Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah orang yang melanjutkan masa belajarnya ke universitas, sekolah tinggi atau yang setingkat. Dalam hal ini banyak tuntutan yang harus dilakukan oleh mahasiswa baik tuntutan dalam diri maupun tuntutan eksternal (Kariv dan Heiman, 2005). Tuntutan tersebut diantaranya penyelesaian tugas-tugas, pembuatan laporan, makalah, ujian, tuntutan dosen, tuntutan orang tua dan tuntutan lingkungan yang akan menjadi penentu mahasiswa tersebut mengalami keberhasilan atau mengalami kegagalan. Banyaknya tuntutan yang dimiliki oleh mahasiswa menuntut mahasiswa untuk lebih dewasa dan bertangung jawab agar dapat menyelesaikan tuntutan tersebut dengan baik. Namun, pada kenyataannya tidak jarang mahasiswa yang mengalami stres karena tidak dapat menyelesaikan tuntutan tersebut dengan baik.

Data yang diperoleh dari hasil penelitian Legiran, Aziz dan Bellinawati (2015) menyatakan bahwa 50,8% mahasiswa mengalami stres. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kusumaningrum (2013) menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami stress ringan sebanyak 16%, stres sedang sebanyak 77,3% dan stres berat 6,7%. Penelitian yang dilakukan Sutjiato, Kandou dan Tucunan (2015), menemukan mahasiswa mengalami stres berat karena pengaruh dosen yang kurang baik sebesar 27,6% sedangkan stres ringan sebanyak 17,2%. Data hasil penelitian yang dilakukan Devi dan Mohan (2015), menemukan sebanyak 85,71% mahasiswa mengalami stres karena masalah akademik, stres karena dosen 67%,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

stres karena kurangnya dukungan dari orangtua 68%, stres karena lingkungan sosial pada laki-laki 26,73% dan pada perempuan 11,5%, stres karena faktor emosional 66% dan stres karena faktor keuangan pada laki-laki 23,5% dan pada perempuan 32%.

Data yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Ikhlaus (2015) yang dilakukan di UIN Sultan Syarif Kasim Riau menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres yaitu stres pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan stres pada laki-laki (rata-rata perempuan $\mu = 72$; rata-rata laki-laki $\mu = 70$). Stres yang dialami oleh mahasiswa disebabkan oleh beberapa faktor yaitu penyelesaian tugas, ujian, orangtua dan dipengaruhi oleh kualitas religiusitas yang dimiliki oleh mahasiswa. Sehingga hal ini cenderung dapat menjadi salah satu sumber stres yang dialami oleh mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Menurut Selye (dalam Santrock, 2003), stres adalah respon umum terhadap adanya tuntutan pada tubuh. Tuntutan tersebut mengharuskan individu untuk menyesuaikan diri dan mengakibatkan keseimbangan tubuh terganggu. Sedangkan Lazarus dan Folkman (dalam Aryani, 2016) mendefinisikan stres sebagai reaksi fisik dan psikologis terhadap tuntutan hidup yang membebani kehidupan seseorang dan akan mengganggu kesejahteraan hidupnya. Stres terjadi akibat ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan.

Stres dapat bersumber dari keadaan dalam diri individu, keluarga, komunitas, masyarakat (Sarafino dan Smith, 2012), pikiran (Andresan dalam Musdianur 2016), faktor keuangan (Heckman dan Montalto, 2014). Selanjutnya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

Khan dan Yahya (2013) menemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres dikalangan mahasiswa yaitu stres keluarga, stres emosional, stres keuangan dan stres sosial. Sedangkan Calaguas (2012) juga menemukan bahwa faktor-faktor yang penyebab stres pada mahasiswa yaitu diri individu, dosen, teman sekelas, ruangan kelas, keuangan dan harapan.

