

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI**  
**DENGAN STRATEGI KOPING DALAM PROSES**  
**BELAJAR DI SEKOLAH PADA SISWA MAN 1**  
**PEKANBARU**

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Melengkapi Tugas  
Dan Syarat Mencapai Gelar Sarjana Psikologi



Di susun

Oleh :

AFIFAH RAHIM

10561001639

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**RIAU**  
**2010**



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa terjadinya rangkaian perubahan-perubahan dalam diri individu. Perubahan tidak hanya terjadi di dalam diri remaja, tetapi juga terjadi di luar dirinya. Contoh perubahan di luar diri remaja adalah perubahan sikap orangtua, anggota keluarga lain dan sebagainya. Pada masa ini terjadi juga perubahan pergaulan dari orangtua dan keluarga menjadi pergaulan dengan teman sebaya, yang berarti adanya pengenalan dengan norma, nilai, dan tata cara yang baru. Kondisi ini membuat remaja itu tidak tenang, banyak mengalami kontradiksi diri sehingga timbul masa dalam kehidupannya, (Indriani, 2007)

Masa krisis remaja merupakan suatu masa yang dialami oleh semua orang, tetapi tidak berarti dapat diabaikan begitu saja. Masa krisis ini justru harus bisa dimengerti agar bisa menghasilkan kepribadian yang harmonis dan dewasa. Masa krisis ini dapat pula dikatakan sebagai suatu masa yang umum dan normal, yang meliputi suatu jangka waktu di mana terjadi suatu rangkaian konflik yang bertambah. Rangkaian konflik ini ditandai oleh perubahan-perubahan dalam kekuatan dirinya, (Indriani, 2007)

Menurut Hurlock (1991) masa remaja sebagai usia yang bermasalah. Masalah yang dihadapi remaja antara lain dalam menentukan hari depan, masalah dalam keluarga, dalam pergaulan, kesehatan, kepribadian, keuangan, seks, dan pengisian waktu luang. Masa remaja menjadi fase perkembangan yang sulit

diatasi, karena perkembangan tersebut bukan hanya pada fisik tetapi juga psikis yang sedang membangun kepribadiannya secara lebih matang. Begitu pula perkembangan pada aspek sosialnya yang mengharuskan dirinya untuk belajar dalam mengadakan hubungan dengan orang lain di lingkungan masyarakatnya. Perkembangan tersebut sering membuat remaja sering kali membuat kesalahan dalam bertindak dan berperilaku.

Banyak remaja yang salah dalam menyikapi suatu permasalahan karena kurang siap dan kurang mampu mencari cara-cara yang tepat dalam strategi koping untuk permasalahan yang dihadapi tersebut. Apabila remaja tersebut menghadapi suatu permasalahan dan sulit menemukan permasalahannya maka mereka akan mengambil keputusan yang salah, misalnya dengan minum-minuman keras, memakai obat-obatan yang terlarang, judi, berbuat onar dan lain sebagainya (Indriani, 2007).

Hasil pengamatan penulis di MAN 1 Pekanbaru pada tanggal 01 Desember 2008 tepatnya pada hari Senin ada beberapa siswa yang mengalami kesulitan dalam mencari cara-cara yang tepat dalam strategi koping untuk masalah mereka, bahkan sebagian menyelesaikannya dengan cara yang tidak efektif, kurang mampu pada suatu pelajaran, siswa tersebut membolos sekolah bahkan ia juga mempengaruhi teman-temannya untuk ribut di kelas, tidak mencatat pelajaran, tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru, bahkan sering sekali terjadi perkelahian antar pelajar hanya karena persoalan yang tidak perlu ditanggapi. Ini menunjukkan bahwa mereka masih memiliki *problem solving* yang negatif atau cara mereka dalam menyelesaikan masalah masih kurang baik.

Fenomena yang penulis amati pada siswa MAN 1 Pekanbaru adalah kebiasaan beberapa siswa yang sering keluar kelas dengan waktu yang relatif lama pada saat jam belajar berlangsung. Hal ini disebabkan karena ketidakmampuan siswa dalam mengikuti mata pelajaran. Sehingga setiap mata pelajaran itu berlangsung mereka selalu keluar kelas. Di luar kelas, mereka hanya duduk sambil bercerita menunggu waktu habis, beberapa saat sebelum pelajaran diakhiri, mereka pun segera masuk kembali ke kelas.

Permasalahan dipandang sebagai suatu keadaan yang tidak sesuai dengan keadaan yang diharapkan, sehingga menimbulkan konflik yang berkepanjangan jika tidak ada manajemen strategi koping yang tepat. Seperti yang dijelaskan oleh Billing dan Moos (dalam Indriani, 2007), bahwa strategi koping adalah usaha individu untuk memikirkan dan mempertahankan beberapa alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan, atau melakukan tindakan tertentu yang lebih tertuju pada cara-cara penyelesaian masalah atau cara menemukan strategi kopingnya.

Strategi koping adalah sebagai upaya-upaya khusus, baik behavioral maupun psikologis yang digunakan orang untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalkan dampak kejadian yang menimbulkan stres. Arthur (dalam Tarsidi, 2008).

Dewasa ini banyak remaja yang tidak dapat mencari strategi koping yang tepat dalam menyelesaikan masalah mereka dengan baik. Mereka menganggap perilaku akan menyelesaikan masalah, malah membuat permasalahan menjadi

semakin rumit, begitu juga dalam mengikuti pelajaran cara penerapan strategi koping juga dilakukan dengan cara yang tidak baik, remaja hanya berfikir bagaimana dirinya segera terlepas dari permasalahan yang dihadapi, sehingga remaja memilih cara negatif, seperti dengan cara keluar kelas dengan waktu yang cukup lama, ataupun dengan merokok. Contoh nyata yang sering terjadi adalah remaja yang melakukan bunuh diri karena konflik dengan pacar, teman atau orang-orang disekitarnya, remaja yang mengalami stres karena prestasinya yang menurun, kemudian lari ke narkoba dan minuman keras, Indriani (2007).

Remaja dalam mencari strategi koping untuk penyelesaian masalah mereka kurang dapat mencari informasi yang relevan dengan masalah yang sedang mereka hadapi dan orang-orang yang berada kurang dapat memberikan pikiran yang dapat membantu untuk penyelesaian masalah mereka sehingga remaja banyak lari dari masalah dan melakukan tindakan-tindakan yang negatif seperti melakukan tindakan kriminal dan merusak diri mereka. Remaja juga kurang memiliki usaha untuk memikirkan dan mencari alternatif solusi yang lain dalam mencari strategi koping untuk penyelesaian masalah mereka dan remaja juga kurang bisa melakukan tindakan tertentu yang lebih tertuju pada cara-cara penyelesaian masalah mereka, remaja cenderung membawa santai atau mengurung diri di kamar dari pada segera menyelesaikan masalah mereka. Jadi remaja kurang memiliki kemampuan mencari cara strategi koping yang tepat dan baik dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang sedang mereka hadapi.

Kemampuan mencari strategi koping yang baik untuk penyelesaian masalah ditunjukkan dengan kemampuan mengenal karakteristik masalah yang

dihadapi dan menemukan inti dari masalah tersebut. Terdapat perbedaan kemampuan dalam mencari strategi koping yang tepat pada tiap individu. Ada individu yang hanya membutuhkan waktu singkat untuk mencari strategi koping untuk masalah-masalahnya, namun ada pula individu yang membutuhkan waktu yang lama untuk mencari strategi koping yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya Yudha, (dalam Indriani, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Gupta (2005) pada mahasiswa di Universitas Maryland yang meneliti mengenai kemampuan strategi koping dalam menyelesaikan permasalahan dengan baik maka harus lebih aktif terikat pada serangkaian aktivitas yang bersifat progresif untuk strategi kopingnya. Menurut Chang dan Weng (2000) dalam penelitiannya diketahui bahwa terdapat penyebab remaja sering gagal menyelesaikan masalah, yaitu adanya ketakutan mengalami kegagalan yang dapat menghambat usaha mencari alternatif solusi dan menentukan solusi yang tepat untuk menyelesaikan masalah.

Strategi koping menunjuk pada berbagai upaya, baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasi suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan. Dengan perkataan lain strategi koping merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapi individu dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam diri individu, Nesvfi (2008)

Tarsidi (2008), mendefinisikan strategi koping sebagai upaya-upaya khusus, baik behavioral maupun psikologis, yang digunakan untuk menguasai, mengurangi, atau meminimalkan dampak kejadian yang menimbulkan stress, selanjutnya bahwa strategi koping adalah strategi yang dipergunakan individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimiliki dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya. Dodds juga mengemukakan bahwa pada esensinya, strategi koping adalah strategi yang dipergunakan individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya.

Menurut Lazarus (dalam Tarsidi, 2008), strategi koping merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menanggapi dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya, selanjutnya kemampuan individu dalam menghadapi masalah, tekanan dan tantangan yang dihadapi yang disebut sebagai *Coping behaviour* yang disebut juga strategi koping, menurut Lazarus koping dibedakan atas dua bentuk yaitu bentuk *direct action* dan bentuk *palliation*. *Direct action* atau tingkah laku langsung adalah mengatasi masalah dengan cara melakukan sesuatu untuk menghadapi masalah, sedang *pallition* adalah tingkah laku pertahanan diri yang disebut *defense mechanism* atau bentuk defensif. Lazarus juga mengemukakan ada dua faktor mempengaruhi strategi koping dalam pemecahan masalah yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pendapat ini didukung oleh Munandar (1999), yang menyatakan bahwa faktor internal dipengaruhi oleh beberapa aspek yaitu



inteligensi, jenis kelamin, usia, kompetensi, pengalaman, konsentrasi, dan kreativitas. Inteligensi individu mencakup kecerdasan rasional, kecerdasan emosi yang akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Kualitas inteligensi atau kecerdasan yang tinggi dipandang sebagai faktor yang mempengaruhi keberhasilan individu dalam strategi koping dalam penyelesaian masalah. Namun, faktor yang paling dominan mempengaruhi keberhasilan atau kesuksesan individu dalam hidupnya bukan semata-mata ditentukan oleh tingginya kecerdasan intelektual, tetapi oleh faktor kemantapan emosi atau kecerdasan emosi, Munandar (1999).

Kecerdasan emosi adalah modal bagi perkembangan diri. Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan memiliki kemampuan berfikir yang *original* dalam berprestasi dan aktif dalam berstrategi koping (Goleman, 2003). Kecerdasan emosi yang tinggi akan membuat individu berani dalam menyampaikan pendapatnya dan berani bersikap dalam mengambil keputusan. Sementara Cooper dan Sawaf (1998) mendefinisikan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan emosi menuntut penilaian perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

Kecerdasan emosi tidak kalah ampuhnya dengan IQ. Disadari bahwa kehidupan individu tidak pernah statis, melainkan selalu dinamis dan diwarnai dengan tekanan dan tantangan. Secara sederhana Goleman (2003) menyatakan bahwa IQ menentukan sukses individu sebesar 20% sedangkan kecerdasan emosi

(EQ) memberi kontribusi 80%. Bila tidak ditunjang dengan pengolahan emosi yang sehat kecerdasan saja tidak akan menghasilkan individu yang sukses hidupnya di masa yang akan datang.

*Emotional Intelligence* memainkan peran yang amat penting bagi individu untuk dapat menerapkan pengetahuan yang ia miliki. Dengan EQ yang baik, individu akan dapat bekerja secara efektif, mengenali dan berespon terhadap perasaan diri dan orang lain secara tepat serta dapat memotivasi diri sendiri dan orang lain (Cadman & Brewer, 2001 dalam Papalia, 1998). Lebih jauh lagi, EQ amat mempengaruhi hubungan personal dan kemampuan manajemen stres. Jadi pada dasarnya EQ yang baik akan memberi ruang gerak lebih besar bagi IQ untuk tumbuh maksimal. EQ dapat mengatur emosi secara sadar sehingga mampu memajukan pertumbuhan emosi dan intelektual umum. Individu yang emosinya stabil akan lebih mudah berkonsentrasi dan berpikir logis, mampu memotivasi dirinya untuk fokus pada aktivitas yang konstruktif dan membina hubungan yang harmonis dengan lingkungan sekitar.

Dengan kecerdasan emosi yang baik diharapkan individu mampu mengoptimalkan pikirannya agar selalu positif pada saat menangani situasi dalam hidupnya termasuk pada saat akan menggunakan strategi koping yang tepat untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang dihadapinya. Untuk strategi koping dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi individu tersebut, maka individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan dapat menggunakan strategi koping yang tepat untuk menyelesaikan permasalahannya dengan optimal,

dan sebaliknya jika individu yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah akan tidak optimal dalam strategi koping dalam menyelesaikan permasalahannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat diperoleh gambaran bahwa kecerdasan emosi merupakan faktor internal yang mempunyai peran penting dalam penyelesaian masalah pada remaja, sehingga penulis tertarik untuk meneliti dengan judul “**Hubungan antara kecerdasan emosi dengan strategi koping dalam proses belajar di sekolah pada siswa MAN 1 Pekanbaru**”.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena yang ditemui, maka masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :” Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan strategi koping dalam proses belajar di sekolah pada siswa MAN 1 Pekanbaru.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan strategi koping dalam proses belajar di sekolah pada siswa MAN 1 Pekanbaru, yang mempunyai kaitan erat dengan pembentukan pribadi atau karakter seorang remaja.

## **D. Manfaat Penelitian**

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat mengembangkan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan. Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga membantu individu dalam penyelesaian suatu masalah. Melalui penelitian ini, remaja juga diharapkan

mampu berfikir positif dalam menghadapi suatu masalah serta memilih jalan terbaik bagi dirinya.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Strategi Koping**

##### **1. Pengertian Strategi Koping**

Atkinson (2002) koping adalah proses yang digunakan individu untuk mengatasi tuntutan yang menimbulkan stres (kemampuan mengatasi masalah). Menurut (Feldman, 1999) koping juga didefinisikan sebagai usaha yang dilakukan untuk mengendalikan, mengurangi atau belajar untuk mentoleransi ancaman yang dapat menimbulkan stres.

Penilaian strategi koping dapat berubah sesuai kondisi dan tingkat masalah yang dihadapi. Menurut Lazarus strategi koping dapat didefinisikan sebagai upaya mengatasi stres, yang memerlukan proses kognitif dan afektif untuk menyesuaikan diri terhadap stres dan bukan memberantas stres (Davidson, Neale & Kring, 2006). Sedangkan menurut (Mappiare, 2006), istilah koping menunjuk pada berbagai ragam respon spontan yang meredakan rasa tegang individu selama waktu-waktu stres

Jadi dapat disimpulkan strategi koping adalah cara yang dilakukan individu baik secara psikologis maupun perilaku untuk menghadapi dan mengatasi situasi yang menekan dalam kehidupannya.

## 2. Dimensi Umum Strategi Koping

Desma dan Hirmaningsih (2008), pada dasarnya strategi koping untuk mengatur stres dapat dimasukkan dalam dua dimensi umum yang terpisah satu sama lain, yaitu:

1. Manifestasi koping. Manifestasi koping dimana cara koping dapat dibagi menjadi strategi kognitif dan behavioral. Teknik koping kognitif adalah percobaan intrapsikis untuk menghadapi situasi stres dan konsekuensinya, sedangkan koping behavioral terjadi dari tindakan-tindakan nyata untuk mengatasi stres.
2. Fokus koping. Fokus koping dapat dibedakan menurut sasaran dan strategi, yaitu koping yang difokuskan pada problem dan koping yang difokuskan pada emosi. Koping yang difokuskan pada problem terutama dilakukan untuk memodifikasi hubungan antar situasi dan respon, yang menimbulkan stres. Fokus emosi meliputi usaha untuk mengatur gangguan emosi yang disebabkan oleh stressor. Fungsi tingkah laku dibedakan menjadi dua yaitu koping terpusat pada masalah (*Problem Focused Coping/ PFC*) dan terpusat pada emosi (*Emotion Focused Coping/ EFC*). PFC adalah usaha untuk mengurangi stres yang dirasakannya dengan menghadapi masalah yang menimbulkannya secara langsung, sedangkan EFC adalah usaha individu untuk mengurangi stres dengan cara mempertimbangkan masalah afeksinya.

Lazarus (dalam Taylor, 1995), mengemukakan bahwa koping terdiri dari strategi yang bersifat kognitif dan behavioral. Strategi tersebut terbagi menjadi dua bentuk, yaitu strategi yang digunakan untuk mengatasi situasi yang menimbulkan stres (*problem focused coping*) dan strategi koping untuk mengatasi emosi negatif yang menyertainya (*emotion focused coping*). Menurut Billing dan Moos (dalam Hayati, 2008), strategi koping yang termasuk dalam *problem focused coping* dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu:

1. *Information seeking* (pencarian informasi), yang meliputi usaha untuk mendapatkan informasi yang relevan dengan masalah yang ada serta orang lain yang dapat bertukar pikiran dan membantu menyelesaikan masalah.
2. *Problem solving* (pemecahan masalah), yang meliputi usaha untuk memikirkan dan mempertahankan alternatif penyelesaian masalah yang mungkin dilakukan dengan atau melakukan tindakan tertentu yang lebih tertuju pada cara-cara penyelesaian masalah langsung.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi koping.**

Menurut Haekal (2002), cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu yang meliputi kesehatan fisik dan energi, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial dan dukungan sosial dan materi.

1. Kesehatan fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

2. Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*eksternal locus of control*) yang mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi koping tipe *problem-solving focused coping*.

3. Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

4. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku dimasyarakat.



