidikan di program studi Bimbingan Konseling Islam
7. Kedua orang tua peneliti, bapak Subandi dan ibu Kayatun yang senantiasa memberikan dukungan dan mendo'akan peneliti hingga sampai di posisi ini
8. Seluruh rekan-rekan program studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang telah memberikan dukungan kepada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini
9. Seluruh teman, sahabat serta pihak-pihak lain yang telah memberikan motivasi dan dukungan, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini

Harapan peneliti semoga skripsi ini membantu menambah pengetahuan dan pengalaman bagi para pembaca, peneliti mengakui masih banyak kekurangan pada skripsi ini karena pengalaman yang peneliti miliki sangat kurang. Oleh karena itu peneliti berharap kepada para pembaca untuk memberikan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk kesempurnaan skripsi ini terutama dari dosen pembimbing yang bersangkutan, sehingga penulis dapat memperbaiki bentuk maupun isi skripsi ini, sehingga kedepannya dapat lebih baik. Akhir kata saya mengucapkan terimakasih atas dukungan dan arahan dari semua pihak.

Tulungagung, 8 Mei 2024

Peneliti

Clarista Diya Fadlilah