Stres yang melebihi tahap tertentu apabila tidak dikelola dengan sebaik-baiknya akan menimbulkan berbagai dampak negatif bagi mahasiswa (Romas & Sharma, 2004). Dampak negatif tersebut bisa merupakan gejala fisik maupun psikologis. Menurut Hardjana (dalam Wijaya, 2010) gejala-gejala yang timbul akibat stres antara lain: (1) gejala fisikal antara lain tidur tidak teratur (insomnia), mudah lelah, diare, urat tegang terutama pada leher dan bahu, (2) gejala emosional antara lain gelisah, mudah marah dan merasa harga diri menurun, (3) gejala intelektual antara lain susah berkonsentrasi dan sulit atau lambat membuat keputusan, (4) gejala interpersonal antara lain kehilangan kepercayaan terhadap orang lain, mudah mempersalahkan orang lain dan tidak peduli dengan orang lain.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa gejala-gejala stres seperti gejala fisik dan psikologis juga dialami oleh mahasiswa UIN SUSKA Riau. Gejala fisik seperti sakit kepala, pusing, urat tegang terutama pada leher dan bahu, insomnia, sakit maag, tidak nafsu makan, mual-mual, dan muntah. Gejala psikologis seperti mudah marah, mudah cemas, mudah menangis, mudah terisinggung, sulit berkonsentrasi, daya ingat menurun, tidak peduli dengan lingkungan, dan mudah menyalahkan orang lain.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

Dampak negatif dari stres yang terjadi terus-menerus seperti gelisah, kram di leher dan bahu, sakit kepala, kesulitan bernapas, mengkonsumsi obat-obatan secara berlebihan (Aggola dan Ongori, 2009), serangan jantung, stroke, cemas, agresi (Miller, 2010), insomnia (Muldianto, Bidjuni dan Lolong, 2015), keluhan dispepsia (Rahma, Fernandez dan Nurina, 2016), tekanan darah tinggi (Mahmud dan Uyun, 2016), sakit perut, maag, selera makan menurun, kehilangan semangat, mudah lupa, sikap acuh tak acuh pada lingkungan, apatis, agresif, minder, menurunnya produktivitas, menurunnya dorongan untuk berprestasi (Rice dalam Safaria dan Saputra, 2009).

Selanjutnya dampak negatif dari stres seperti kurang terlibat dalam interaksi di kelas (Carton dan Goodboy, 2015), depresi (Jayanthi, Thirunavukarasu, dan Rajkumar, 2015), konflik interpersonal, penurunan prestasi akademik (Pourrajab, Rabbani, dan Kasmaienezhadfard, 2014), gangguan kesehatan, daya tahan tubuh menurun, sering pusing, lesu, sedih, mudah marah, sulit berkonsentrasi, frustasi, menunda-nunda tugas kuliah, malas kuliah, penyalahan obat dan alkohol terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebihan dan beresiko tinggi (Kariv dan Heiman, 2005). Shenoy (2000), mengatakan stres dalam tingkat keparahan yang tinggi dapat menekan tingkat ketahanan tubuh, bahkan tragisnya bisa sampai pada tindakan brutal (anarkis) atau nekat bunuh diri.

Banyaknya dampak negatif yang ditimbulkan oleh stres, maka diperlukan cara untuk mengurangi atau menghilangkan stres tersebut. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi stres salah satunya adalah kecerdasan emosional. Menurut Salovey dan Mayer (2003) kecerdasan emosional adalah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

bentuk kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan untuk memantau perasaan dan emosi diri sendiri dan orang lain, untuk membedakan perasaan dan emosi tersebut, dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan seseorang.

Pada saat stres, respon emosional akan menghasilkan reaksi seperti cemas, marah, takut, sedih dan emosi negatif lainnya (Colom dan Alcover, 2011). Sehingga kecerdasan emosional merupakan atribut yang dapat memungkinkan seseorang untuk mengenali dan mengelola emosi yang ditimbulkan oleh pengalaman stres (Pau, Croucher, Sohanpal, Muirhead, dan Seymour, 2004). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Moghal, Yasien, Alvi dan Washdev (2016), menemukan bahwa mahasiswa yang mengunakan emosinya dengan cerdas dapat memberikan bantuan terhadap penurunan stres. Hasil penelitian menunjukkan kearah kebutuhan penggabungan program-program peningkatan kecerdasan emosional untuk mengelola stres.