#### 5. Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi dukungan memenuhi kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan orangtua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

#### 6. Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

### **4. Jenis-Jenis Strategi Koping**

Folkman dan Lazarus mengemukakan dua jenis strategi koping yaitu *problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC) (dalam Diponegoro, 2008).

#### 1. *Problem-focused coping*

Merupakan strategi menghadapi masalah yang berorientasi pada masalah, usaha yang dilakukan langsung pada penyelesaian masalah. Menurut Desma dan Hirmaningsih (2008), ada tiga bentuk strategi ini, yaitu:

- a) *Countiness coping* atau kewaspadaan seseorang menghadapi masalah dengan memikirkan dan mempertimbangkan secara matang beberapa alternative pemecahan, meminta pendapat orang lain, mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan dan bersikap hati-hati sebelum memutuskan sesuatu.

- b) *Instrument action* atau tindakan instrumental seseorang menghadapi masalah dengan cara menghadapi masalah secara langsung dan menyusun rencana langkah-langkah yang akan dilakukan
- c) *Negotiation* atau negosiasi seseorang menghadapi masalah dengan cara mendekati orang lain yang terlibat atau menjadi penyebab masalah sedang dihadapi serta memilikinya dan memecahkannya.

## 2. *Emotion-focused coping*

Merupakan strategi menghadapi masalah yang berorientasi pada emosi. Pada strategi ini seseorang berusaha menghadapi masalah secara tidak langsung, usaha yang dilakukan diarahkan untuk mengurangi atau menghilangkan stress yang dirasakan supaya diperoleh keseimbangan afeksinya. Seseorang cenderung menggunakan pendekatan emosi, jika individu yakin bahwa tidak dapat melakukan apa-apa untuk mengubah kondisi yang menegangkan. Menurut Desma dan Hirmaningsih (2008), ada empat bentuk strategi ini, yaitu:

- a) *Escapism* atau pelarian diri dari masalah, seseorang menghadapi masalah dengan cara menghindari masalah yang ada dengan membayangkan kalau seandainya dia berada pada situasi lain yang menyenangkan atau dengan makan, tidur dan merokok yang berlebihan

- b) *Miniation* atau pengurangan beban masalah, seseorang menghadapi masalah dengan menolak masalah dan menganggapnya seolah-olah tidak ada
- c) *Self blame* atau penyalahan diri sendiri, seseorang menghadapi masalah dengan menyalahkan diri sendiri, menghukum diri dan menyesali apa yang telah terjadi
- d) *Seeking meaning* atau pencarian makna, seseorang menghadapi masalah dengan cara mencari makna kegagalan yang dialami serta melihat sisi penting dalam kehidupannya.

Menurut Lazarus dkk (dalam Taylor, 1995) *problem focused coping* meliputi tiga bentuk yaitu:

- 1) *Confrontative coping*, yaitu usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan resiko.
- 2) *Seeking social support*, yaitu usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain.
- 3) *Planful problem solving*, yaitu usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan analitis

Selanjutnya menurut Lazarus dkk (dalam Taylor, 1995) *emotion focused coping* ada lima bentuk yaitu:

- 1) *Self-control*, yaitu usaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan.
- 2) *Distancing*, yaitu usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindari dari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif.
- 3) *Positive reappraisal*, yaitu usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religious.
- 4) *Accepting responsibility*, yaitu usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya, dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik.
- 5) *Escape or avoidance*, yaitu usaha untuk mengatasi situasi menekan (*stressor*) dengan lari dari situasi tersebut dan menghindarinya dengan beralih pada hal lain yang menyenangkan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa strategi koping yang berorientasi pada masalah merupakan usaha yang dilakukan individu dengan cara menghadapi secara langsung sumber penyebab masalah, sedangkan strategi koping yang berorientasi emosi lebih diarahkan pada usah-usaha yang dilakukan individu untuk menghadapi tekanan-tekanan emosi atau stress yang ditimbulkan oleh masalah yang dihadapi.

## 5. Sumber Koping

Lazarus dan Folkman (dalam Zanden & Vander, 1997) menyatakan bahwa terdapat sejumlah sumber personal dan lingkungan yang dijadikan sebagai sumber koping. Menurut Antonovsky (dalam Zanden & Vander, 1997) sumber koping tersebut yaitu: a. latihan, b. situasi keahlian berbicara pada diri sendiri, c. keyakinan positif mencakup koherensi diri, *hardiness* (tantangan komitmen, dan kontrol, optimisme), d. keahlian memecahkan masalah, e. keahlian berkomunikasi, f. dukungan sosial, g. sumber materi, h. layanan sosial.

Menurut Krone (2002), ada dua sumber umum yang mempengaruhi strategi koping yaitu sumber internal dan sumber eksternal, dijabarkan sebagai berikut: a. sumber internal (*personal construct*), meliputi: efikasi diri, inteligensi, *sense of coherence*, optimis, *hardiness*. b. sumber eksternal (*social construct*) yaitu dukungan sosial.

Jadi dapat disimpulkan terdapat dua sumber utama strategi koping yaitu: sumber internal dan sumber eksternal. Sumber internal meliputi efikasi diri, intelegensi, optimisme, *hardiness*, sedangkan sumber eksternal meliputi dukungan sosial, sumber materi, dan layanan sosial.

## B. Kecerdasan Emosi

### 1. Pengertian Emosi

Emosi berasal dari kata kerja bahasa latin yang berakar dari kata *movere* yang memiliki arti menggerakkan, bergerak. Penambahan awalan “e” agar

memberi arti bergerak menjauh, yang menyiratkan bertindak atau melakukan sesuatu merupakan hal yang mutlak dalam emosi (Goleman, 2003). Goleman (2003) menjelaskan bahwa emosi lebih merujuk pada keadaan biologis dan psikologis yang berhubungan dengan perasaan dan pikiran-pikiran yang mendorong kecenderungan untuk bertindak.

Emosi adalah salah satu aspek psikologis manusia dalam unsur afektif. Aspek psikologis ini sangat penting dalam kehidupan manusia pada umumnya dan dalam hubungannya dengan orang lain pada khususnya. Emosi dasar seperti senang, marah, dan takut terus berkembang sampai dewasa dengan berbagai manifestasinya (Hurlock, 1991). Emosi bukan hanya merupakan suatu reaksi umum tetapi juga reaksi spesifik. Seseorang akan tertawa saat merasa gembira, menarik diri saat takut, menjadi agresif saat marah dan sebagainya. Perasaan-perasaan yang dialami individu akan sangat mempengaruhi kesehatan. Emosi positif akan membuat orang lebih sehat jasmani maupun rohaninya, sedangkan emosi negatif yang berat biasanya menimbulkan masalah (Zainun, 2008).

Emosi dapat dideskripsikan sebagai kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Emosi merujuk pada suatu keadaan yang khas, suatu keadaan psikologi dari individu dari serangkaian kecenderungan untuk bertindak (Goleman, 2003). Walgito (2004) mendefinisikan emosi sebagai suatu keadaan yang dialami individu sebagai akibat dari stimulasi yang mengenainya serta dapat mempengaruhi individu sehingga umumnya akan membuat yang bersangkutan kurang dapat menguasai diri.

Berdasarkan berbagai uraian dapat disimpulkan bahwa emosi merupakan kondisi kejiwaan, perasaan-perasaan, dorongan-dorongan untuk bertindak sebagai suatu bentuk penyesuaian diri dari dalam dan sebagai reaksi kognitif dari suatu keadaan di lingkungan sekitar individu berada yang secara langsung mempengaruhi diri dan tindakan individu tersebut.

## **2. Pengertian Kecerdasan Emosi**

Istilah kecerdasan emosi pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dan Jon Mayer untuk menerangkan kualitas-kualitas emosi yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Kualitas-kualitas ini antara lain empati, mengungkapkan dan memahami perasaan, mengendalikan amarah, kemandirian, kemampuan penyesuaian diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah antar pribadi, ketekunan, kesetiakawanan, keramahan dan sikap hormat. (Shapiro, 2003).

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik pada diri sendiri maupun orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan (Shapiro, 2003).

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, dan berempati (Goleman, 2003). Kecerdasan

emosi merupakan kecakapan utama, kemampuan yang secara mendalam, mempengaruhi kemampuan lainnya baik memperlancar atau menghambat kemampuan-kemampuan itu (Kidman, 1992).

Kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, dan pengaruh yang manusiawi (Cooper dan Sawaf, 1998).

Kecerdasan emosi menurut Goleman (2003) adalah kecakapan emosional yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri dan memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan, mampu mengendalikan impuls dan tidak cepat merasa puas, mampu mengatur suasana hati dan mampu mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan berfikir, mampu berempati serta berharap. Di samping itu individu juga mampu membina hubungan yang baik dengan orang lain dan mudah mengenali emosi orang lain dan penuh perhatian.

Pada umumnya individu mudah mengalami gangguan emosi bila kecerdasan emosi (EQ) buruk. Individu dengan kecerdasan emosi tinggi akan memiliki kecerdasan sosial yang tinggi pula. Artinya individu akan mudah berempati terhadap orang lain, mudah menyesuaikan diri dan mampu mengendalikan diri (Etty, 2002). Kecerdasan emosi sangat berharga karena membuat diri yang semula terpecah dan terbagi menjadi utuh kembali, EQ akan memperluas dan memperdalam kehidupan seseorang (Segal, 2001).

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap



frustasi, mengendalikan dorongan hati, dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir dan berempati.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi**

Menurut Shapiro (2003) ada beberapa faktor yangn berpengaruh dalam pembentukan kecerdasan emosi, yaitu:

#### **1. Faktor psikologis**

Faktor psikologis merupakan salah satu faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Faktor psikologis ini akan membantu individu dalam mengelola, mengontrol, mengendalikan, dan mengkoordinasikan keadaan emosi agar sesuai dengan perilakunya.

#### **2. Faktor pelatihan emosi**

Kecerdasan emosi dapat diajarkan kepada individu karena pada dasarnya emosi tidak dipengaruhi oleh faktor keturunan, sehingga membuka kesempatan bagi orangtua dan pendidik untuk mengajarkan dan mengembangkan kecerdasan emosi.

#### **3. Faktor pendidikan**

Pendidikan dapat menjadi salah satu wahana belajar individu dalam mengembangkan kecerdasan emosi. Melalui pendidikan individu mulai dikenakan dengan berbagai bentuk kemampuan emosi, baik yang berkenaan dengan dirinya maupun dengan orang lain, dan lingkungan sekitar.

#### 4. Faktor keluarga

Keluarga merupakan salah satu tempat untuk melatih kecerdasan emosi individu, karena melalui keluarga individu pertama kali mengenal berbagai bentuk emosi yang diajarkan melalui pola asuh orangtua dan sekaligus individu dapat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi individu, yakni faktor psikologis, faktor pelatihan emosi, faktor pendidikan dan faktor keluarga.

#### **4. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi**

Goleman (2003) menjelaskan kemampuan kecerdasan emosi memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

##### 1. Kemampuan mengenali emosi diri

Kemampuan mengenali emosi diri adalah menyadari akan emosi dirinya (kesadaran emosi). Individu dengan kesadaran emosi tinggi akan mampu mengamati, menggali, dan memberikan perhatian terus-menerus terhadap emosi diri dan orang lain.

##### 2. Kemampuan mengelola emosi diri

Kemampuan mengelola emosi diri adalah kemampuan menangani perasaan supaya dapat terungkap secara tepat. Dengan kemampuan

tersebut individu akan lebih mudah dalam menghadapi setiap permasalahan yang ada.

### 3. Motivasi diri sendiri

Motivasi merupakan kecenderungan emosi yang mendukung pencapaian tujuan. Kemampuan individu dalam memotivasi diri sendiri terwujud dalam bentuk kemampuan menahan diri dari kepuasan, keinginan-keinginan, berpikir positif, serta optimisme.

### 4. Kemampuan mengenali emosi orang lain

Kemampuan mengenali emosi orang lain adalah kemampuan menangkap sinyal-sinyal sosial yang mengisyaratkan sesuatu yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain, baik berupa ekspresi wajah, nada bicara dan gerakan tubuh.

### 5. Kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain

Kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain merupakan salah satu keterampilan sosial yang berguna untuk menjalin hubungan dengan orang lain secara harmonis, dan mampu mengirim isyarat emosi secara tepat.

Menurut Ifham (2002) ciri-ciri orang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi yaitu:

1. Optimal dan selalu positif pada saat menangani situasi-situasi dalam hidupnya, seperti saat menangani peristiwa dalam hidupnya dan menangani tekanan masalah-masalah pribadi yang dihadapinya.
2. Terampil dalam membina emosinya, dimana orang tersebut terampil didalam mengenali kesadaran emosi diri dan ekspresi emosi, juga kesadaran emosi terhadap orang lain.
3. Optimal pada kecakapan kecerdasan emosi, dimana hal ini meliputi kecakapan intensionalitas, kreativitas, ketangguhan hubungan antar pribadi, dan ketidakpuasan konstruktif.
4. Optimal pada nilai-nilai belas kasihan atau empati, intuisi, radius kepercayaan, daya pribadi dan integritas.
5. Optimal pada kesehatan secara umum, kualitas hidup, *relationship quotient* dan kinerja optimal.

Dari uraian yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosi terletak pada kemampuan individu mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan baik dengan orang lain.

## **5. Manfaat Kecerdasan Emosi**

Goleman (2003), menjelaskan manfaat dari kecerdasan emosi yaitu:

1. Kesadaran diri, seperti mengenal dan merasakan emosi sendiri, memahami penyebab perasaan yang timbul, mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan.
2. Mengelola emosi, seperti bersikap toleran terhadap frustrasi dan mampu mengelola amarah secara lebih baik, lebih mampu mengungkapkan amarah dengan tepat tanpa berkelahi, dapat mengendalikan perilaku agresif yang merusak diri sendiri dan orang lain, memiliki perasaan yang positif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga, memiliki kemampuan untuk mengatasi ketegangan jiwa (stres), dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas dalam pergaulan.
3. Memanfaatkan emosi secara produktif, seperti memiliki rasa tanggung jawab, mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan, mampu mengendalikan diri dan tidak bersifat impulsif.
4. Empati, seperti mampu menerima sudut pandang orang lain, memiliki sikap empati atau kepekaan terhadap perasaan orang lain, mampu mendengarkan orang lain.
5. Membina hubungan, seperti memiliki pemahaman dan kemampuan untuk menganalisis hubungan dengan orang lain, dapat menyelesaikan konflik dengan orang lain, memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain, memiliki sifat bersahabat atau mudah bergaul dengan teman sebaya, memiliki sikap tenggang rasa dan perhatian terhadap orang lain, memperhatikan kepentingan sosial (sering menolong orang lain) dan

dapat hidup selaras dengan kelompok, bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama, bersikap demokratis dalam bergaul dengan orang lain.

## **6. Perkembangan Emosi Pada Remaja**

Masa remaja dianggap merupakan periode “badai dan tekanan” yaitu suatu masa saat ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan psikis. Ketegangan emosi yang terjadi pada remaja terjadi karena kondisi sosial yang mengelilingi remaja. Meskipun emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampaknya irrasional, tetapi pada umumnya terjadi perbaikan perilaku emosi pada tahap perkembangan selanjutnya.

Menurut Gessel dkk (Hurrlock, 1991), remaja usia 14 tahun seringkali mudah marah, mudah dirangsang, dan cenderung emosinya meledak, tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya remaja usia 16 tahun mengatakan bahwa mereka “tidak punya keprihatinan”. Jadi adanya badai dan tekanan dalam periode ini berkurang menjelang berakhirnya masa remaja awal.

Pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi khususnya pada latihan pengendalian individu terhadap ungkapan emosi remaja. Misalnya, perlakuan sebagai anak kecil secara tidak adil membuat remaja sangat marah dibandingkan dengan hal-hal lain.

Menurut Sarwono (2002) remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi, bila pada akhir masa remaja tidak meledakkan emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan

emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterimanya. Selain itu remaja yang mulai dapat menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, dengan demikian remaja mulai mengabaikan banyak rangsangan yang dapat menimbulkan ledakan emosi. Akhirnya remaja yang emosinya matang dapat memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah.

### **C. Kerangka Pemikiran, Asumsi dan hipotesis**

#### **1. Kerangka Pemikiran**

Teori utama yang digunakan untuk kecerdasan emosi adalah teori Goleman, sedangkan untuk strategi koping menggunakan teori Lazarus dan Folkman.

Manusia dalam menjalani kehidupannya tidak pernah lepas dari permasalahan hidup. Permasalahan hidup dapat terwujud masalah pribadi, masalah keluarga, masalah sosial, dan masalah-masalah yang berhubungan dengan kehidupan. Masalah tersebut pada umumnya tidak menyenangkan dan muncul dalam bermacam-macam bentuk dan tingkat kesulitannya, ada yang penting atau tidak penting, besar atau kecil, kompleks atau sederhana.

Setiap individu memiliki berbagai strategi koping untuk berusaha melakukan pemecahan masalah yang muncul dengan berbagai cara yang berbeda sesuai dengan pengalaman masa lalu. Walaupun pada dasarnya tujuan pemecahan masalah adalah sama yaitu ingin mendapatkan solusi atau jalan terhadap permasalahan yang dihadapi.

Kemampuan mencari strategi koping yang tepat untuk pemecahan masalah secara efektif sangat diperlukan remaja karena kemampuan tersebut dapat menjadi media untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam hidupnya, untuk mengembangkan dirinya, untuk meningkatkan kepercayaan diri, dan kreativitas serta memperkuat perasaan mampu untuk menghadapi segala masalah yang dialami, Indriani (2007).

