

Analisis Kecerdasan Emosional dengan Strategi Koping Pada Remaja Akhir di SMA Negeri 3 Samarinda

Lutfi Nur Amalia^{1a*}, Burhanto^{1b}, Faried Rahman Hidayat^{1c}

¹ Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

a lutfinuramalia031@gmail.com
 b bur8712@umkt.ac.id
 c frh934@umkt.ac.id

HIGHLIGHTS

- Analisis kecerdasan emosional dengan strategi koping pada remaja akhir

ARTICLE INFO

Article history

Received date Jan 05th 2025
 Revised date Feb 01st 2025
 Accepted date Mar 14th 2025

Keywords:

Kecerdasan emosional
 Remaja akhir
 Strategi koping

ABSTRACT / ABSTRAK

The transition from childhood to adulthood involves various changes, including physical, social, emotional, and psychosocial aspects. Individuals with high emotional intelligence are able to manage emotions effectively, reducing the risk of excessive stress, depression, anxiety, or anger, and are capable of delaying immediate gratification for long-term goals. This study aimed to examine the relationship between emotional intelligence and coping strategies among late adolescents at SMA Negeri 3 Samarinda. This quantitative study employed a correlational design with a cross-sectional approach. A total of 178 respondents were selected using stratified random sampling. Data were collected using the TEIQue Emotional Intelligence Questionnaire and the Brief COPE Coping Strategy instrument. Data analysis was conducted using the Spearman Rank correlation test. The results showed a statistically significant relationship between emotional intelligence and coping strategies ($p = 0.037$; $r = -0.157$). The correlation is weak and negative, indicating that lower emotional intelligence tends to be associated with more adaptive coping strategies among late adolescents at SMA Negeri 3 Samarinda.

Copyright © 2025 Caring : Jurnal Keperawatan.
All rights reserved

***Corresponding Author:**

Lutfi Nur Amalia
 Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur,
 Jl. Ir. H. Juanda No.15, Sidodadi, Samarinda Ulu, Samarinda.
 Email: lutfinuramalia031@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Masa remaja akhir (17–19 tahun) merupakan fase perkembangan yang menuntut remaja untuk menyelesaikan berbagai tugas psikososial, seperti menemukan identitas diri, membangun hubungan interpersonal, dan menentukan arah masa depan (Lubis et al., 2024). Pada tahap ini, remaja dihadapkan pada tekanan akademik, tuntutan sosial, serta ketidakpastian setelah lulus sekolah, seperti pilihan melanjutkan pendidikan atau memasuki dunia kerja (Azzahro & Sari, 2021). Tekanan tersebut dapat berdampak pada

kondisi emosional dan psikologis remaja, terutama jika tidak disertai kemampuan untuk mengelola stres secara adaptif (Amanda, 2022; Edmawati, 2023).

Kecerdasan emosional menjadi salah satu aspek penting yang membantu individu, termasuk remaja, dalam memahami dan mengelola emosi, serta merespons tekanan dengan cara yang sesuai (Davaei et al., 2022; Mayer et al., 2008). Remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu menyesuaikan diri dan menggunakan strategi coping adaptif dalam menghadapi stres (Khairunnisa, 2022). Strategi coping yang digunakan pun beragam, mulai dari fokus pada pemecahan masalah, pengelolaan emosi, hingga strategi menghindar (Yoduke et al., 2023; Siti Chairani et al., 2023).

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dan strategi coping, namun temuan yang ada belum menunjukkan konsistensi arah dan kekuatan hubungan di berbagai konteks (Anjani et al., 2023; Nugroho et al., 2019). Selain itu, masih terbatas penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan kedua variabel ini pada remaja akhir di lingkungan sekolah menengah atas, terutama di wilayah Kalimantan Timur. Hasil studi pendahuluan di SMA Negeri 3 Samarinda bahkan menunjukkan bahwa sebagian siswa dengan kecerdasan emosional rendah justru menerapkan strategi coping yang adaptif.