Bryant dan Malone (2015) melakukan penelitian dengan tujuan untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dan stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan stres. Penelitian juga menemukan bahwa usia dan jenis kelamin berdampak pada kecerdasan emosional dan stres. Tingkat kecerdasan emosional mahasiswa dipengaruhi oleh usia dan jenis kelamin. Hasil uji hipotesis 1 menunjukkan bahwa mahasiswa yang lebih tua memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi, hasil uji hipotesis 2 menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi dari pada laki-laki, hasil uji hipotesis 3

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi akan mengalami tingkat stres yang lebih rendah, dan hasil uji hipotesis 4 menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat stres yang lebih rendah dari pada laki-laki.

Terkait beberapa penelitian diketahui juga bahwa stres dapat dihilangkan dengan *sense of humor*. Menurut Irwin dan Thompson (2010), *sense of humor* adalah kemampuan seseorang atau individu untuk melihat suatu sisi yang lebih ringan dan lebih lucu dalam kehidupannya. Abel (2002) juga mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki rasa humor ternyata bisa melihat sisi positif dari pengalamannya yang negatif. Tariq dan Khan (2013) mengatakan bahwa individu yang memiliki pandangan lucu tentang kehidupan akan mengurangi *emotional distress*, pengalaman stres sering diminimalkan, dan membantu dalam mengubah pola pikir negatif. Safaria dan Saputra (2009), juga mengatakan individu yang memiliki kepekaan terhadap humor mampu melakukan introspeksi terhadap perilakunya, dapat berpandangan berbeda, tidak kaku, serta cenderung memandang cara-cara baru dalam menghadapi masalahnya sehingga dapat melatih diri untuk mampu berpikir lebih fleksibel sehingga individu dapat mengendalikan stres yang dialaminya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pramudita (2014) menunjukkan bahwa *sense of humor* memiliki hubungan yang negatif dengan stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi, artinya semakin tinggi *sense of humor* maka akan semakin rendah stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi. Penelitian yang dilakukan oleh Widyowati dan Prlambodo (2016) menunjukkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

bahwa *sense of humor* dapat menurunkan stres kerja. Artinya semakin tinggi *sense of humor* maka akan semakin rendah stres kerja. Sebaliknya semakin rendah kepekaan humor maka akan semakin tinggi stres kerja. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijaya (2017) menunjukkan bahwa humor dapat menurunkan stres dengan *subjective well being* sebagai mediator pada dewasa awal.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Vaezi dan Fallah (2012), menemukan bahwa *sense of humor* dan kecerdasan emosional secara signifikan mampu memprediksi stres pada guru. Artinya semakin tinggi *sense of humor* dan kecerdasan emosional yang dimiliki maka akan semakin rendah stres yang dialami oleh guru. Sebaliknya semakin rendah *sense of humor* dan kecerdasan emosional yang dimiliki maka akan semakin tinggi stres yang dialami oleh guru. Hal ini dikarenakan individu yang cerdas secara emosional mampu memahami kebutuhan mereka dan kebutuhan orang lain, serta memungkinkan mereka untuk mengantisipasi dan mengatasi stres. Selanjutnya, individu dengan rasa humor yang baik lebih akurat dan realistis menilai stres dalam kehidupan mereka dibandingkan individu dengan rasa humor yang rendah. Namun, hanya kecerdasan emosional yang secara terpisah bisa memprediksi stres pada guru.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa sangat beragam. Dari penelitian-penelitian mengenai stres pada mahasiswa (Abel, 2002; Pau, Croucher, Sohanpal, Muirhead, Seymour, 2004; Irwin dan Thompson, 2010; Colom dan Alcover, 2011; Vaezi dan Fallah, 2012; Agung dan Budiani, 2013; Tariq dan Khan, 2013; Pramudita, 2014; Bryant dan Malone, 2015; Moghal, Yasien, Alvi, dan Washdev, 2016), peneliti melihat indikasi bahwa kecerdasan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

emosional dan *sense of humor* pada mahasiswa memiliki peranan penting terkait stres, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dan *sense of humor* dengan stres pada mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan *sense of humor* dengan stres pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik hubungan antara kecerdasan emosional dan *sense of humor* dengan stres pada mahasiswa.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian ini berbeda dari pada penelitian-penelitian sebelumnya yang meneliti keterkaitan antara kecerdasan emosional, *sense of humor* dan stres. Terdapat beberapa perbedaan dalam variabel, subjek, metode, dan lokasi penelitian. Penelitian-penelitian tersebut adalah sebagai berikut.