Menurut Lazarus (dalam Tarsidi, 2008), strategi koping merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

Menurut Lazarus dan Folkman (Taylor, 1995) individu menggunakan strategi koping untuk mengatasi masalah yang menekan dalam berbagai ruang lingkup kehidupan sehari-hari. Proporsi penggunaan kedua strategi koping ini relatif bervariasi tergantung pada bagaimana penilaian individu terhadap situasi yang sedang dihadapinya.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Kondisi remaja cenderung lebih banyak mengalami permasalahan yang harus dipecahkan sehubungan perubahan-perubahan yang sering terjadi pada diri remaja. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja adalah perubahan fisik yang pesat baik laki-laki maupun perempuan. Sejalan dengan perubahan fisik yang pesat, keadaan emosi pada remaja mengalami gejolak dan tekanan. Masa



remaja merupakan masa badai dan tekanan untuk menggambarkan kondisi emosi yang penuh gejolak. Hurlock (1991), menjelaskan bahwa remaja adalah individu yang sedang mengalami proses perkembangan baik dari segi fisik, mental, sosial, dan emosi.

Perubahan dan perkembangan fisik serta emosi tersebut, menurut Hurlock (1991), dapat berpengaruh terhadap keadaan emosi remaja yang ditandai dengan emosi yang meledak-ledak, tidak terkendali, perilakunya cenderung irrasional, mudah marah dan mudah tersinggung.

Pergolakan emosi yang terjadi pada masa remaja tidak terlepas dari bermacam pengaruh seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukan sehari-hari. Salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan pemecahan masalah adalah faktor inteligensi. Inteligensi disini adalah inteligensi rasional dan emosional. Orang yang memiliki inteligensi rasional yang tinggi (IQ) belum berarti memiliki kecerdasan emosi (EQ) yang tinggi pula. Menurut Goleman (2003) kecerdasan emosi dapat membantu remaja dalam mengatasi gangguan emosi. Kecerdasan emosi sangat membantu remaja dalam mengontrol emosi yang cenderung tidak stabil, tidak terkendali dan irrasional, membantu remaja agar bisa memecahkan permasalahan yang dihadapinya dengan bijaksana. Remaja yang memiliki kecerdasan emosi akan mampu memandang suatu permasalahan dari beberapa sudut dan akhirnya nanti mampu mengambil keputusan yang tepat dalam memecahkan permasalahannya. Goleman (2003) kecerdasan emosi meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri dan memiliki daya tahan ketika

menghadapi rintangan, mampu mengendalikan impuls dan tidak cepat merasa puas, mampu mengatur suasana hati dan mampu mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan berfikir, mampu berempati secara bertahap. Di samping itu individu juga mampu membina hubungan yang baik dengan orang lain dan mudah mengenali emosi orang lain dan penuh perhatian. Secara sederhana Goleman (2003) menyatakan bahwa IQ menentukan sukses seseorang sebesar 20% sedangkan kecerdasan emosi (EQ) memberi kontribusi 80%.

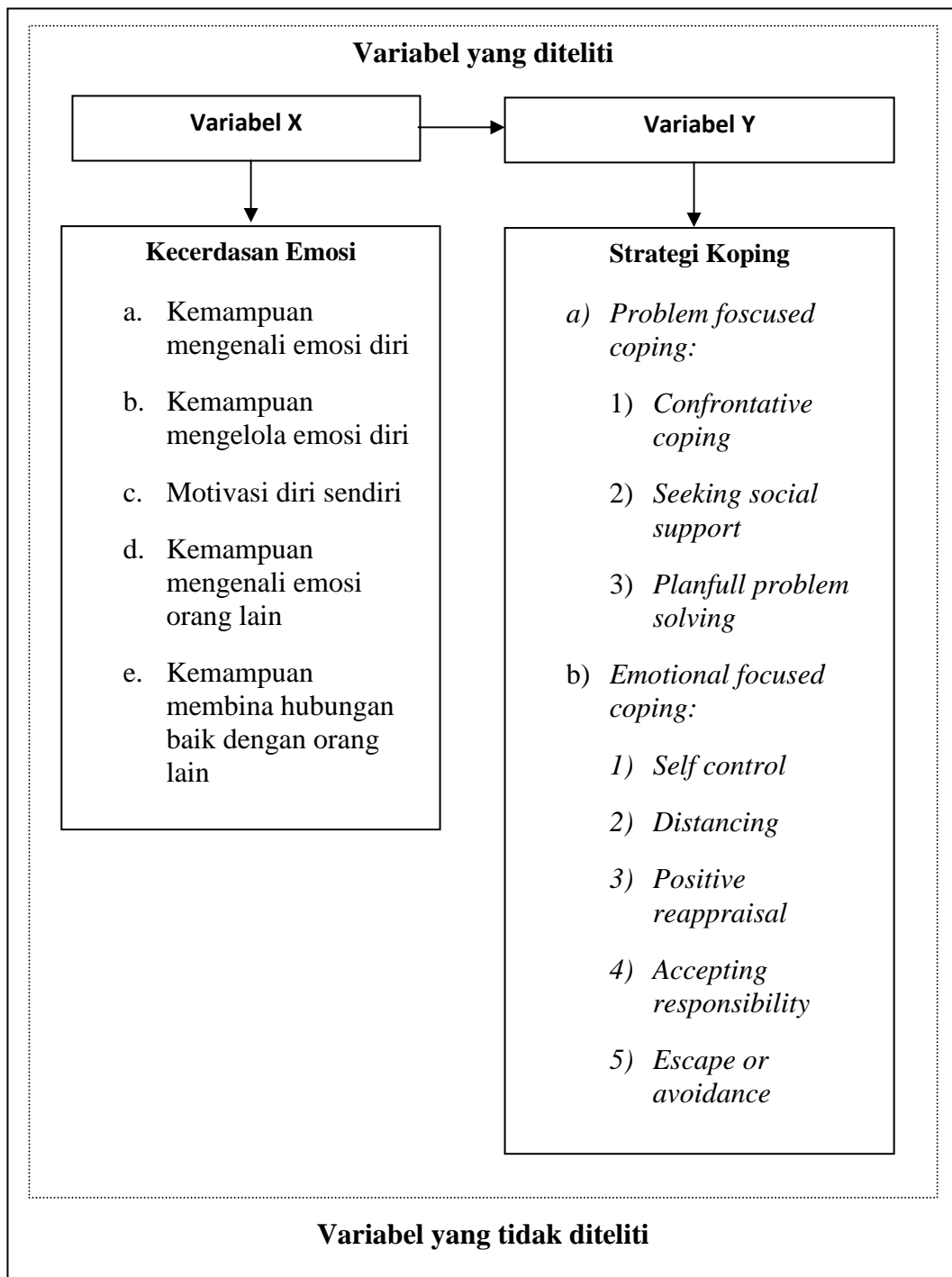
Remaja yang memiliki kecerdasan emosi yang baik akan mampu memberi kesan yang baik tentang dirinya, mampu mengungkapkan dengan baik emosinya sendiri, berusaha menyetarakan diri dengan lingkungan, dapat mengendalikan perasaan dan mampu mengungkapkan reaksi emosi dengan waktu dan kondisi yang ada sehingga interaksi dengan orang lain dapat terjalin dengan lancar dan efektif sehingga dapat memperkecil kemungkinan remaja untuk memperoleh permasalahan dalam hidupnya.

Dengan kecerdasan emosi yang baik tersebut diharapkan remaja mampu mengoptimalkan pikirannya agar selalu positif saat menangani situasi-situasi dalam hidupnya termasuk pada saat akan menyelesaikan suatu permasalahan, mampu mengoptimalkan perasaannya agar terampil dalam membina emosinya sehingga dalam proses mencari jalan keluar untuk masalahnya dapat membuat strategi koping yang tepat dan tidak cepat terbawa emosi, mampu mengoptimalkan nilai-nilai belas kasihan atau empati, mampu mengoptimalkan kinerja kerjanya dan mengoptimalkan kualitas hidup sehingga remaja yang memiliki permasalahan mampu mencari strategi koping yang tepat untuk jalan

keluar masalah dengan baik dan tepat. Untuk mendapatkan strategi koping dengan tepat maka remaja yang memiliki permasalahan harus memandang permasalahan itu sebagai tantangan yang harus diatasi dan setiap kali mempunyai kesempatan untuk memecahkan suatu masalah, jangan menunda-nunda, melainkan segera laksanakan. Untuk itu remaja memerlukan kecerdasan yang baik untuk mampu mencari strategi koping yang tepat terhadap permasalahan yang dihadapi dan untuk mengambil keputusan yang tepat.

Kecerdasan akan membantu remaja yang sedang menghadapi masalah dan memerlukan pencapaian solusi dengan segera terutama adalah kecerdasan emosi. Hal ini berarti terdapat pengaruh kecerdasan emosi terhadap strategi koping. Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang baik maka ia akan dapat menentukan langkah yang tepat dan memiliki kemampuan untuk pemecahan masalah dengan baik dengan strategi koping yang tepat.

Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Lazarus (dalam Didi, 2008), bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kemampuan individu untuk menggunakan strategi koping dengan tepat untuk pemecahan masalah adalah intelegensi atau kecerdasan emosinya Berdasarkan pemahaman konseptual yang telah diuraikan di atas, maka dapat digambarkan kerangka berpikir sebagai berikut:



## 2. Asumsi

Berdasarkan konsep yang dikemukakan pada kerangka pemikiran di atas maka peneliti mengajukan beberapa asumsi sebagai berikut:

1. Kecerdasan emosi pada individu akan menentukan kualitas strategi koping.
2. Jika kecerdasan emosi pada individu rendah, maka kemampuan strategi koping akan menurun, sebaliknya jika kecerdasan emosi individu tinggi maka kemampuan strategi koping akan baik.

### **3. Hipotesis**

Berdasarkan uraian di atas penulis mengajukan hipotesis bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan strategi koping dalam proses belajar pada siswa MAN 1 Pekanbaru. Semakin tinggi kecerdasan emosi, semakin tinggi pula kemampuan strategi kopingnya. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi, maka semakin rendah kemampuan strategi koping yang dimiliki siswa.

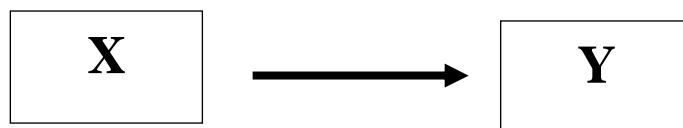
## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan bentuk penelitian deskriptif dengan menggunakan teknik korelasional. Penelitian dengan teknik korelasional merupakan penelitian yang dimaksud untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel, dengan teknik korelasional seorang peneliti dapat mengetahui hubungan variasi dalam sebuah variabel dengan variasi yang lainnya, besar atau tingginya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi Arikunto (2002).

Pada penelitian ini akan mengungkap hubungan antara variabel Kecerdasan emosional (sebagai variabel X) dengan Strategi koping (sebagai variabel Y). Secara sistematis model hubungan antara kedua variabel penelitian tersebut dapat digambarkan sebagai berikut



#### B. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian

##### 1. Variabel Penelitian

Sesuai dengan hipotesis yang diajukan, maka dibuat rancangan penelitian, dengan variabel penelitian sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (X) : Kecerdasan Emosi
2. Variabel Tergantng (Y) : Strategi Koping

## **2. Definisi Operasional Variabel-Variabel Penelitian**

Definisi operasional diperlukan untuk menghindari salah pengertian dan penafsiran yang berbeda, maka dalam penelitian ini akan dikemukakan definisi operasional variabel penelitian.

### **a. Kecerdasan Emosi**

Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati, dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir dan berempati, yang tercermin dari skor skala kecerdasan emosi yang disusun berdasarkan indikator-indikator kecerdasan emosi dari Goleman (2003), yaitu:

- a. kemampuan mengenali emosi diri.
- b. kemampuan mengelola emosi diri.
- c. memotivasi diri sendiri.
- d. kemampuan mengenali emosi orang lain
- e. kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain.

Skor total yang diperoleh dari hasil pengisian skala kecerdasan emosi oleh subjek mengindikasikan tinggi rendahnya kecerdasan emosi subjek. Skor yang

tinggi pada skala kecerdasan emosi menunjuk kecerdasan emosi subjek tinggi, sedangkan skor yang rendah menunjukkan rendahnya kecerdasan emosi subjek.

### **b. Strategi Koping**

Strategi koping adalah cara yang dilakukan individu baik secara psikologis dan perilaku untuk menghadapi dan mengatasi situasi yang menekan dalam hidupnya, yang tergambar dari skala strategi koping yang disusun berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Taylor, 1995). Aspek yang diukur adalah:

a). *Problem foscused coping:*

- 1) *Confrontative coping*
- 2) *Seeking social support*
- 3) *Planfull problem solving*

b) *Emotional focused coping:*

- 1) *Self control*
- 2) *Distancing*
- 3) *Positive reappraisal*
- 4) *Accepting responsibility*
- 5) *Escape or avoidance*

Skor yang tinggi pada strategi koping, mengindikasikan tingginya kemampuan strategi koping dan apabila skor pada strategi koping rendah, maka mengindikasikan kemampuan strategi koping yang dimiliki subjek rendah.



### C. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (1998), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.

#### 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah himpunan individu, benda atau objek yang merupakan sifat atau karakteristik yang sama, dapat diamati, dan membedakan antara seseorang subjek dengan subjek yang lain (Azwar, 1999). Menurut (Arikunto, 2002) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi MAN 1 Pekanbaru.

**Tabel 1. Data Jumlah siswa-siswi MAN 1 Pekanbaru  
Tahun Ajaran 2008/2009**

No	Kelas	Jurusan	Jlh Rombel	Siswa LK-LK	Siswa PR	Jlh
1	X	-	7	80	151	231
2	XI	Bahasa	1	7	26	33
3		IPA	3	38	64	102
4		IPS	3	44	42	86
5	XII	Bahasa	2	18	17	35
6		IPA	2	47	69	116
7		IPS	3	61	50	111
<b>Total</b>			<b>21</b>	<b>297</b>	<b>410</b>	<b>707</b>

Sumber: Data MAN 1 Pekanbaru

## 2. Sampel

Berdasarkan jumlah populasi yang ada, selanjutnya peneliti mengambil sampel berdasarkan pendapat Arikunto (2002) bahwa apabila subjek kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitian ini menjadi penelitian populasi. Tetapi jika populasi lebih dari 100 orang maka penelitian ini dapat diambil 10% - 25% atau lebih dari jumlah populasi. Dikarenakan jumlah populasi pada penelitian ini jumlahnya cukup besar maka peneliti mengambil sampel sebanyak 25% yaitu 174 orang

## 3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang di gunakan dalam penelitian ini adalah teknik Sampel wilayah atau *Propositional Random Sampling*, adalah teknik sampling yang dilakukan dengan mengambil wakil dari setiap wilayah yang terdapat dalam populasi (Azwar, 2000).

**Tabel 2. Sampel Penelitian**

No	Kelas	Jurusan	Siswa LK-LK	Siswa PR	Jumlah
1	X	-	20	36	56
2	XI	Bahasa	2	6	8
3		IPA	9	16	25
4		IPS	11	10	21
5	XII	Bahasa	4	4	8
6		IPA	12	17	29
7		IPS	15	12	27
<b>Total</b>			<b>73</b>	<b>101</b>	<b>174</b>

## **D. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Alat Ukur**

#### **a. Alat Ukur Untuk Variabel Kecerdasan Emosi**

Data yang diperlukan dalam penelitian ini akan diperoleh dengan menggunakan skala. Skala kecerdasan emosi disusun berdasarkan teori Goleman (2003). Skala ini disusun dengan model Skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompok sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data (Hadi, 1991).

Untuk penelitian ini, nilai diberikan berkisar dari 1 (satu) hingga 4 (empat), dengan ketentuan sebagai berikut:

#### **Untuk pernyataan favorabel**

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)

#### **Untuk pernyataan unfavorabel**

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban S (setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban SS (sangat setuju)

**Tabel 3.**  
**Blue Print Skala Kecerdasan Emosional Sebelum Uji Coba**

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Kemampuan mengenali emosi diri.	1,11,21	6,16,26	6
2.	Kemampuan mengelola emosi diri.	2,12,22,30,35	7,17,27,34,37	10
3.	Memotivasi diri sendiri.	3,13,23,31	8,18,28,38	8
4.	Kemampuan mengenali emosi orang lain	4,14,24,32	9,19,36,39	8
5.	Kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain.	5,15,25,33	10,20,29,40	8
<b>Jumlah</b>		<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**b. Ukur Untuk Variabel Strategi Koping**

Data yang diperlukan dalam penelitian ini akan diperoleh dengan menggunakan teori Lazarus (dalam Taylor 1995). Skala ini disusun dengan model Skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral. Penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompok sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data (Hadi, 1991).

Untuk penelitian ini, nilai diberikan berkisar dari 1 (satu) hingga 4 (empat), dengan ketentuan sebagai berikut:

**Untuk pernyataan favourabel**

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)

**Untuk pernyataan unfavourabel**

- 1) Nilai 4 (empat) jika jawaban STS (sangat tidak setuju)
- 2) Nilai 3 (tiga) jika jawaban TS (tidak setuju)
- 3) Nilai 2 (dua) jika jawaban S (setuju)
- 4) Nilai 1 (satu) jika jawaban SS (sangat setuju)

**Tabel 4.**

**Blue Print Skala Strategi Koping Sebelum Uji Coba**

No	Aspek	Indikator	Aitem		
			Favorabel	Unfavorabel	Jumlah
1	<i>Problem focused coping</i>	<i>Confrontative coping</i>	1,17,33	9,25,41	<b>6</b>
		<i>Seeking Social support</i>	2,18,34	10,26,42	<b>6</b>
		<i>Planfull problem solving</i>	3,19,35	11,27,43	<b>6</b>
2	<i>Emotional focused Coping</i>	<i>Self control</i>	4,20,36	12,28,44	<b>6</b>
		<i>Distancing</i>	5,21,37	13,29,45	<b>6</b>
		<i>Positive reappraisal</i>	6,22,38	14,30,46	<b>6</b>
		<i>Accepting responsibility</i>	7,23,39	15,31,47	<b>6</b>
		<i>Escape or avoidance</i>	8,24,40	16,32,48	<b>6</b>
<b>JUMLAH</b>			<b>32</b>	<b>32</b>	<b>48</b>

### E. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum penelitian ini dilaksanakan, maka alat ukur yang akan digunakan harus diuji cobakan (*Try Out*) terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas alat ukur yang akan digunakan. Uji coba alat ukur dilakukan pada SMK Negeri 4 Pekanbaru yang berjumlah 100 siswa, pada tanggal 15 – 16 Desember 2009.