Melihat berbagai dinamika tersebut, penting untuk memahami sejauh mana kecerdasan emosional berhubungan dengan strategi coping yang digunakan oleh remaja dalam menghadapi tekanan dan tantangan yang mereka alami. Pemahaman ini akan memberikan gambaran tentang pola adaptasi psikologis remaja, khususnya siswa kelas XII yang berada pada fase transisi menuju dewasa awal. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan strategi coping pada remaja akhir di SMA Negeri 3 Samarinda.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik dan pendekatan cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan strategi coping pada remaja akhir. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 3 Samarinda yang berlokasi di Kota Samarinda. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII (kelas 3) SMA Negeri 3 Samarinda sebanyak 322 siswa.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah proportionate stratified random sampling, yaitu dengan membagi populasi ke dalam strata berdasarkan kelas (XII IPA 1–XII IPA 5 dan XII IPS 1–XII IPS 4), kemudian jumlah sampel diambil secara proporsional dari masing-masing kelas. Pemilihan responden dilakukan dengan metode undian berdasarkan nomor absen yang sesuai dengan kriteria inklusi yang ditentukan. Jumlah sampel akhir yang didapatkan adalah 178 responden.

Instrumen penelitian menggunakan dua kuesioner standarisasi, yaitu Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) untuk mengukur kecerdasan emosional dan Brief COPE Inventory untuk mengukur strategi coping. Kedua instrumen telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas sebelumnya. TEIQue memiliki koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar $>0,80$, sedangkan Brief COPE menunjukkan reliabilitas internal yang baik dengan Cronbach's Alpha antara 0,70–0,87 pada masing-masing subskala. Validitas isi dan konstruk kedua instrumen telah dinyatakan layak digunakan berdasarkan studi sebelumnya.

Distribusi kuesioner dilakukan secara langsung di sekolah dengan pendampingan dari peneliti dan guru wali kelas. Sebelum pengisian, siswa diberikan penjelasan terkait tujuan dan tata cara pengisian kuesioner. Durasi pengisian setiap instrumen berkisar antara 20–30 menit. Data yang terkumpul dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rank (Spearman's rho) untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan

strategi coping. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran dengan nomor: 01/KEPK-FK/I/2025.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden di SMA Negeri 3 Samarinda

Karakteristik	F	%
Usia		
17 Tahun	149	83,7
18 Tahun	29	16,3
Total	178	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	61	34,3
Perempuan	117	65,7
Total	178	100.0
Agama		
Islam	164	92,1
Khatolik	5	2,8
Kristen	7	3,9
Budha	1	0,6
Hindu	1	0,6
Total	178	100.0
Status Tempat Tinggal		
Bersama Orang Tua	171	96,1
Bersama Wali	4	2,2
Sendiri	3	1,7
Total	178	100.0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan data distribusi dari 178 responden mayoritas berusia 17 tahun sebanyak (83,7%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak orang (65,7%), sedangkan berdasarkan agama lebih banyak beragama islam (92,1%), dan lebih banyak berstatus tempat tinggal bersama orang tua sebanyak 171 siswa (96,1%) dibandingkan bersama wali atau sendiri.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Kecerdasan Emosional

Kecerdasan Emosional	Frekuensi	%
Rendah	172	96,6
Tinggi	6	3,4
Total	178	100,0

Berdasarkan Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa kecerdasaan emosional siswa di SMA Negeri 3 Samarinda mayoritas berada pada parameter rendah 172 (96,6%) yang kemudian diikuti dengan kecerdasan emosional tinggi 6 (3,4%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Variabel Strategi Kopong

Strategi Kopong	Frekuensi	%
Adaptif	173	97,2
Maladaptif	5	2,8
Total	178	100,0

Berdasarkan tabel 8 di atas, menunjukkan hasil responden terbanyak yaitu dengan koping adaptif sebanyak 173 (97,2%), sedangkan responden dengan koping maladaptif sebanyak 5 (2,8%). Hal ini berarti dari 178 responden yang berusia 17-21 tahun di SMA Negeri 3 Samarinda, sebagian besar mampu mengelola kopingnya dengan adaptif.

Tabel 4. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Strategi Koping di SMA Negeri 3 Samarinda

Kecerdasan Emosional	Strategi Koping				Total	Correlation	P_Value
	Adaptif		Maladaptif				
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	168	94,4	4	2,2	172	96,6	-0,157
Tinggi	5	2,8	1	0,6	6	3,4	0,037
Total	173	96,6	5	2,8	178	100,0	

Tabel 4 diatas memiliki 178 responden yang menunjukkan hasil bahwa terdapat 172 (96,6%) responden mendapatkan kecerdasan emosional yang rendah dengan menunjukkan adanya koping yang adaptif sebanyak 168 (94,4%) dan koping maladaptive 4 (2,2%) responden. Selanjutnya, terdapat 6 (3,4%) yang mendapatkan kecerdasan emosional yang tinggi dengan 5 (2,8%) menunjukkan koping adaptif dan koping maladaptive 1 (0,6%).