Penelitian yang dilakukan oleh Vaezi dan Fallah (2012), dengan judul "Sense of Humor and Emotional Intelliegence as Predictor Stress among EFL Teachers". Hasil penelitian menunjukkan nilai beta standar kecerdasan emosional (ß = 0,60, p <0,01) secara signifikan dapat memprediksi stres pada guru, sedangkan nilai beta standar *sense of humor* (ß = 0,22, p> 0,05) yang secara signifikan dapat memprediksi stres pada guru dan tidak dapat memprediksi stres secara terpisah. Artinya semakin tinggi *sense of humor* dan kecerdasan emosional yang dimiliki maka akan semakin rendah stres yang dialami oleh guru. Sebaliknya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

semakin rendah *sense of humor* dan kecerdasan emosional yang dimiliki maka akan semakin tinggi stres yang dialami oleh guru. Namun, hanya kecerdasan emosional yang secara terpisah bisa memprediksi stres pada guru. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Vaezi dan Fallah (2012) adalah sama-sama menggunakan variabel kecerdasan emosional, *sense of humor* dan stres. Penelitian ini juga menggunakan penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Vaezi dan Fallah (2012) terletak pada subjek penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang berada di kota Pekanbaru, sedangkan subjek dalam penelitian Vaezi dan Fallah (2012) adalah guru EFL. Selanjutnya, terdapat juga perbedaan dalam skala yang digunakan pada variabel kecerdasan emosional dan stres. Penelitian Vaezi dan Fallah (2012) menggunakan skala dari Bar-on untuk variabel kecerdasan emosional dan skala dari Fimian untuk variabel stres. Sedangkan penelitian ini menggunakan skala yang disusun berdasarkan teori dari Goleman untuk variabel kecerdasan emosional dan skala yang disusun dari teori Sarafino dan Smith untuk mengukur stres.

Penelitian yang dilakukan oleh Agung dan Budiani (2013) dengan judul penelitian "Hubungan Kecerdasan Emosi dan *Self Efficacy* dengan Tingkat Stres Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi". Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,000 (<0,05) yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dan *self efficacy* secara bersamaan memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat stres, dengan sumbangan yang diberikan oleh kecerdasan emosi dan *self efficacy* sebesar 69,6%. Artinya, sebesar 69,6% tingkat stres dipengaruhi oleh kecerdasan emosi dan *self efficacy*. Sedangkan sisanya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

sebesar 30,4% disebabkan oleh variabel lain. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, serta menghasilkan nilai koefisien regresi pada kecerdasan emosi sebesar 0,024 dengan hubungan yang bersifat negatif. Hubungan ini menyatakan bahwa kenaikan atau penurunan variabel kecerdasan emosi akan mengakibatkan kenaikan dan penurunan variabel terikat stres. Sehingga dapat dikatakan, apabila kecerdasan emosi turun satu tingkatan maka stres diprediksi akan mengalami kenaikan sebesar -02,4%. Sedangkan, jika kecerdasan emosi mengalami penurunan satu tingkatan maka stres diprediksi mengalami kenaikan sebesar -02,4%. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Agung dan Budiani (2013) adalah sama-sama menggunakan variabel kecerdasan emosional dan stres. Selain itu, subjek dalam penelitian ini sama-sama mahasiswa dan menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel *sense of humor*. Selain itu, lokasi penelitian Agung dan Budiani (2013) dilakukan di Surabaya, sedangkan penelitian ini dilakukan di Pekanbaru.