### F. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan (mampu mengukur apa yang harus diukur) dan kecermatan suatu instrumen pengukuran melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang lain (Azwar, 2004). Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas konstruk (*Construct Validity*). Validitas konstruk menunjuk kepada seberapa jauh suatu tes mengukur sifat atau bangunan-pengertian (*construct*) tertentu. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur skala dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment*, dengan formula sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{[N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2][N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]\}}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  : Koefisien korelasi product moment antara sikap terhadap kondisi fisik dengan kepercayaan diri  
N : Jumlah subjek uji coba  
X : Skor butir tiap subjek  
Y : Skor total tiap subjek  
 $\sum XY$  : Jumlah perkalian skor aitem  
 $\sum X$  : Jumlah skor butir  
 $\sum Y$  : Jumlah skor total

Dari hasil perhitungan komputerisasi, variabel kecerdasan emosional (x) diperoleh korelasi aitem total ( $r_{xy}$ ) yang berkisar antara 0,014-0,620, dari 40 aitem yang diuji cobakan, terdapat 33 aitem yang memiliki koefisien aitem total di atas 0,30 dengan kata lain terdapat 33 aitem yang sah dan 7 aitem yang gugur. Rincian mengenai aitem yang sah dan aitem yang gugur untuk skala kecerdasan emosional setelah dilakukan uji coba (*try out*) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 5**  
**Blue Print Skala Kecerdasan Emosional (X) Yang Sahih Dan Setelah Uji Coba**

No.	Indikator	Aitem				Jumlah
		Favorabel		Unfavorabel		
		Sahih	Gugur	Sahih	Gugur	
1.	Kemampuan mengenali emosi diri.	1,11,21	-	6,16,26	-	<b>6</b>
2.	Kemampuan mengelola emosi diri.	2,12,22,35	30	7,17,27,34,37	-	<b>9</b>
3.	Memotivasi diri sendiri.	13,23,31	3	8,18,38	28	<b>6</b>
4	Kemampuan mengenali emosi orang lain	4,14,24,32	-	9,39	19,36	<b>6</b>
5	Kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain.	5,15,25	33	20,29,40	10	<b>6</b>
<b>JUMLAH</b>		<b>17</b>	<b>3</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>33</b>

Untuk variabel strategi koping (Y), diperoleh korelasi aitem total ( $r_{xy}$ ) yang berkisar antara 0,022-0,739 dari 48 aitem yang diuji cobakan, terdapat 37 aitem yang memiliki korelasi aitem total diatas 0,30. Dengan kata lain terdapat 37 aitem yang sah dan terdapat 11 aitem yang gugur, untuk skala strategi koping setelah dilakukan uji coba (*try out*) dapat dilihat pada tabel di bawah ini.



**Tabel 6**  
**Blue Print Skala Skala Strategi Koping (Y) Yang Sahih Dan**  
**Setelah Uji Coba**

NO	Dimensi	Indikator	Aitem				Jumlah
			Favorabel		Unfavorabel		
			Sahih	Gugur	Sahih	Gugur	
1	<i>Problem focused coping</i>	<i>Confrontative coping</i>	1,17	33	41	9,25	<b>3</b>
		<i>Seeking Social support</i>	2,18,34	-	10,26,42	-	<b>6</b>
		<i>Planfull problem solving</i>	3,19,35	-	11,27,43	-	<b>6</b>
2	<i>Emotional focused Coping</i>	<i>Self control</i>	4,20,36	-	12,28,44	-	<b>6</b>
		<i>Distancing</i>	5,21,37	-	13,29,45	-	<b>6</b>
		<i>Positive reappraisal</i>	6,22	38	30	14,46	<b>3</b>
		<i>Accepting responsibility</i>	7,23	39	47,31	15	<b>4</b>
		<i>Escape or avoidance</i>	8,40	24	32	16,48	<b>3</b>
<b>JUMLAH</b>			<b>20</b>	<b>4</b>	<b>17</b>	<b>7</b>	<b>37</b>

Setelah diuraikan rincian dan butir-butir aitem yang sah dan aitem yang gugur, selanjutnya disusun *blue print* yang terbaru untuk penelitian yang sebenarnya. Adapun bentuk *blue print* terbaru dari skala kecerdasan emosional dan skala strategi koping, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 7**  
**Blue Print Skala Kecerdasan Emosional (X) Untuk Riset**

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Kemampuan mengenali emosi diri.	1,9,18	5,14,23	6
2.	Kemampuan mengelola emosi diri.	2,10,19,29	6,15,24,28,30	9
3.	Memotivasi diri sendiri.	11,20,26	7,16,31	6
4.	Kemampuan mengenali emosi orang lain	3,12,21,27	8,32	6
5.	Kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain.	4,13,22	17,25,33	6
<b>Jumlah</b>		<b>17</b>	<b>16</b>	<b>33</b>

**Tabel 8**  
**Blue Print Skala Strategi Koping (Y) Untuk Riset**

No	Aspek	Indikator	Aitem		
			Favorabel	Unfavorabel	Jmh
1	<i>Problem focused coping</i>	<i>Confrontative coping</i>	1,13	32	3
		<i>Seeking Social support</i>	2,14,27	9,20,33	6
		<i>Planfull problem solving</i>	3,15,28	10,21,34	6
2	<i>Emotional focused Coping</i>	<i>Self control</i>	4,16,29	11,22,35	6
		<i>Distancing</i>	5,17,30	12,23,36	6
		<i>Positive reappraisal</i>	6,18	24	3
		<i>Accepting responsibility</i>	7,19	25,37	4
		<i>Escape or avoidance</i>	8,31	26	3
<b>JUMLAH</b>			<b>20</b>	<b>17</b>	<b>37</b>

## G. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan. Hal ini ditunjukkan konsistensi skor yang diperoleh subjek yang diukur dengan alat yang sama (Azwar, 2004). Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien mendekati angka 1,00 berarti reliabilitas alat ukur semakin tinggi. Sebaliknya alat ukur yang rendah ditandai oleh koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 (Azwar, 2004). Untuk mengukur konsistensi hasil ukur untuk variabel yang akan diteliti, maka digunakan uji statistik koefisien Reliabilitas *Alpha*, dengan rumus:

$$\alpha = 2 \left[ 1 - \frac{S1^2 + S2^2}{Sx^2} \right]$$

Keterangan :

- $\alpha$  = Koefisien reliabilitas alpha
- $S1^2$  dan  $S2^2$  = Varians skor belahan 1 dan belahan 2
- $Sx^2$  = Varians skor tes

Dari perhitungan dengan menggunakan program SPSS 11.5 *for windows* diketahui reliabilitas skala kecerdasan emosional (X) dari 33 aitem yang sah dan skala strategi koping (Y) dari 37 aitem yang sah. Berdasarkan uji reliabilitas terhadap aitem pada skala kecerdasan emosional diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,897 dan pada uji reliabilitas terhadap aitem pada skala strategi koping sebesar 0,936. Dengan demikian reliabilitas skala kecerdasan emosional dan strategi koping dalam penelitian ini tergolong tinggi.

## H. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian ini menggunakan teknik perhitungan *korelasi Product Moment* yaitu untuk mencari hubungan antara kedua variabel. Karena teknik yang dikumpulkan oleh Pearson ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara dua Variabel (Arikunto, 2002), jadi teknik *korelasi Product Moment* ini dianggap lebih cocok dari teknik korelasi lain dalam menganalisa data hasil penelitian ini.

Rumus statistiknya yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{[N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2][N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]\}}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi product moment
- $N$  = Jumlah subjek
- $X$  = Jumlah skor total variabel X
- $Y$  = Jumlah skor total variabel Y
- $XY$  = Jumlah perkalian skor skala
- $X^2$  = Jumlah kuadrat skor total variabel X
- $Y^2$  = Jumlah kuadrat skor total variabel Y

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Laporan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan skala kepada subjek. Subjek dalam penelitian ini adalah Siswa MAN 1 Pekanbaru dan dilakukan pada tanggal 14 Desember – 06 Januari 2010, dengan 174 responden yang menjadi subjek penelitian

Setelah data penelitian terkumpul dilakukan pengolahan dan penganalisisan data untuk menguji hipotesis dengan menggunakan teknik perhitungan *korelasi product moment* dari Pearson dan dibantu dengan menggunakan program komputer SPSS 11,5 *for Windows*.

#### B. Hasil Uji Asumsi

Sebelum data dianalisis, terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap data yang dimiliki. Pengujian ini digunakan untuk melihat apakah data yang dimiliki memenuhi yang disyaratkan, yaitu data harus normal dan linier. Oleh karena itu, dalam hal ini akan dibahas terlebih dahulu tentang uji asumsi kedua hal tersebut, yaitu uji normalitas dan uji linieritas.

##### a. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Adapun cara yang digunakan untuk melihat sebaran data tersebut normal atau tidak normal pada penelitian adalah dengan melihat rasio antara kecondongan kurva (*skewness*) dan kerampingan kurva (*kurtosis*) dengan alat bakunya masing-masing.

Rasio *skweness* adalah nilai *skewness* dibagi *standard error skewness*. Sebagai pedoman, jika *rasio skewness* berada antara  $-2$  sampai  $+2$ , maka distribusi data adalah normal. *Rasio kurtosis* adalah nilai *kurtosis* dibagi *standard error kurtosis*, dan sebagai pedoman jika *rasio kurtosis* berada antara  $-2$  sampai  $+2$ , maka distribusi data adalah normal (Santoso, 2008). Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan terhadap dua variabel yaitu variabel kecerdasan emosional (variabel X) dan variabel strategi koping (variabel Y).

Berdasarkan uji normalitas dengan program SPSS 11,5 for windows didapatkan rasio skewness untuk variabel kecerdasan emosional sebesar  $-0,140/0,184 = -0,760$  dan rasio kurtosis sebesar  $-0,259/0,366 = -0,707$ , sedangkan untuk variabel strategi koping diperoleh rasio skewness  $0,025/0,184 = 0,135$  dan rasio kurtosis sebesar  $-0,082/0,366 = -0,224$ . Rasio skewness dan kurtosis kedua variabel dalam penelitian ini berada dalam rentang antara  $-2$  sampai  $+2$ , maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data penelitian normal. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram dan grafik pada lampiran.

### **b. Hasil Uji Linieritas**

Uji linieritas hubungan dilakukan untuk melihat arah, bentuk dan kekuatan hubungan di antara dua variabel, jika nilai dari variabel berubah atau bergerak ke arah yang sama, maka hubungan itu adalah positif. Sementara itu, dikatakan negatif jika nilai-nilai variabel itu bergerak ke arah berlawanan.

Berdasarkan uji linieritas pada variabel kecerdasan emosional dan strategi koping dengan regresi linier pada SPSS 11,5 for Windows, diketahui F sebesar 239,51 dengan taraf signifikan 0,000. Untuk mengetahui data linier atau tidak

dapat dilihat dari besarnya signifikansi. Menurut Hadi (2000) data dikatakan linier apabila besarnya harga signifikansi dari variabel kecil dari atau sama dengan 0,05, karena 0,000 sebagai taraf signifikansi dari uji linier tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan data variabel dalam penelitian ini adalah linier.

### c. Hasil Uji Hipotesis

Tujuan dari dilakukannya analisa data adalah untuk menguji hasil hipotesis dalam penelitian ini, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat signifikansi antara hubungan kecerdasan emosional dengan strategi koping, yang dianalisa dengan menggunakan teknik perhitungan *korelasi product moment* dari Pearson dan dibantu dengan menggunakan program komputer SPSS 11,5 *for Windows*.

Hasil analisis dari teknik *korelasi product moment* diperoleh angka sebesar 0,763 dengan probabilitas 0,000. Adapun ketentuan diterima atau ditolaknya sebuah hipotesis apabila probabilitas di bawah atau sama dengan 0,01 ( $p \leq 0,01$ ) maka hipotesis diterima (Sugiyono, 2003). Dalam hal ini probabilitas ( $p$ ) yaitu 0.000 lebih kecil dari pada 0,01 ( $0,000 \leq 0,01$ ). Angka koefisien kerelasi ini termasuk dalam kategori tingkat hubungan kuat, jadi hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada siswa MAN 1 Pekanbaru (terbukti) artinya kecerdasan emosional akan dapat mempengaruhi strategi koping yang dimiliki siswa tersebut. Hipotesis diterima.

Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh angka korelasi sebesar 0,763 dengan taraf signifikan 0,000, hal ini menunjukkan ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan strategi koping, yang dapat diartikan

bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka akan semakin tinggi metode strategi coping yang digunakan siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional maka akan semakin rendah metode strategi coping yang digunakan siswa tersebut. Artinya semakin siswa tersebut memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya, memiliki kemampuan mengelola emosinya, dapat memotivasi dirinya, dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, serta dapat membina hubungan baik dengan orang lain maka siswa tersebut telah memiliki metode strategi coping yang baik atau yang tepat bagi dirinya.

Sebaliknya, jika siswa kurang memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya, kurang memiliki kemampuan mengelola emosinya, kurang dapat memotivasi dirinya, kurang dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, serta kurang dapat membina hubungan baik dengan orang lain maka siswa tersebut kurang memiliki metode strategi coping yang baik atau yang tepat bagi dirinya, sehingga siswa akan kurang memiliki cara yang tepat atau metode strategi coping yang tepat untuk penyelesaian masalah yang mereka hadapi, artinya siswa kurang mampu tenang atau mengatur perasaan dalam menghadapi masalah, kurang mampu menetralkan ketegangan akibat masalah yang di hadapi, siswa juga kurang mampu berpikir dan berpandangan positif serta kurang mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian suatu masalah.

### **C. Deskripsi Kategorisasi Data**

Skor yang dihasilkan dalam suatu penelitian belum memberikan gambaran yang jelas mengenai subjek yang diteliti untuk memberi makna yang memiliki nilai diagnostik. Sisi diagnostika suatu pengukuran atribut psikologi adalah



pemberian makna atau interpretasi terhadap skor skala yang bersangkutan. Sebagai suatu hasil ukur berupa angka (kuantitatif), skor skala memerlukan suatu norma pembanding agar dapat diinterpretasikan secara kualitatif. Interpretasi skala psikologi selalu bersifat normatif, artinya makna skor diacukan pada posisi relatif skor dalam suatu kelompok yang telah dibatasi terlebih dahulu (Azwar, 2000).

Pada skala kecerdasan emosional, subjek dapat dikelompokkan dalam 3 (tiga) kategori yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi. Gambaran hipotetis variabel kecerdasan emosional dapat dilihat pada tabel 9 berikut:

**Tabel 9.**  
**Gambaran Rerata Empirik Dan Hipotetik Variabel**  
**Kecerdasan Emosional (X)**

Hipotetik		Empirik		Hipotetik		Empirik	
Nilai minimum	Nilai Maksimum	Nilai minimum	Nilai Maksimum	Mean ( $\mu$ )	Standar Deviasi ( $\sigma$ )	Mean ( $\mu$ )	Standar Deviasi ( $\sigma$ )
33	132	52	118	85.1	13.6	86.0	13.61

Skor maksimal pada variabel kecerdasan emosional adalah 118, skor minimalnya adalah 52. Rangnya  $118-52= 66$ , mean  $(118+52)/2= 85.1$ , dan standar deviasinya  $(118-52)/6= 13.6$ . Berdasarkan hasil perhitungan, pengkategorisasi mengikuti ketentuan sebagai berikut:  $X < (\mu - 1,0\sigma)$  untuk kategori rendah,  $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$  untuk kategori sedang,  $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$  untuk kategori tinggi. (Azwar, 1999). Pengkategorisasian dapat dilihat pada tabel 10 berikut:

**Tabel 10.**  
**Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosional (X)**

<b>Kategori</b>	<b>Nilai</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Rendah	$X < 71,5$	30	17
Sedang	$71,5 \leq X < 99$	113	65
Tinggi	$99 \leq X$	31	18
Jumlah		174 orang	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa 30 orang siswa (17%) memiliki kecerdasan emosional yang rendah, dengan kata lain 30 merasa kurang memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya, kurang memiliki kemampuan mengelola emosinya, kurang dapat memotivasi dirinya, kurang dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, serta kurang dapat membina hubungan baik dengan orang lain, 113 siswa (65%) memiliki kecerdasan emosional yang tergolong sedang, dengan kata lain 113 siswa belum maksimal memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya, belum maksimal memiliki kemampuan mengelola emosinya, belum maksimal untuk dapat memotivasi dirinya, belum maksimal untuk dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, serta belum maksimal dapat membina hubungan baik dengan orang lain, sedangkan 31 orang atau (18%) siswa memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, dengan kata lain 31 merasa memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya, memiliki kemampuan mengelola emosinya, dapat memotivasi dirinya, dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, serta dapat membina hubungan baik dengan orang lain

Hal ini mengindikasikan bahwa siswa MAN 1 Pekanbaru, rata-rata kecerdasan emosional tergolong sedang, dengan kata lain siswa MAN 1 Pekanbaru, belum maksimal memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya, belum maksimal memiliki kemampuan mengelola emosinya, belum maksimal untuk dapat memotivasi dirinya, belum maksimal untuk dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, serta belum maksimal dapat membina hubungan baik dengan orang lain.

