

ABSTRAK

LATAR BELAKANG: Kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi, dan pengaruh yang manusiawi.

TUJUAN : Mengetahui alasan Mahasiswa Ma'had Albir di Universitas Muhammadiyah Makassar untuk melaksanakan puasa sunnah senin kamis selama satu tahun. Mengetahui pengaruh puasa sunnah senin kamis terhadap tingkat emosional Mahasiswa Ma'had Albir di Universitas Muhammadiyah Makassar.

METODE : Desain penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan rancangan *Cross Secsional*, peneliti hanya melakukan observasi dan pengukuran variable pada satu saat tertentu saja. Pengukuran variable tidak terbatas harus tepat pada satu waktu bersamaan, namun mempunyai makna bahwa setiap subjek hanya dikenai satu kali pengukuran, tanpa dilakukan tindak lanjut atau pengulangan pengukuran.

HASIL : presentase puasa sunnah senin kamis dari 88 responden, di dapatkan sebanyak 69 responden (78,4%) dengan puasa sunnah senin kamis sering, 15 responden (17,0%) dengan puasa sunnah senin kamis kadang-kadang, dan 4 responden (4,5%) dengan puasa sunnah senin kamis jarang. Sedangkan presentase tingkat emosional dari 88 responden didapatkan 80 responden (90,9%) dengan tingkat emosional normal, dan 8 responden (9,1%) dengan tingkat emosional tidak normal. Adapun Uji yang digunakan untuk menentukan adanya hubungan antara keduanya yaitu dengan uji *pearson Chi square*, dapat disimpulkan bahwa responden dengan tingkat emosional yang normal yang memiliki kebiasaan puasa sunnah senin kamis sering didapatkan sebanyak 68 (77,3%) orang responden, dan tingkat emosional tidak normal dengan kebiasaan puasa sunnah senin kamis jarang sebanyak 1 (1,1%) responden. Tingkat emosional normal dengan puasa sunnah senin kamis kadang-kadang sebanyak 15(17,0%) responden, dan tingkat emosional tidak normal dengan intensitas jarang sebanyak 4 (4,5%). Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan *Pearson Chi-Square* didapatkan *p-value* 0,000 kurang dari α (0,05) maka H_0 diterima, artinya ada hubungan antara Puasa Sunnah dengan Tingkat Emosional Mahasiswa Al-Birr Makassar Tahun 2017.

KESIMPULAN : Ada pengaruh yang signifikan antara Puasa Sunnah Senin Kamis Terhadap Tingkat Emosional.

Kata Kunci : Pengaruh Puasa Sunnah Senin Kamis Terhadap Tingkat Kecerdasan Emosional

Daftar Pustaka : 32 (2002 - 2015)