Penelitian yang dilakukan oleh Pramudita (2014), dengan judul penelitian "Hubungan *Sense of Humor* dengan Stres pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi". Hasil penelitian menunjukkan *sense of humor* memiliki hubungan yang negatif dengan stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi, dengan nilai signifikansi sebesar <0,01 dan koefisien korelasi sebesar r = -0,268. Artinya semakin tinggi *sense of humor* maka akan semakin rendah stres pada mahasiswa baru fakultas psikologi. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Pramudita

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

(2014) adalah sama-sama menggunakan variabel *sense of humor* dan stres. Selain itu subjek dalam penelitian ini sama-sama mahasiswa dan metode penelitian kuantitatif korelasional. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel kecerdasan emosi, pada penelitian Pramudita (2014), menggunakan dua variabel, sedangkan penelitian ini menggunakan tiga variabel. Perbedaan lainnya adalah lokasi penelitian yaitu di Surabaya, sedangkan penelitian ini dilakukan di Pekanbaru.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu dan Hadriani (2015), dengan judul penelitian "Stres dan Sense Of Humor Pada Guru SLB C". Hasil penelitian ini menunjukkan r = 0,248 dengan p > 0,05. Data ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *sense of humor* dengan stres pada guru SLB C. Hal ini dikarenakan pada saat mengalami stres guru SLB C menggunakan cara lain untuk mengatasi stres seperti berpikir positif, mendekatkan diri pada Tuhan (berdoa, mendengarkan pengajian), *refreshing* (mendengarkan musik, jalan-jalan), tidur, bercerita dengan teman tentang masalahnya, pergi ke psikolog dam sebagainya. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Rahayu dan Hadriani (2015) adalah sama-sama menggunakan variabel stres dan *sense of humor*. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan teori yang sama pada variabel *sense of humor*. Perbedaan pada penelitian ini terletak pada subjek dan lokasi penelitian, pada penelitian Rahayu dan Hadriani (2015) subjek penelitiannya adalah guru SLB C dan dilakukan di Semarang sedangkan subjek penelitian ini adalah mahasiswa dan dilakukan di Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

Penelitian yang dilakukan oleh Moghal, Yasien, Alvi dan Washdev (2016), dengan judul penelitian "Relationship of Emotional Intelligence and Stress in Undergraduate Medical Students". Hasil penelitian ini menunjukkan nilai beta standar pada masing-masing subkomponen kecerdasan emosional yaitu optimisme (B = -257, p <.01), pemecahan masalah (B = -257, p <.01), fleksibilitas (B =-273, p <.01) dan kemampuan interpersonal (B = -.127, p <.05) memiliki hubungan yang negatif dengan stres. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional yang meliputi optimisme, pemecahan masalah, fleksibilitas, dan kemampuan interpersonal pada mahasiswa maka akan semakin rendah stres yang dialami. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Moghal, Yasien, Alvi dan Washdev (2016) adalah sama-sama menggunakan variabel kecerdasan emosional dan stres. Persamaan penelitian juga terletak pada subjek dan metode penelitian, subjek penelitian adalah mahasiswa dan menggunakan metode kuantitatif korelasional. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Moghal, Yasien, Alvi dan Washdev (2016) adalah penelitian Moghal, Yasien, Alvi dan Washdev (2016), menggunakan dua variabel, sedangkan penelitian ini menggunakan tiga variabel. Perbedaan penelitian juga terletak pada lokasi penelitian. Penelitian Moghal, Yasien, Alvi dan Washdev (2016) dilakukan di Pakistan sedangkan penelitian ini dilakukan di Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan dalam pengembangan kajian ilmu Psikologi khususnya Psikologi Kesehatan dan Psikologi Pendidikan dalam kaitannya dengan hubungan kecerdasan emosional, *sense of humor* dengan stres pada mahasiswa.

b. Penelitian ini dapat menjadi bahan kajian serta dasar untuk penelitian selanjutnya, terutama bagi mereka yang tertarik untuk membahas lebih jauh lagi tentang hubungan kecerdasan emosional, *sense of humor* dengan stres pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan pertimbangan untuk dipraktekkan oleh mahasiswa dalam mengatasi stres yang sedang dialami.