Pada skala strategi koping, subjek dapat dikelompokkan dalam 3 (tiga) kategori yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi. Gambaran hipotetis variabel strategi koping dapat dilihat pada tabel 11 berikut:

**Tabel 11.**  
**Gambaran Rerata Empirik Dan Hipotetik Variabel Strategi Koping (Y)**

Hipotetik		Empirik		Hipotetik		Empirik	
Nilai minimum	Nilai Maksimum	Nilai minimum	Nilai Maksimum	Mean ( $\mu$ )	Standar Deviasi ( $\sigma$ )	Mean ( $\mu$ )	Standar Deviasi ( $\sigma$ )
37	148	51	139	90.1	16.7	90.1	16.77

Skor maksimal pada variabel strategi koping 139, skor minimal adalah 51. Rangnya  $139-51= 88$ , mean  $(139+51)/2= 90.1$ , dan standar deviasinya  $(139-51)/6= 16.7$ . Berdasarkan hasil perhitungan, pengkategorisasi mengikuti ketentuan sebagai berikut:  $X < (\mu - 1,0\sigma)$  untuk kategori rendah,  $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$  untuk kategori sedang,  $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$  untuk kategori tinggi. (Azwar, 1999). Pengkategorisasian dapat dilihat pada tabel 12 berikut:

**Tabel 12.**  
**Kategorisasi Variabel Strategi Koping (Y)**

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 73,5$	28	16
Sedang	$73,5 \leq X < 107$	122	70
Tinggi	$107 \leq X$	24	14
Jumlah		174 orang	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa 28 siswa (16%) kurang dapat menggunakan dan mencari metode strategi koping yang baik, dengan kata lain 28 siswa kurang mampu tenang atau mengatur perasaan dalam menghadapi masalah, kurang mampu menetralkan ketegangan akibat masalah yang di hadapi, siswa juga kurang mampu berpikir dan berpandangan positif serta kurang mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian suatu masalah. 122 siswa (70%) tergolong dalam kategori sedang, dengan kata lain 122 siswa belum sepenuhnya mampu tenang atau mengatur perasaan dalam menghadapi masalah, belum sepenuhnya mampu menetralkan ketegangan akibat masalah yang di hadapi, siswa juga belum maksimal berpikir dan berpandangan positif serta belum sepenuhnya mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian suatu masalah. Sedangkan 24 siswa (14%) dapat menemukan dan menggunakan metode strategi koping yang baik, dengan kata lain 24 siswa mampu tenang atau mengatur perasaan dalam menghadapi masalah, mampu menetralkan ketegangan akibat masalah yang di hadapi, siswa juga mampu berpikir dan berpandangan positif serta mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian suatu masalah. Hal ini mengindikasikan bahwa para siswa MAN 1 Pekanbaru secara umum belum sepenuhnya mampu tenang atau mengatur

perasaan dalam menghadapi masalah, belum sepenuhnya mampu menetralkan ketegangan akibat masalah yang di hadapi, siswa juga belum maksimal berpikir dan berpandangan positif serta belum sepenuhnya mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian suatu masalah. MAN 1 Pekanbaru strategi kopingnya tergolong sedang dalam menemukan strategi koping yang tepat untuk penyelesaian masalah mereka.

#### **D. Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan strategi koping. Analisa data yang diperoleh dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari program *SPSS For Windows* sebesar 0.763, menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping. Artinya, bagaimana kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang akan berdampak pada cara menemukan dan menggunakan metode strategi koping yang tepat bagi dirinya. Dengan demikian jika siswa memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka siswa tersebut akan dapat menemukan dan menggunakan metode strategi koping dengan baik. Sebaliknya jika siswa memiliki kecerdasan emosional yang rendah, maka kurang dapat menemukan dan menggunakan metode strategi koping dengan baik atau strategi kopingnya buruk.

Berdasarkan kepada hasil uji hipotesis, maka bentuk hubungan antara variabel kecerdasan emosional dengan strategi koping adalah positif. Artinya semakin tinggi hubungan kecerdasan emosional maka akan semakin tinggi tingkat strategi koping yang dimiliki oleh para siswa tersebut, dan sebaliknya semakin

rendah hubungan kecerdasan emosional, maka akan semakin rendah tingkat strategi koping yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Lazarus (dalam Tarsidi, 2008), bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kemampuan individu untuk menggunakan strategi koping dengan tepat untuk menyelesaikan masalah adalah intelegensi atau kecerdasan emosinya. Sedangkan Munandar (1999), yang menyatakan bahwa salah satu faktor internal strategi koping dipengaruhi oleh faktor inteligensi. Menurutnya inteligensi individu mencakup kecerdasan rasional, kecerdasan emosi yang akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Kualitas inteligensi atau kecerdasan yang tinggi dipandang sebagai faktor yang mempengaruhi keberhasilan individu dalam strategi koping dalam memecahkan masalah. Namun, faktor yang paling dominan mempengaruhi keberhasilan atau kesuksesan individu dalam hidupnya bukan semata-mata ditentukan oleh tingginya kecerdasan intelektual, tetapi oleh faktor kemantapan emosi atau kecerdasan emosi. Artinya kecerdasan emosi seseorang akan mempengaruhi seseorang untuk berhasil dalam menemukan strategi koping yang tepat dalam dirinya. Sebaliknya orang yang kurang memiliki kemantapan kecerdasan emosi akan sulit menemukan strategi koping yang tepat dalam dirinya.

Berdasarkan hasil analisa data dari penelitian yang telah peneliti lakukan diketahui bahwa hubungan kecerdasan emosional tergolong sedang yaitu sebanyak 113 orang siswa (65%), dengan kata lain 113 siswa belum maksimal memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya, belum maksimal memiliki kemampuan mengelola emosinya, belum maksimal untuk dapat memotivasi

dirinya, belum maksimal untuk dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, serta belum maksimal dapat membina hubungan baik dengan orang lain.. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional pada siswa MAN 1 Pekanbaru tergolong sedang.

Kesimpulan ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Gupta (2005) pada mahasiswa di Universitas Maryland yang meneliti mengenai kemampuan strategi coping dalam menyelesaikan permasalahan dengan baik maka harus lebih aktif terikat pada serangkaian aktivitas yang bersifat progresif untuk strategi copingnya. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki kemampuan kecerdasan emosional yang tinggi untuk mengetahui apa yang dibutuhkan dalam hidupnya dan dapat lebih mudah mengambil langkah yang tepat untuk mencari strategi coping yang tepat (Davison, 2006).

Berdasarkan teori Goleman (2003) kecerdasan emosi dapat membantu remaja dalam mengatasi gangguan emosi. Kecerdasan emosi sangat membantu remaja dalam mengontrol emosi yang cenderung tidak stabil, tidak terkendali dan irrasional, membantu remaja agar bisa memecahkan permasalahan yang dihadapinya dengan bijaksana. Remaja yang memiliki kecerdasan emosi akan mampu memandang suatu permasalahan dari beberapa sudut dan akhirnya nanti mampu mengambil keputusan yang tepat dalam memecahkan permasalahannya. Goleman (2003) kecerdasan emosi meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri sendiri dan memiliki daya tahan ketika menghadapi rintangan, mampu mengendalikan impuls dan tidak cepat merasa puas, mampu mengatur suasana hati dan mampu mengelola kecemasan agar tidak mengganggu kemampuan

berfikir, mampu berempati secara bertahap. Di samping itu individu juga mampu membina hubungan yang baik dengan orang lain dan mudah mengenali emosi orang lain dan penuh perhatian.

Lebih lanjut Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa, dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati (Zainun, 2008). Sementara Cooper dan Sawaf mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosi menuntut penilikan perasaan untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari (Zainun, 2008).

Untuk dapat mengemban tugas dan tanggung jawab dari seorang siswa, siswa harus memiliki pedoman untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari bahwa siswa harus memiliki dan mampu untuk mengenali emosi diri dengan baik, mengelola emosi diri dengan tepat dan terarah, dapat memotivasi diri dengan mengendalikan dorongan hati, dapat berempati dengan orang lain dengan tepat menyesuaikan diri dengan emosi orang lain, serta dapat berketerampilan sosial yang baik dengan menangani emosi ketika berhubungan dengan orang lain dan membaca situasi sosial. Apabila kecerdasan emosional



dapat dijalankan dengan baik dan normal oleh siswa dapat membuat siswa untuk menemukan dan menggunakan metode strategi koping yang tepat untuk pemecahan masalah yang akan dihadapi dan yang sedang dihadapi.

Arthur (dalam Tarsidi, 2008), mendefinisikan strategi koping sebagai upaya-upaya khusus, baik behavioral maupun psikologis, yang digunakan untuk menguasai, mengurangi, atau meminimalkan dampak kejadian yang menimbulkan stress. Selanjutnya Lazarus (dalam Tarsidi, 2008), strategi koping merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

Sedangnya kemampuan strategi koping yang dipergunakan oleh siswa dapat dilihat berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa strategi koping siswa MAN 1 Pekanbaru tergolong sedang yaitu sebanyak 122 siswa yang bila dipersenkan menjadi (70%), artinya siswa belum sepenuhnya mampu tenang atau mengatur perasaan dalam menghadapi masalah, belum sepenuhnya mampu menetralsir ketegangan akibat masalah yang dihadapi, siswa juga belum maksimal berpikir dan berpandangan positif serta belum sepenuhnya mampu bertanggung jawab dalam penyelesaian suatu masalah, jadi dapat disimpulkan bahwa kemampuan strategi koping pada siswa MAN 1 Pekanbaru tergolong sedang. Sedangnya kategori kemampuan strategi koping yang dimiliki oleh siswa, dapat disebabkan oleh sedangnya kemampuan kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Tinggi atau rendahnya hubungan kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa akan berpengaruh pada strategi koping yang dimiliki oleh siswa. Semakin tinggi hubungan kecerdasan emosional, maka akan berdampak semakin tinggi kemampuan strategi koping yang dimiliki oleh siswa tersebut, sebaliknya semakin rendah hubungan kecerdasan emosional, maka akan berdampak semakin rendah kemampuan strategi koping yang dimiliki oleh siswa tersebut. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa MAN 1 Pekanbaru, bahwa tingkat kemampuan strategi koping yang dimiliki oleh siswa tergolong sedang dan ini dapat dipengaruhi oleh sedangnya kemampuan kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Berdasar analisis data memperlihatkan adanya sumbangan efektif variabel kecerdasan emosional dengan strategi koping 58,2 ( $r$  determinan = 0,582). Hal ini berarti, kecerdasan emosional berkontribusi sebesar 58,2% terhadap strategi koping pada siswa MAN 1 Pekanbaru. Lebihnya sebesar 41,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi strategi koping menurut Munandar (1999), adalah faktor internal yaitu terdapat beberapa aspek yaitu: inteligensi, jenis kelamin, usia, kompetensi, pengalaman, konsentrasi, dan kreativitas. Inteligensi individu mencakup kecerdasan rasional, yang akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Faktor lainnya seperti kebiasaan, tingkah laku, ini bisa menjadi lahan kajian bagi peneliti lain yang berminat untuk meneliti bidang psikologi khususnya psikologi perkembangan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diambil suatu kesimpulan bahwa:

Terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada siswa MAN 1 Pekanbaru ini berarti semakin tinggi kecerdasan emosional, maka akan semakin tinggi kemampuan strategi koping siswa tersebut. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional maka akan semakin rendah kemampuan strategi koping yang dimiliki siswa tersebut, tetapi dalam penelitian ini kecerdasan emosional dan strategi koping pada siswa MAN 1 Pekanbaru tergolong sedang.

#### **B. Saran**

##### 1. Kepada Para Siswa

Siswa diharapkan dapat memilih strategi koping yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan dengan mencari informasi lebih banyak tentang masalah yang sedang dihadapi, membuat berbagai alternative tindakan untuk mengurangi situasi yang menekan, dan dapat mengambil pelajaran dari peristiwa yang sedang dialami untuk masa yang akan datang. Untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa diharapkan terimalah semua yang anda rasakan, buka hati anda terhadap orang lain, ambil tindakan-tindakan yang membuat anda berguna dan relevan, dan gunakan perasaan dan empati sebagai suatu kesempatan untuk tumbuh dewasa.

## 2. Kepada Guru Dan Kepala Sekolah

Kepada pihak sekolah disarankan untuk fokus dalam memberikan dorongan terhadap anak dalam membentuk kecerdasan emosional siswa yang tinggi, dengan cara memberikan penyuluhan tentang pentingnya meningkatkan kecerdasan emosional, karena dengan kecerdasan emosional yang baik akan dapat menemukan metode strategi koping yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi siswa dan akan menambah pengetahuan siswa untuk meningkatkan prestasi belajarnya.

## 3. Kepada peneliti selanjutnya

Penelitian ini belumlah sempurna, terdapat berbagai kelemahan dan kekurangan. Oleh karena itu disarankan untuk peneliti yang akan datang agar dapat mencari faktor-faktor lain seperti penyesuaian diri, komunikasi interpersonal, etika, ini dapat mempengaruhi strategi koping, baik sebagai variabel terikat maupun sebagai variabel bebas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM.
- Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Archer, M. 2004. Confidence is vital to success; Quality provides needed resilience (Final Edition). *USA Today Newspaper*. Mclean, va.pg. B05.
- Atkinson, A. 2002. *Pengantar Psikologi Jilid 2*. Batam : Interaksara.
- Azwar, Syaifuddin. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- , 2000. *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- , 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boehmer, S. 2007. Relationships between Felt Age and Perceived Disability, Satisfaction with Recovery, Self-Efficacy Beliefs and Coping Strategies. *Journal of Health Psychology*, 12, 895-906.
- Chaplin, J. P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Cooper, R. K dan Sawaf, A. 1998. *Executive EQ: Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi* Hurlock, E. B. 1991. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan*. Edisi kelima. Jakarta: Airlangga. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Dariyo, A. 2003. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Davidson, G. C., J. M. Neale & A. M. Kring. 2006. *Psikologi Abnormal edisi ke-9*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Husni, Desma dan Hirmaningsih. 2008. Studi Eksploratif Tentang Masalah Yang dihadapi Perempuan Berusia Di Atas 30 Tahun Yang belum Menikah Dan Kecendrungan Strategi Coping. (*Jurnal Psikologi*) Pekanbaru: UIN SUSKA.
- Diponegoro, A. M & thalib, S. B. 2008. Meta-Analisis Tentang Perilaku Coping Preventif Dan Stres. *Psikologika*, 12, 51-61.
- Etty, M. 2002. *Mengelola Emosi Tips Praktis Meraih Kebahagiaan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.

- Feldman, R. S. 1999. *Understanding Psychology (Fifth Edition)*. New York: Mc Graw-hill.
- Goleman, D. 2003. Kecerdasan Emosional. Mengapa EI lebih penting daripada IQ. Terjemahan: T. Hermaya. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Umum.
- Gupta, G. Januari-Februari 2005. Improving Students " Critical-Thinking, Logic and Problem Solving Skill. *Journal Of College Science Teaching*. Washington. Vol 34, Iss. 4. Pg 48-51
- Hadi, Sutrisno, 1991. *Metodologi Research*. Jakarta: Andi Offset
- , 2000. *Metodologi Reseach*, Jakarta: Andi Offset.
- Haekal, Hasan Ghazy. 2002. Pengaruh Kematangan Emosional Terhadap Strategi Coping Pada Remaja. (*Jurnal Psikologi*) Dept Of Psikologi JIPTUMM.
- Hayati, Fithri. 2008. Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Strategi Koping Pada Individu Dewasa Penyandang Tunarungu Di Kota Pekanbaru. (*Skripsi Psikologi*). Pekanbaru: UIN SUSKA. Riau
- Hurlock, E. B. 1991. Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga (terjemahan). Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Ifham, A. 2002. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kewirausahaan Pada Mahasiswa. (*Jurnal Psikologi*). Yogyakarta: UGM.
- Indriani. Yuli. 2007. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan Pemecahan Masalah Pada Siswa. (*Skripsi Psikologi*). Yogyakarta: UAD.
- Jamaluddin, M. 2007. Strategi Koping Stres Penderita Diabetes mellitus dengan Self monitoring Sebagai Variabel Pemantau. *Tesis. (Tidak Diterbitkan)*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Krone, H. W. 2002. *Stress and Coping Strategies*. Germany: Userpage.Fu-berlin.de.
- Kidman, A. 1992. Bagaimana Mengubah Kehidupan Anda Dari Gagasan Menjadi Tindakan. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Mappiare, Andi. 2006. Kamus Istilah Konselin dan Terapi. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Matthieu, M. & Ivanoff, A. 2006. Using Stres, Appraisal, and Coping Theories in Clinial Praticce: Assessments of Coping Strategies After Disasters. *Journal of Brief Treatment*, 6, 337-348.
- Munandar, U. 1999. Kreativitas keterbakatan: Strategi Mewujudkan Potensi. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.

- Munandar, A. S. 2001. Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta: UIP
- Nevid, J. S., Spencer A. R & Beverly G. 2005. Psikologi Abnormal edisi ke-5. Jakarta: Erlangga.
- Nesfvi. I. 2008. Hubungan Antara Locus Of Control dengan Strategi Koping Pada Wanita Menopause di Kecamatan Senapelan Kota Pekanbaru. *Skripsi. (Tidak Diterbitkan)*. Fakultas Psikologi UIN SUSKA Pekanbaru.
- Papalia, D. E, Olds, S. W, & Feldman, R. D. 1998. *Human Development (Seven Edition)*. New York: Mc. Graw Hill.
- Pervin, L. A. & John, O. P. 1997. *Personality Theory and Research (Seventh Edition)*. New York: John Wilwy & Sons, Inc.
- Santrock. 2005. *Psychology*. New York: Mc Graw Hill.
- Santoso, Singgih, 2008. Panduan Lengkap Menguasai SPSS 16. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Segal, J. 2001. Meningkatkan Kecerdasan Emosional. Citra Aksara.
- Shapiro, E. 2003. Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sarwono, S.W. 2002. Psikologi Sosial. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sugiyono, 1998. Metoda Penelitian Administrasi. Jakarta: Reneka Cipta.
- , 2003. Statistika Untuk Penelitian, Bandung: CV. Alfabet.
- Sukria, 2006. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Kemampuan Pemecahan Masalah Pada Remaja Akhir (*Skripsi*).
- Sundberg, N. D., Winebarger & Taplin. 2007. *Psikologi Klinis*. Jogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tarsidi, D. 2008. Strategi Koping Untuk Beradaptasi Dengan Ketunanetraan. [www.tarsidoi.blogspot.com](http://www.tarsidoi.blogspot.com), Diakses pada tanggal 23 Desember 2008.
- Taylor, S. E. 1995. *Health Psychology*. Singapore: Mc Graw Hill
- Walgito, B. 2004. Pengantar psikologi umum, Yogyakarta : Andi Offset.
- Zanden. J. W & Vonder. 1997. *Human Development (Sixt Edition)*. New York: Mc Graw Hill
- Zainun, 2008. Mengenal Kecerdasan Emosi Remaja. [www.Psikologi.com](http://www.Psikologi.com) Diakses tanggal 25 Maret.

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran A. Alat Ukur Penelitian Dan Guide Of Interview.
- Lampiran B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.
- Lampiran C. Hasil Uji Normalitas Dan Uji Linearitas.
- Lampiran D. Hasil Uji Korelasi.
- Lampiran E. Tabel Frekwensi Data Per-Aspek/Indikator.
- Lampiran F. Tabulasi Data Mentah.
- Lampiran G. Surat-Surat Penelitian.



## DAFTAR TABEL

Tabel I. Rekapitulasi Jumlah Siswa-Siswi MAN 1 Pekanbaru .....	39
Tabel 2. Jumlah Sampel Penelitian .....	40
Tabel 3. Blue Print Skala Kecerdasan Emosional Sebelum Uji Coba.....	42
Tabel 4. Blue Print Skala Strategi Koping Sebelum Uji Coba .....	43
Tabel 5. Blue Print Skala Kecerdasan Emosional yang Sahih Dan Yang Gugur ..	46
Tabel 6. Blue Print Skala Strategi Koping yang Sahih Dan Yang Gugur.....	47
Tabel 7. Blue Print Skala Kecerdasan Emosional Untuk Riset .....	48
Tabel 8. Blue Print Skala Strategi Koping Untuk Riset.....	48
Tabel 9. Gambaran Rerata Empirik Dan Hipotetik Variabel Kecerdasan Emosional.....	55
Tabel 10. Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosional .....	56
Tabel 11. Gambaran Rerata Empirik Dan Hipotetik Variabel Strategi Koping ....	57
Tabel 12. Kategorisasi Variabel Strategi Koping .....	58

## **GUIDE OF INTERVIEW**

1. Bagaimana kecerdasan emosi siswa dalam menghadapi masalah.
2. Bagaimana pendapat siswa terhadap kecerdasan emosi siswa yang lain dalam menghadapi suatu masalah.
3. Bagaimana kondisi siswa dengan permasalahan dan pembelajaran yang mereka hadapi.
4. Strategi Koping yang dipakai siswa dalam pemecahan masalah siswa di sekolah.

## **GUIDE OF OBSERVATION**

1. Cara siswa berhubungan dengan siswa yang lain sesuai dengan permasalahan yang mereka miliki.
2. Aktivitas siswa dilingkungan sekolah.
3. Hubungan interaksi siswa dengan lingkungan sekolah.

## Uji Normalitas Data

### Statistics

		Kecerdasan Emosional	Strategi Koping
N	Valid	174	174
	Missing	0	0
Mean		85.1828	90.1322
Std. Error of Mean		1.03157	1.27139
Std. Deviation		13.60741	16.77080
Variance		185.16155	281.25988
Skewness		-.140	.025
Std. Error of Skewness		.184	.184
Kurtosis		-.259	-.082
Std. Error of Kurtosis		.366	.366
Range		66.00	88.00
Minimum		52.00	51.00
Maximum		118.00	139.00
Percentiles	10	68.0000	67.5000
	20	75.0000	75.0000
	30	78.5000	80.5000
	40	84.0000	86.0000
	50	87.5000	92.0000
	60	90.0000	96.0000
	70	93.0000	98.5000
	80	98.0000	103.0000
	90	102.5000	112.0000

## Tabel Frekuensi

### Kecerdasan Emosional

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	52.00	1	.6	.6	.6
	53.00	1	.6	.6	1.1
	54.00	1	.6	.6	1.7
	56.00	2	1.1	1.1	2.9
	60.00	1	.6	.6	3.4
	61.00	1	.6	.6	4.0
	64.00	3	1.7	1.7	5.7
	65.00	1	.6	.6	6.3
	66.00	4	2.3	2.3	8.6
	67.00	1	.6	.6	9.2
	68.00	3	1.7	1.7	10.9
	69.00	5	2.9	2.9	13.8
	70.00	4	2.3	2.3	16.1
	71.00	2	1.1	1.1	17.2
	73.00	1	.6	.6	17.8
	74.00	3	1.7	1.7	19.5
	75.00	3	1.7	1.7	21.3
	76.00	4	2.3	2.3	23.6
	77.00	7	4.0	4.0	27.6
	78.00	4	2.3	2.3	29.9
	79.00	6	3.4	3.4	33.3
	80.00	3	1.7	1.7	35.1
	81.00	2	1.1	1.1	36.2
	82.00	4	2.3	2.3	38.5
	83.00	2	1.1	1.1	39.7
	84.00	5	2.9	2.9	42.5
	85.00	4	2.3	2.3	44.8
	86.00	7	4.0	4.0	48.9
	87.00	2	1.1	1.1	50.0
	88.00	6	3.4	3.4	53.4
	89.00	7	4.0	4.0	57.5
	90.00	6	3.4	3.4	60.9
	91.00	5	2.9	2.9	63.8
	92.00	7	4.0	4.0	67.8
	93.00	7	4.0	4.0	71.8
	94.00	8	4.6	4.6	76.4
	95.00	3	1.7	1.7	78.2
	96.00	3	1.7	1.7	79.9
	98.00	2	1.1	1.1	81.0
	99.00	2	1.1	1.1	82.2
	100.00	5	2.9	2.9	85.1
	101.00	5	2.9	2.9	87.9
	102.00	4	2.3	2.3	90.2
	103.00	1	.6	.6	90.8
	104.00	2	1.1	1.1	92.0
	106.00	4	2.3	2.3	94.3
	108.00	2	1.1	1.1	95.4
	109.00	1	.6	.6	96.0
	110.00	1	.6	.6	96.6
	111.00	1	.6	.6	97.1
	113.00	2	1.1	1.1	98.3
	115.00	1	.6	.6	98.9
	116.00	1	.6	.6	99.4
	118.00	1	.6	.6	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

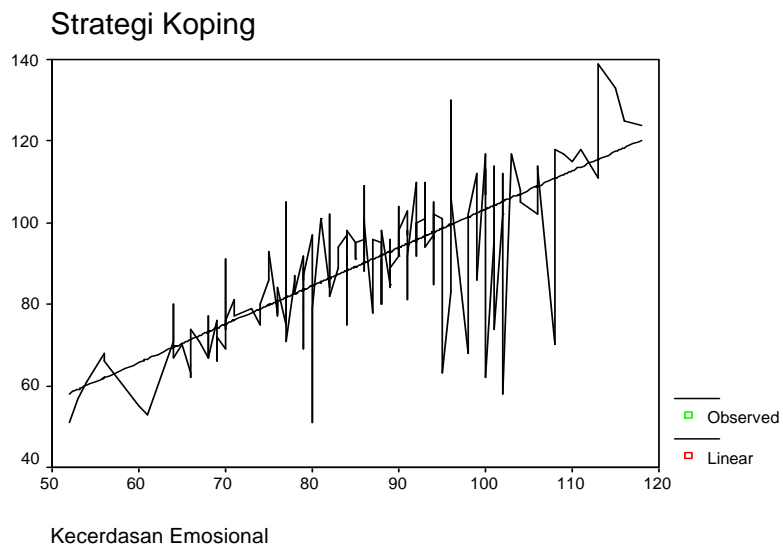
Strategi Koping

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	51.00	2	1.1	1.1	1.1
	53.00	1	.6	.6	1.7
	55.00	1	.6	.6	2.3
	57.00	1	.6	.6	2.9
	58.00	1	.6	.6	3.4
	61.00	1	.6	.6	4.0
	62.00	2	1.1	1.1	5.2
	63.00	2	1.1	1.1	6.3
	65.00	1	.6	.6	6.9
	66.00	2	1.1	1.1	8.0
	67.00	3	1.7	1.7	9.8
	68.00	2	1.1	1.1	10.9
	69.00	2	1.1	1.1	12.1
	70.00	3	1.7	1.7	13.8
	71.00	3	1.7	1.7	15.5
	72.00	1	.6	.6	16.1
	74.00	4	2.3	2.3	18.4
	75.00	3	1.7	1.7	20.1
	76.00	3	1.7	1.7	21.8
	77.00	4	2.3	2.3	24.1
	78.00	2	1.1	1.1	25.3
	79.00	4	2.3	2.3	27.6
	80.00	4	2.3	2.3	29.9
	81.00	3	1.7	1.7	31.6
	82.00	1	.6	.6	32.2
	83.00	3	1.7	1.7	33.9
	84.00	3	1.7	1.7	35.6
	85.00	6	3.4	3.4	39.1
	86.00	4	2.3	2.3	41.4
	87.00	2	1.1	1.1	42.5
	88.00	2	1.1	1.1	43.7
	89.00	4	2.3	2.3	46.0
	90.00	1	.6	.6	46.6
	91.00	5	2.9	2.9	49.4
	92.00	8	4.6	4.6	54.0
	93.00	1	.6	.6	54.6
	94.00	4	2.3	2.3	56.9
	95.00	5	2.9	2.9	59.8
	96.00	6	3.4	3.4	63.2
	97.00	4	2.3	2.3	65.5
	98.00	8	4.6	4.6	70.1
	99.00	1	.6	.6	70.7
	100.00	4	2.3	2.3	73.0
	101.00	6	3.4	3.4	76.4
	102.00	6	3.4	3.4	79.9
	103.00	2	1.1	1.1	81.0
	104.00	1	.6	.6	81.6
	105.00	5	2.9	2.9	84.5
	106.00	1	.6	.6	85.1
	107.00	2	1.1	1.1	86.2
	108.00	1	.6	.6	86.8
	109.00	2	1.1	1.1	87.9
	110.00	2	1.1	1.1	89.1
	111.00	1	.6	.6	89.7
	112.00	3	1.7	1.7	91.4
	113.00	2	1.1	1.1	92.5
	114.00	2	1.1	1.1	93.7
	115.00	1	.6	.6	94.3
	117.00	3	1.7	1.7	96.0
	118.00	2	1.1	1.1	97.1
	124.00	1	.6	.6	97.7
	125.00	1	.6	.6	98.3
	130.00	1	.6	.6	98.9
	133.00	1	.6	.6	99.4
	139.00	1	.6	.6	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

## Uji Linearitas

MODEL: MOD\_1.  
Independent: EX

Dependent	Mth	Rsq	d.f.	F	Sigf	b0	b1
YE	LIN	.582	172	239.51	.000	9.2858	.9403



## Uji Regresi ( $r^2$ )

### Model Summary

Model	Change Statistics				
	R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.582 <sup>a</sup>	239.508	1	172	.000

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosional

## Uji Korelasi

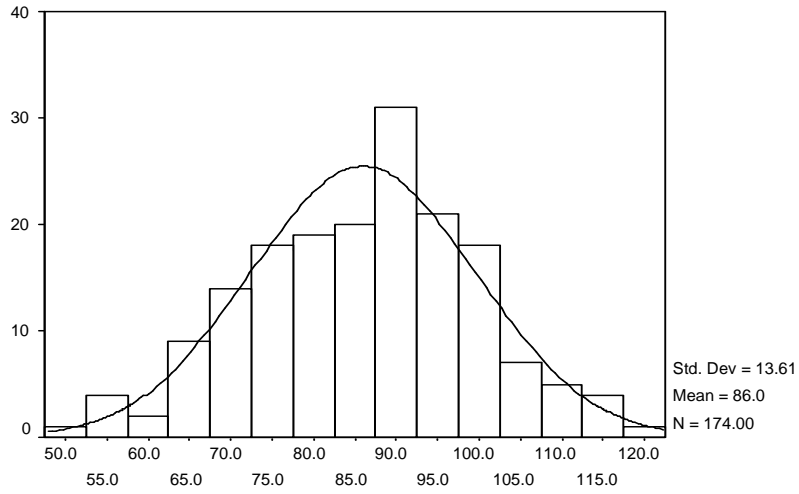
### Correlations

		Kecerdasan Emosional	Strategi Koping
Kecerdasan Emosional	Pearson Correlation	1	.763**
	Sig. (1-tailed)	.	.000
	N	174	174
Strategi Koping	Pearson Correlation	.763**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	.
	N	174	174

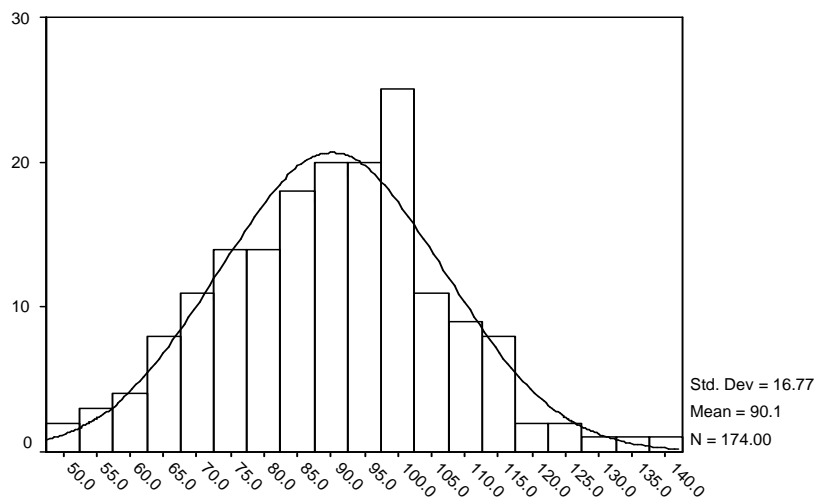
\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).



## Histogram



Kecerdasan Emosional



Strategi Koping

## Kategorisasi Per-Indikator

### Kemampuan mengenali emosi diri.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	1	.6	.6	.6
	9.00	1	.6	.6	1.1
	10.00	1	.6	.6	1.7
	11.00	7	4.0	4.0	5.7
	12.00	11	6.3	6.3	12.1
	13.00	17	9.8	9.8	21.8
	14.00	17	9.8	9.8	31.6
	15.00	23	13.2	13.2	44.8
	16.00	26	14.9	14.9	59.8
	17.00	19	10.9	10.9	70.7
	18.00	18	10.3	10.3	81.0
	19.00	15	8.6	8.6	89.7
	20.00	7	4.0	4.0	93.7
	21.00	5	2.9	2.9	96.6
	22.00	4	2.3	2.3	98.9
	23.00	2	1.1	1.1	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

**Kemampuan mengelola emosi diri.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12.00	1	.6	.6	.6
	13.00	1	.6	.6	1.1
	14.00	2	1.1	1.1	2.3
	15.00	1	.6	.6	2.9
	16.00	4	2.3	2.3	5.2
	17.00	4	2.3	2.3	7.5
	18.00	8	4.6	4.6	12.1
	19.00	9	5.2	5.2	17.2
	20.00	11	6.3	6.3	23.6
	21.00	17	9.8	9.8	33.3
	22.00	16	9.2	9.2	42.5
	23.00	17	9.8	9.8	52.3
	24.00	17	9.8	9.8	62.1
	25.00	15	8.6	8.6	70.7
	26.00	13	7.5	7.5	78.2
	27.00	12	6.9	6.9	85.1
	28.00	8	4.6	4.6	89.7
	29.00	7	4.0	4.0	93.7
	30.00	5	2.9	2.9	96.6
	31.00	2	1.1	1.1	97.7
	32.00	2	1.1	1.1	98.9
	33.00	1	.6	.6	99.4
	35.00	1	.6	.6	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

**Memotivasi diri sendiri.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7.00	1	.6	.6	.6
	8.00	2	1.1	1.1	1.7
	10.00	5	2.9	2.9	4.6
	11.00	6	3.4	3.4	8.0
	12.00	17	9.8	9.8	17.8
	13.00	8	4.6	4.6	22.4
	14.00	22	12.6	12.6	35.1
	15.00	17	9.8	9.8	44.8
	16.00	14	8.0	8.0	52.9
	17.00	23	13.2	13.2	66.1
	18.00	23	13.2	13.2	79.3
	19.00	13	7.5	7.5	86.8
	20.00	11	6.3	6.3	93.1
	21.00	9	5.2	5.2	98.3
	22.00	1	.6	.6	98.9
	23.00	2	1.1	1.1	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

**Kemampuan mengenali emosi orang lain**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9.00	3	1.7	1.7	1.7
	10.00	6	3.4	3.4	5.2
	11.00	7	4.0	4.0	9.2
	12.00	9	5.2	5.2	14.4
	13.00	9	5.2	5.2	19.5
	14.00	19	10.9	10.9	30.5
	15.00	18	10.3	10.3	40.8
	16.00	27	15.5	15.5	56.3
	17.00	29	16.7	16.7	73.0
	18.00	17	9.8	9.8	82.8
	19.00	11	6.3	6.3	89.1
	20.00	12	6.9	6.9	96.0
	21.00	2	1.1	1.1	97.1
	22.00	4	2.3	2.3	99.4
	23.00	1	.6	.6	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

**Kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain.**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7.00	1	.6	.6	.6
	8.00	2	1.1	1.1	1.7
	9.00	4	2.3	2.3	4.0
	10.00	6	3.4	3.4	7.5
	11.00	9	5.2	5.2	12.6
	12.00	15	8.6	8.6	21.3
	13.00	11	6.3	6.3	27.6
	14.00	14	8.0	8.0	35.6
	15.00	32	18.4	18.4	54.0
	16.00	27	15.5	15.5	69.5
	17.00	22	12.6	12.6	82.2
	18.00	12	6.9	6.9	89.1
	19.00	8	4.6	4.6	93.7
	20.00	3	1.7	1.7	95.4
	21.00	5	2.9	2.9	98.3
	22.00	3	1.7	1.7	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

## Kategorisasi Per-Aspek

### Problem focused coping

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	21.00	1	.6	.6	.6
	23.00	3	1.7	1.7	2.3
	24.00	4	2.3	2.3	4.6
	25.00	5	2.9	2.9	7.5
	26.00	4	2.3	2.3	9.8
	27.00	2	1.1	1.1	10.9
	28.00	4	2.3	2.3	13.2
	29.00	4	2.3	2.3	15.5
	30.00	8	4.6	4.6	20.1
	31.00	11	6.3	6.3	26.4
	32.00	9	5.2	5.2	31.6
	33.00	10	5.7	5.7	37.4
	34.00	9	5.2	5.2	42.5
	35.00	6	3.4	3.4	46.0
	36.00	11	6.3	6.3	52.3
	37.00	5	2.9	2.9	55.2
	38.00	17	9.8	9.8	64.9
	39.00	5	2.9	2.9	67.8
	40.00	9	5.2	5.2	73.0
	41.00	5	2.9	2.9	75.9
	42.00	4	2.3	2.3	78.2
	43.00	6	3.4	3.4	81.6
	44.00	8	4.6	4.6	86.2
	45.00	10	5.7	5.7	92.0
	46.00	4	2.3	2.3	94.3
	47.00	1	.6	.6	94.8
	48.00	1	.6	.6	95.4
	49.00	2	1.1	1.1	96.6
	50.00	2	1.1	1.1	97.7
	52.00	2	1.1	1.1	98.9
	53.00	1	.6	.6	99.4
	57.00	1	.6	.6	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

**Emotional focused Coping**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	27.00	1	.6	.6	.6
	28.00	2	1.1	1.1	1.7
	31.00	1	.6	.6	2.3
	32.00	1	.6	.6	2.9
	33.00	1	.6	.6	3.4
	34.00	1	.6	.6	4.0
	35.00	2	1.1	1.1	5.2
	37.00	1	.6	.6	5.7
	38.00	1	.6	.6	6.3
	39.00	1	.6	.6	6.9
	40.00	6	3.4	3.4	10.3
	41.00	5	2.9	2.9	13.2
	42.00	4	2.3	2.3	15.5
	43.00	8	4.6	4.6	20.1
	44.00	2	1.1	1.1	21.3
	45.00	2	1.1	1.1	22.4
	46.00	3	1.7	1.7	24.1
	47.00	3	1.7	1.7	25.9
	48.00	7	4.0	4.0	29.9
	49.00	8	4.6	4.6	34.5
	50.00	7	4.0	4.0	38.5
	51.00	3	1.7	1.7	40.2
	52.00	2	1.1	1.1	41.4
	53.00	7	4.0	4.0	45.4
	54.00	8	4.6	4.6	50.0
	55.00	8	4.6	4.6	54.6
	56.00	3	1.7	1.7	56.3
	57.00	9	5.2	5.2	61.5
	58.00	9	5.2	5.2	66.7
	59.00	8	4.6	4.6	71.3
	60.00	7	4.0	4.0	75.3
	61.00	5	2.9	2.9	78.2
	62.00	4	2.3	2.3	80.5
	63.00	5	2.9	2.9	83.3
	64.00	4	2.3	2.3	85.6
	65.00	3	1.7	1.7	87.4
	66.00	3	1.7	1.7	89.1
	67.00	3	1.7	1.7	90.8
	68.00	2	1.1	1.1	92.0
	69.00	2	1.1	1.1	93.1
	70.00	3	1.7	1.7	94.8
	72.00	3	1.7	1.7	96.6
	73.00	1	.6	.6	97.1
	74.00	1	.6	.6	97.7
	75.00	1	.6	.6	98.3
	78.00	1	.6	.6	98.9
	81.00	1	.6	.6	99.4
	82.00	1	.6	.6	100.0
	Total	174	100.0	100.0	

## PENGANTAR

Para Siswa-siswi yang saya hormati, perkenankanlah saya untuk menyita waktu dan perhatian anda sejenak untuk mengisi skala ini. Dalam skala ini kepada anda akan disajikan sejumlah pernyataan-pernyataan, bacalah dan pahamiilah setiap pernyataan tersebut. Untuk itu, dengan segala hormat saya mohon bantuan anda untuk menjawab pernyataan-pernyataan ini. Tidak ada pendapat saudara yang salah, sepanjang pendapat yang diberikan menggambarkan kondisi, pikiran, dan perasaan anda yang sebenarnya. Semua keterangan yang anda berikan akan dijamin kerahasiaannya, ini semua dilakukan semata-mata hanya dipergunakan untuk data penelitian saja, tidak akan ada pengaruhnya dengan kehidupan anda selanjutnya. Pastikan tidak ada jawaban yang tertinggal.

Atas segala kesediaan, bantuan, dan waktu yang anda berikan, saya mengucapkan terima kasih.

## PETUNJUK MENGERJAKAN

Berikut ini kepada anda akan disajikan sejumlah pernyataan, bacalah pernyataan tersebut, kemudian berilah tanda silang (**X**) pada pilihan jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan kondisi anda. Pilihlah:

- SS** : Jika saudara **Sangat Setuju** dengan pernyataan tersebut
- S** : Jika saudara **Setuju** dengan pernyataan tersebut
- TS** : Jika saudara **Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut
- STS** : Jika saudara **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan tersebut

Contoh:

<b>No</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
1	<i>Dalam memberikan tugas, pimpinan tidak peduli dengan kesulitan yang dialami bawahan.</i>		X		

**“ Selamat Mengerjakan “**



Peneliti

**Afifah Rahim**

**IDENTITAS SUBJEK**

**Nama / Inisial** :  
**Jenis Kelamin** :  
**Umur** :

**SKALA I**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
01	Saya yakin bahwa saya akan dapat menemukan cara penyelesaian atas masalah sulit yang saya hadapi				
02	Saya berusaha tetap tersenyum meskipun sedang menghadapi masalah				
03	Saya dapat merasakan masalah orang lain ketika mereka bercerita/curhat pada saya				
04	Saya dapat dipercaya teman-teman sebagai tempat curhat yang baik				
05	Saya kurang tahu penyebab kekecewaan yang saya rasakan				
06	Saya sering marah tanpa terkontrol kepada orang lain ketika sedang dalam masalah				
07	Saya merasa sangat sulit menyelesaikan masalah-masalah dalam hidup saya				
08	Saya merasa biasa saja melihat orang lain ditimpa masalah				
09	Saya tahu bahwa saya mempunyai kemampuan untuk dapat memecahkan masalah dengan sebaik mungkin				
10	Apabila saya melakukan kesalahan pada orang lain maka dengan cepat saya akan meminta maaf				
11	Ketika usaha dalam penyelesaian masalah gagal, saya tidak akan ragu mengubah strategi untuk memperbaiki kegagalan itu				
12	Saya dapat merasakan kesedihan seseorang karena masalahnya				
13	Jika saya dimusuhi oleh orang lain yang				

	tersangkut masalah, saya akan tetap bersikap baik padanya				
14	Sebenarnya saya merasa takut bila mendapatkan sebuah masalah tapi saya selalu terbuka menerima masalah itu				
15	Saya kurang yakin orang lain dapat menolong untuk menyelesaikan masalah saya				
16	Ketika sedang mempunyai banyak masalah, saya menjadi malas untuk mengerjakan tugas-tugas yang lain				
17	Saya selalu memilih teman untuk tempat curhat				
18	Saya tidak dapat menyembunyikan perasaan gembira ketika saya dapat menyelesaikan masalah dengan baik				
19	Jika sedang mempunyai masalah, saya akan bercerita pada teman untuk mengurangi beban pikiran saya				
20	Saya berusaha untuk tetap bertahan dalam menghadapi suatu kegagalan				
21	Ketika seorang teman bercerita tentang masalahnya, saya dapat ikut merasakan kesulitannya itu				
22	Ketika diganggu dalam menyelesaikan masalah, saya akan memberi tahu orang itu bahwa saya tidak mau diganggu				
23	Saya kadang tidak tahu apa yang menjadi penyebab kesedihan saya				
24	Saya akan santai meskipun masalah sudah menumpuk,				
25	Apabila ada permasalahan dengan teman-teman, saya enggan untuk memperbaiki hubungan kami yang kurang baik				
26	Rasa optimis memacu saya untuk dapat menyelesaikan suatu masalah dengan baik				
27	Saya dapat merasakan jika seorang teman menunjukkan ketidakpeduliannya terhadap masalah yang saya ceritakan				
28	Walaupun sedang menghadapi suatu masalah, hal itu tidak akan mengganggu hubungan pertemanan antara saya dengan teman-teman				
29	Saya tidak ingin bersenang-senang dulu sebelum masalah dapat diselesaikan				
30	Saya akan memberikan komentar yang pedas, kepada seseorang yang bersalah kepada saya				

31	Saya merasa bosan menghadapi masalah dalam hidup saya				
32	Saya selalu cuek apabila teman-teman curhat masalahnya pada saya				
33	Saya adalah tempat curhat yang tidak menyenangkan di mata teman-teman				

## **SKALA II**

**SS** : Sangat Setuju  
**S** : Setuju  
**TS** : Tidak Setuju  
**STS** : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
01	Saya selalu menghancurkan barang-barang ketika ada masalah				
02	Saya senang jika ada orang lain yang peduli dengan masalah yang sedang saya hadapi				
03	Saya akan memikirkan cara terbaik untuk menyelesaikan masalah				
04	Ketika ada masalah saya selalu berusaha untuk sabar				
05	Saya anggap masalah sebagai perjuangan hidup agar tidak stres				
06	Saya tetap bersemangat melakukan aktivitas walaupun sedang dalam masalah				
07	Setiap ada masalah saya selalu ikhlas menghadapinya				
08	Untuk menghilangkan kebosanan saya akan jalan-jalan dengan teman-teman				
09	Saya sering acuh pada orang lain yang menawarkan bantuan terhadap jalan keluar permasalahan yang sedang saya hadapi				
10	Saya sering mengulur-ngulur waktu dalam penyelesaian masalah				
11	Pada saat merasa tertekan saya sulit mengatur pernapasan untuk menetralsir perasaan saya				
12	Saya sulit memikirkan hal-hal yang positif ketika sedang dalam masalah				
13	Saya ingin memukul orang yang sering meremehkan masalah saya				

14	Saya selalu meminta nasehat kepada orang yang lebih tua tentang masalah saya				
15	Saya mencari solusi yang tepat untuk mengatasi masalah yang tengah saya alami				
16	Pada saat tertekan saya berusaha untuk menenangkan diri agar tidak terbawa perasaan				
17	Setiap masalah ada, saya menganggap sebagai hal yang biasa saja				
18	Saya percaya setiap masalah itu mempunyai hikmah positif bagi pendewasaan diri				
19	Saya akan terus berjuang mengarungi hidup meskipun saya dilanda banyak masalah				
20	Saya merasa percuma saja meminta nasehat kepada orang yang lebih tua tentang masalah saya				
21	Saya sulit memikirkan cara terbaik untuk menyelesaikan suatu masalah				
22	Saya tidak dapat istirahat dengan tenang ketika sedang ada masalah				
23	Saya sering menunda-nunda pekerjaan apabila sedang ada masalah				
24	Kegiatan yang dilakukan selalu berantakan ketika saya mendapatkan masalah				
25	Saya menganggap rencana masa depan akan menjadi berantakan apabila menerima banyak masalah yang saya hadapi				
26	Saya merasa bosan dengan hidup yang sedang dijalani karena masalah saya tidak ada jalan keluarnya				
27	Curhat dengan orang lain yang mengerti masalah saya akan menenangkan hati saya				
28	Saya merencanakan setiap kegiatan yang akan saya lakukan dengan baik				
29	Saya menenangkan pikiran sejenak pada saat saya ada masalah				
30	Saya berpikir bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya				
31	Saya akan berolahraga untuk menenangkan diri				
32	Kata-kata Istigfar selalu saya ucapkan apabila mendapatkan masalah				
33	Saya lebih baik curhat dengan diri sendiri dari pada curhat dengan orang lain mengenai masalah saya				
34	Saya sulit merencanakan dengan baik kegiatan yang akan dilakukan dengan baik				

35	Saya sulit berkonsentrasi apabila mendapatkan sebuah masalah				
36	Saya khawatir ketika tidak mendapatkan jalan keluar buat sebuah masalah				
37	Saya merasa kesal apabila masalah datang kepada saya				

**Uji Validitas**  
**Skala Kecerdasan Emosional**

\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*

R E L I A B I L I T Y    A N A L Y S I S - S C A L E    ( A L P H A )

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	121.3000	124.0101	.4528	.8792
VAR00002	121.0600	121.6529	.4743	.8783
VAR00003	121.4100	125.9413	.2814	.8816
VAR00004	120.8600	121.1923	.5065	.8777
VAR00005	120.7700	121.9971	.5066	.8779
VAR00006	121.3900	123.7353	.4059	.8797
VAR00007	121.0100	119.8686	.6206	.8757
VAR00008	121.0600	123.0671	.4016	.8797
VAR00009	121.6100	123.4322	.3733	.8802
VAR00010	121.3000	127.8889	.1263	.8836
VAR00011	121.3500	121.5631	.5242	.8775
VAR00012	121.4600	123.8469	.3462	.8806
VAR00013	121.4700	122.7567	.4464	.8789
VAR00014	121.4900	122.9999	.3662	.8803
VAR00015	121.4400	124.9560	.3455	.8806
VAR00016	121.0300	121.7668	.4337	.8790
VAR00017	121.4400	124.9560	.3455	.8806
VAR00018	121.2000	123.6970	.4205	.8795
VAR00019	121.3900	126.2807	.1883	.8834
VAR00020	121.1200	123.7834	.3660	.8803
VAR00021	121.0100	121.1009	.5362	.8772
VAR00022	121.0600	122.1580	.4625	.8786
VAR00023	121.2600	119.6691	.5082	.8774
VAR00024	120.9200	123.5693	.4017	.8797
VAR00025	121.4900	123.2625	.3501	.8807
VAR00026	121.4400	124.6125	.3728	.8802
VAR00027	121.2200	125.7693	.3452	.8808
VAR00028	120.9300	124.6718	.2905	.8816
VAR00029	120.8900	120.4221	.5340	.8771
VAR00030	121.9700	127.6456	.0601	.8877
VAR00031	121.5100	124.7575	.3643	.8804
VAR00032	121.4900	123.2625	.3501	.8807
VAR00033	121.2600	128.0125	.0745	.8855
VAR00034	121.3300	124.7688	.3934	.8800
VAR00035	121.1200	122.5107	.3954	.8798
VAR00036	121.6900	129.0443	.0148	.8862
VAR00037	121.3500	121.5631	.5242	.8775
VAR00038	120.9400	121.9156	.5377	.8775
VAR00039	120.8800	124.6521	.3544	.8805
VAR00040	121.5100	124.2928	.3257	.8810

Reliability Coefficients

N of Cases = 100.0

N of Items = 40

Alpha = .8828

## Uji Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*  
R E L I A B I L I T Y   A N A L Y S I S - S C A L E   ( A L P H A )

### Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	100.6600	108.0651	.4497	.8943
VAR00002	100.4200	105.2562	.5138	.8929
VAR00004	100.2200	104.1531	.5941	.8914
VAR00005	100.1300	105.2254	.5778	.8919
VAR00006	100.7500	108.0884	.3805	.8953
VAR00007	100.3700	103.5284	.6678	.8902
VAR00008	100.4200	107.3774	.3846	.8953
VAR00009	100.9700	106.4536	.4464	.8942
VAR00011	100.7100	105.7231	.5257	.8928
VAR00012	100.8200	107.3612	.3820	.8953
VAR00013	100.8300	107.4355	.4026	.8949
VAR00014	100.8500	106.8359	.3817	.8955
VAR00015	100.8000	109.0505	.3335	.8960
VAR00016	100.3900	104.4019	.5336	.8925
VAR00017	100.8000	109.0505	.3335	.8960
VAR00018	100.5600	108.0267	.3966	.8950
VAR00020	100.4800	107.7067	.3735	.8954
VAR00021	100.3700	105.9324	.4907	.8934
VAR00022	100.4200	106.2865	.4630	.8939
VAR00023	100.6200	103.3087	.5482	.8921
VAR00024	100.2800	107.9612	.3749	.8954
VAR00025	100.8500	109.3207	.2201	.8986
VAR00026	100.8000	108.6061	.3714	.8954
VAR00027	100.5800	110.2663	.2855	.8965
VAR00029	100.2500	103.0379	.6464	.8903
VAR00031	100.8700	108.1142	.4170	.8947
VAR00032	100.8500	109.3207	.2201	.8986
VAR00034	100.6900	108.7413	.3932	.8951
VAR00035	100.4800	106.1309	.4274	.8946
VAR00037	100.7100	105.7231	.5257	.8928
VAR00038	100.3000	105.7879	.5607	.8923
VAR00039	100.2400	108.1438	.3941	.8951
VAR00040	100.8700	108.8011	.2885	.8969

### Reliability Coefficients

N of Cases = 100.0

N of Items = 33

Alpha = .8973

**Uji Validitas**  
**Skala Strategi Koping**

\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*

R E L I A B I L I T Y    A N A L Y S I S - S C A L E    ( A L P H A )

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	120.3100	320.8827	.3056	.9188
VAR00002	120.3100	316.6201	.4681	.9173
VAR00003	120.9200	307.8521	.6476	.9153
VAR00004	120.0400	317.3923	.5460	.9169
VAR00005	120.3900	314.9474	.5804	.9165
VAR00006	120.6700	320.4254	.3176	.9187
VAR00007	120.5400	318.5337	.3576	.9184
VAR00008	120.5100	314.1514	.5724	.9164
VAR00009	120.3900	322.0181	.2974	.9188
VAR00010	120.3400	315.6206	.5054	.9170
VAR00011	120.6800	310.7653	.6249	.9157
VAR00012	120.2900	311.6423	.6282	.9158
VAR00013	121.0300	306.8375	.7020	.9148
VAR00014	120.4300	333.0557	-.1242	.9225
VAR00015	120.1400	329.0711	.0221	.9210
VAR00016	120.3900	322.0181	.2974	.9188
VAR00017	121.0200	313.1511	.5497	.9165
VAR00018	120.7200	313.3349	.4938	.9170
VAR00019	120.6000	312.7677	.5841	.9162
VAR00020	120.6000	307.4141	.7008	.9149
VAR00021	120.3100	320.8827	.3056	.9188
VAR00022	120.3000	312.7980	.5557	.9164
VAR00023	121.3100	315.8322	.4719	.9173
VAR00024	120.3700	321.4274	.2924	.9189
VAR00025	120.9000	320.0101	.2760	.9193
VAR00026	120.6900	314.7009	.4828	.9171
VAR00027	120.6200	313.4501	.5684	.9164
VAR00028	120.4600	319.8267	.3376	.9185
VAR00029	120.7900	307.9049	.6486	.9153
VAR00030	120.3600	313.2428	.5251	.9167
VAR00031	120.5800	309.5390	.6318	.9156
VAR00032	120.4600	317.0792	.4280	.9177
VAR00033	121.1100	319.8767	.2672	.9195
VAR00034	121.4300	318.1466	.3584	.9184
VAR00035	121.0400	318.7863	.3385	.9186
VAR00036	120.6000	312.5253	.5566	.9164
VAR00037	120.3200	318.8663	.3512	.9184
VAR00038	119.9100	331.6787	-.0842	.9215
VAR00039	120.3000	337.4646	-.2725	.9239
VAR00040	120.1300	317.9122	.4623	.9175
VAR00041	120.8300	305.5163	.7391	.9144
VAR00042	120.9700	305.7062	.7377	.9144



VAR00043	120.4700	317.5647	.4242	.9177
VAR00044	120.8600	319.4752	.3464	.9184
VAR00045	120.8900	314.7252	.4360	.9176
VAR00046	121.1100	319.8767	.2672	.9195
VAR00047	120.6500	311.0581	.5367	.9165
VAR00048	119.9600	334.5034	-.2164	.9222

Reliability Coefficients

N of Cases = 100.0

N of Items = 48

Alpha = .9193

## Uji Reliabilitas Skala Strategi Koping

\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*  
R E L I A B I L I T Y    A N A L Y S I S - S C A L E    ( A L P H A )

### Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
VAR00001	90.6700	283.2940	.2969	.9362
VAR00002	90.6700	278.1425	.5047	.9344
VAR00003	91.2800	270.2238	.6682	.9327
VAR00004	90.4000	279.7374	.5493	.9342
VAR00005	90.7500	276.9167	.6058	.9336
VAR00006	91.0300	282.3122	.3299	.9359
VAR00007	90.9000	280.1717	.3820	.9355
VAR00008	90.8700	277.2052	.5541	.9340
VAR00010	90.7000	277.7879	.5190	.9343
VAR00011	91.0400	273.1701	.6399	.9331
VAR00012	90.6500	273.6035	.6591	.9330
VAR00013	91.3900	269.1292	.7284	.9321
VAR00017	91.3800	276.5208	.5235	.9342
VAR00018	91.0800	275.3875	.5138	.9343
VAR00019	90.9600	274.7459	.6113	.9334
VAR00020	90.9600	269.9580	.7177	.9323
VAR00021	90.6700	283.2940	.2969	.9362
VAR00022	90.6600	274.9539	.5750	.9337
VAR00023	91.6700	278.9304	.4491	.9349
VAR00026	91.0500	277.9874	.4568	.9348
VAR00027	90.9800	276.7875	.5416	.9341
VAR00028	90.8200	281.7653	.3493	.9357
VAR00029	91.1500	269.7854	.6858	.9325
VAR00030	90.7200	275.6380	.5342	.9341
VAR00031	90.9400	271.8347	.6525	.9329
VAR00032	90.8200	279.5430	.4263	.9351
VAR00034	91.7900	281.5817	.3206	.9362
VAR00035	91.4000	281.4545	.3259	.9361
VAR00036	90.9600	275.4933	.5468	.9340
VAR00037	90.6800	280.9269	.3599	.9357
VAR00040	90.4900	279.8484	.4811	.9346
VAR00041	91.1900	268.9231	.7299	.9321
VAR00042	91.3300	268.9102	.7351	.9321
VAR00043	90.8300	279.4557	.4434	.9349
VAR00044	91.2200	281.9511	.3386	.9359
VAR00045	91.2500	277.6641	.4233	.9353
VAR00047	91.0100	273.6060	.5443	.9340

### Reliability Coefficients

N of Cases = 100.0

N of Items = 37

Alpha = .9360

Tabulasi Data Penelitian Skala Strategi Koping  
Nomor Aitem

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	Jumlah	
1	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	3	3	2	4	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	4	2	2	2	3	97	
2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	4	3	2	3	1	2	3	3	2	3	1	2	3	2	4	3	2	3	4	4	3	2	3	1	96	
3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	96	
4	3	3	3	1	1	2	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	4	4	3	4	3	2	3	1	3	3	4	2	2	2	1	1	1	1	2	4	84	
5	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	102	
6	4	4	4	3	3	1	3	3	4	4	4	4	4	1	1	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	1	4	4	4	4	4	1	1	3	3	3	117	
7	3	3	4	1	2	1	2	2	4	4	4	4	4	2	2	2	1	1	3	4	4	3	4	1	2	1	1	3	4	4	4	4	4	2	2	2	1	1	96
8	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	97	
9	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	1	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	101	
10	1	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	3	1	1	3	3	3	86	
11	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	89	
12	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	4	3	3	117	
13	3	3	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	96	
14	2	2	3	1	3	3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	97	
15	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	3	3	91	
16	4	3	3	1	3	3	1	1	4	4	4	3	3	1	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	1	2	2	3	3	105	
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	109
18	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	85	
19	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	1	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	1	3	4	125	
20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	105
21	4	4	4	3	2	1	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	1	3	2	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	118	
22	3	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	107		
23	2	2	3	2	2	3	1	3	1	1	3	1	3	2	1	1	1	3	4	3	4	1	1	3	2	2	3	1	1	3	1	3	2	1	1	1	3	75	
24	3	3	3	1	1	1	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	3	3	1	3	3	2	2	3	2	1	1	3	3	2	2	3	1	1	1	3	3	79	
25	3	2	4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	92		
26	3	2	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	92	
27	1	3	2	1	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	75



57	3	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	55			
58	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	4	2	3	2	1	2	1	2	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	1	4	2	3	2	1	2	1	2	79			
59	2	1	3	2	2	3	2	3	2	1	2	1	4	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	1	4	2	2	1	2	2	74				
60	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	105				
61	4	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	1	2	2	3	3	102			
62	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	3	68			
63	2	2	3	2	4	4	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	2	4	2	4	1	2	1	2	3	4	4	1	3	2	3	3	4	3	4	2	4	105			
64	2	2	1	1	4	4	3	1	1	1	2	1	1	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	4	4	4	1	1	2	1	1	4	4	4	4	4	91			
65	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75			
66	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	1	2	3	1	3	2	2	2	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	4	3	1	2	3	62		
67	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	95			
68	2	3	3	1	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	3	2	86			
69	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	133			
70	3	3	4	3	1	2	3	2	3	3	3	2	4	3	1	3	3	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	1	3	3	1	91			
71	2	2	3	1	1	1	1	2	3	1	4	1	2	1	1	4	1	2	4	1	3	2	1	1	2	1	2	3	1	4	1	2	1	1	4	1	2	70			
72	3	3	2	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	1	2	2	1	1	1	1	1	70			
73	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3	4	3	3	1	1	2	4	4	3	3	4	3	2	3	1	4	2	4	3	4	3	3	1	1	2	4	4	101			
74	3	3	4	2	4	4	4	3	1	4	4	2	3	2	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	1	1	2	4	4	2	3	2	4	4	3	3	112			
75	1	1	3	1	1	1	2	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	4	3	3	4	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	1	2	4	67			
76	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	102		
77	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	3	2	1	2	3	3	83			
78	4	4	4	2	4	4	4	3	1	3	3	2	3	2	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	2	2	2	3	3	2	3	2	4	4	3	3	114			
79	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	77			
80	3	3	4	2	2	2	3	1	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	1	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	110			
81	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	2	3	3	1	1	2	4	4	3	4	3	1	1	3	2	2	1	1	1	2	3	3	1	1	2	4	4	85			
82	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	4	1	2	3	2	3	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	3	2	74
83	3	4	2	2	2	3	1	3	4	3	4	2	4	3	2	1	4	3	2	4	3	3	4	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	2	1	4	3	104			
84	2	2	3	2	1	1	2	1	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	1	4	2	1	1	2	2	2	2	2	4	4	4	1	1	1	1	1	4	79			
85	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	3	3	3	92			

86	4	3	3	1	4	1	1	3	2	3	4	4	4	1	1	1	1	4	1	4	4	1	3	4	4	4	4	1	3	4	4	4	1	1	1	1	4	98				
87	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	51				
88	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	85				
89	1	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	4	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	70				
90	4	4	4	3	3	1	3	3	4	4	4	4	4	1	1	3	3	3	4	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	1	3	3	3	111			
91	2	3	3	3	3	4	1	2	3	2	2	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	2	2	2	80
92	4	2	4	1	3	1	1	2	3	4	2	3	3	2	2	1	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	2	2	1	3	3	100				
93	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	130			
94	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	74			
95	1	3	2	1	4	3	2	3	3	1	4	4	4	3	4	2	2	2	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	1	4	4	4	4	3	4	2	2	2	102			
96	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	98		
97	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	4	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	4	95	
98	4	1	4	1	3	2	4	3	4	3	4	4	4	1	1	1	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	1	1	1	3	3	4	112			
99	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	108	
100	1	3	2	1	1	1	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	3	61			
101	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	4	4	4	1	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	1	1	1	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	3	98			
102	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	89	
103	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	87		
104	3	3	4	3	2	1	3	4	3	2	3	3	2	2	2	4	4	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	4	4	4	4	109			
105	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	3	2	2	2	58			
106	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	98		
107	2	2	3	1	1	3	4	1	2	2	3	2	1	1	1	1	1	2	4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	65				
108	2	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	1	1	1	2	2	81				
109	1	3	3	3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	4	4	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	1	1	1	4	4	4	2	2	92				
110	3	3	4	1	2	2	3	3	3	2	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	1	2	2	3	2	88				
111	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	90				
112	2	2	3	1	1	4	3	2	2	3	2	3	4	1	1	1	3	4	4	3	3	2	1	3	3	1	1	3	3	2	3	4	1	1	1	3	4	88				
113	2	3	4	1	3	2	4	4	3	2	3	3	3	2	1	2	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	4	4	101				
114	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	81				

115	3	3	1	3	2	1	2	2	3	4	3	2	1	1	2	2	3	2	3	4	2	1	2	3	2	1	1	2	2	3	2	81							
116	3	3	3	1	2	1	2	2	2	1	3	3	4	1	1	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	1	3	3	4	1	1	2	2	3	83	
117	2	3	3	2	1	1	1	3	3	2	2	3	3	1	1	1	1	3	3	2	3	2	2	3	2	1	2	4	2	2	3	3	1	1	1	1	3	77	
118	2	3	3	1	2	2	3	3	2	1	2	2	3	1	1	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	3	79	
119	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	91		
120	1	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	1	3	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	2	3	71	
121	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	93	
122	4	4	2	1	4	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	2	2	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	3	1	1	2	1	2	77	
123	1	1	1	4	4	4	4	4	1	2	3	4	2	2	1	3	3	3	2	2	1	1	1	3	1	1	1	1	2	3	4	2	2	1	3	3	3	84	
124	2	2	2	1	1	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	69	
125	3	3	2	1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	3	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	53	
126	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	3	4	3	118	
127	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	1	1	3	3	4	4	4	2	2	3	2	2	3	4	3	3	2	2	1	1	1	3	3	94	
128	1	1	2	1	1	1	2	2	3	1	3	1	2	1	1	3	2	2	3	3	3	1	1	3	1	1	3	1	1	3	1	2	1	1	3	2	2	66	
129	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	92	
130	2	4	3	1	1	1	3	3	1	3	4	3	2	1	1	1	3	3	2	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	2	1	1	1	3	3	92	
131	3	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	2	4	3	4	3	4	3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	1	3	2	4	3	4	80
132	4	4	4	3	1	1	3	3	4	4	4	4	4	3	1	1	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	1	1	3	3	112	
133	1	3	3	1	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	3	4	4	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	74	
134	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	1	3	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	1	78	
135	1	2	3	1	1	1	3	3	2	1	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4	4	1	1	3	2	2	1	1	1	1	2	66	
136	1	4	3	2	2	3	4	3	1	1	4	1	3	3	1	3	3	3	4	4	1	1	1	3	3	4	3	1	1	4	1	3	3	1	3	3	3	92	
137	2	2	3	1	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	1	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	3	76	
138	2	2	2	3	4	1	1	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	1	1	2	3	72	
139	2	1	3	2	1	1	3	3	3	1	3	2	1	1	1	1	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	1	2	3	67	
140	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	124	
141	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	84	
142	2	1	2	1	2	3	3	1	3	2	1	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	2	4	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	3	85	
143	4	3	4	3	2	3	1	3	3	4	3	2	2	1	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	1	1	4	3	3	101	

144	3	3	3	1	1	2	3	3	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	3	3	3	1	1	4	2	2	2	4	1	3	2	3	1	1	2	2	3	82	
145	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	100	
146	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	96		
147	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3	99	
148	4	3	2	2	3	2	4	3	3	4	3	2	1	2	1	2	3	2	4	2	1	1	3	1	2	2	1	3	4	3	2	1	2	1	2	3	2	86	
149	2	2	2	2	2	2	2	1	4	1	2	3	2	3	1	2	1	1	3	1	3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	3	2	3	1	2	1	1	71	
150	1	2	4	1	2	2	2	3	3	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	3	4	1	1	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	68	
151	4	4	3	1	2	2	3	2	3	3	4	3	3	1	1	1	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	1	1	1	3	2	95	
152	2	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	4	114	
153	3	4	4	1	1	4	2	3	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	4	3	3	4	4	1	2	2	2	3	4	4	4	1	1	1	1	1	1	87	
154	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	98	
155	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	1	2	1	1	1	4	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	94
156	4	4	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	1	3	3	3	4	3	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	96	
157	2	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	1	2	3	4	3	2	2	1	3	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	1	2	83	
158	1	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	67	
159	1	3	1	1	1	4	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	1	1	3	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	63	
160	3	3	3	1	4	4	3	3	1	4	3	2	4	2	4	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	2	2	2	4	3	2	4	2	4	4	3	3	113	
161	4	4	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	1	4	1	1	1	4	4	3	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	1	4	1	1	1	101	
162	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	106	
163	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	4	4	1	1	2	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	100	
164	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	2	3	3	95	
165	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	102	
166	2	2	1	3	1	1	1	1	2	1	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	1	4	3	2	2	2	2	2	2	77	
167	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	1	2	2	3	2	3	3	4	4	3	3	3	115	
168	3	2	1	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	1	4	4	3	3	4	1	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	1	101
169	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	3	4	3	4	4	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	1	1	2	3	98	
170	3	3	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	2	4	3	2	4	1	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	1	117	
171	2	2	1	4	3	4	3	3	3	1	1	2	3	1	3	4	4	3	3	2	1	1	2	2	1	3	3	2	1	1	2	3	1	3	4	4	3	89	
172	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	1	3	1	3	4	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	2	2	1	3	1	102	



173	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	139
174	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	1	4	3	4	2	3	2	3	3	2	2	105