Analisa data statistik dengan Uji Spearman Rank yang dilakukan pada siswa/siswi berusia 17-21 tahun di SMA Negeri 3 Samarinda, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping dengan nilai signifikansi $0,037 < 0,05$. Kemudian, koefisien menghasilkan korelasi sama dengan -0,157 artinya hal ini menandakan keeratan hubungan yang negatif antara variabel kecerdasan emosional dengan strategi koping dan menunjukkan hubungan pada tingkat yang lemah.

4. PEMBAHASAN

Hasil uji statistik menggunakan uji Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada remaja akhir di SMA Negeri 3 Samarinda, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,157 dan nilai p sebesar 0,037. Nilai ini lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, yang berarti secara statistik terdapat hubungan yang bermakna, meskipun dengan kekuatan yang lemah dan arah korelasi negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki responden, maka semakin tinggi kemungkinan mereka menggunakan strategi koping yang adaptif. Temuan ini tampaknya tidak sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya seperti Tiara Putri Pertiwi et al. (2024) yang menemukan korelasi kuat dan positif antara kecerdasan emosional dan strategi koping ($r = 0,618$), maupun hasil Silfiasari (2023) yang menunjukkan pengaruh signifikan kecerdasan emosional terhadap strategi koping ($F = 138$, $p < 0,001$).

Perbedaan arah korelasi ini dapat dijelaskan melalui sejumlah kemungkinan. Salah satunya adalah dominasi faktor eksternal di lingkungan sekolah dan keluarga yang secara tidak langsung memperkuat kemampuan koping responden, meskipun mereka memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Berdasarkan data karakteristik, mayoritas siswa tinggal bersama orang tua (96,1%) dan berasal dari sekolah yang berada di pusat kota Samarinda dengan fasilitas belajar dan akses informasi yang memadai. Dalam konteks ini, kehadiran dukungan sosial, stabilitas lingkungan rumah, serta paparan teknologi dan informasi yang cukup bisa menjadi pelindung psikologis yang memungkinkan remaja tetap mampu mengelola stres dengan strategi koping yang adaptif. Hal ini selaras dengan pendapat Shin et al. (2021) yang menekankan bahwa kedekatan fisik dengan keluarga berkontribusi pada penggunaan strategi koping adaptif, serta Thoits (2021) yang menyatakan bahwa kualitas komunikasi dan dukungan dalam keluarga lebih bermakna daripada sekadar tinggal bersama.

Selain itu, kecenderungan mayoritas responden untuk menggunakan strategi koping adaptif walaupun memiliki kecerdasan emosional rendah dapat diartikan sebagai adanya kontribusi dari nilai-nilai religius dan norma sosial yang tertanam kuat. Mayoritas responden dalam penelitian ini beragama Islam (92,1%), yang dalam beberapa studi

seperti Hanifa (2023) dan Kasar & Karaman (2021) disebutkan berpengaruh terhadap cara individu dalam memaknai dan menghadapi stres. Nilai-nilai spiritual, religiusitas, dan pemahaman terhadap makna hidup yang diperoleh melalui agama dapat memunculkan penerimaan terhadap kondisi sulit serta menjadi mekanisme coping tersendiri yang memperkuat respon adaptif, sebagaimana juga ditegaskan oleh Schwartz et al. (2012).

Terdapat pula kemungkinan bahwa penggunaan instrumen pengukuran berbasis self-report turut berperan dalam hasil korelasi yang lemah. Metode ini memungkinkan terjadinya bias sosial, yaitu kecenderungan responden untuk menjawab sesuai ekspektasi sosial atau norma yang dianggap ideal. Apalagi pada kelompok usia remaja, kesadaran reflektif terhadap emosi dan strategi mengatasi masalah masih berkembang dan belum stabil sepenuhnya. Kecenderungan ini dapat mempengaruhi akurasi pengisian kuesioner, baik pada skala TEIQue maupun Brief Cope, sehingga menyebabkan variabilitas data yang tinggi.

Di sisi lain, desain penelitian cross-sectional juga menjadi keterbatasan yang perlu dicermati. Penelitian ini hanya mengambil data pada satu titik waktu sehingga tidak dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat antara variabel. Kecerdasan emosional dan strategi coping sejatinya merupakan dua aspek psikologis yang berkembang secara dinamis dan dipengaruhi oleh pengalaman, waktu, dan konteks sosial. Oleh karena itu, untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana kecerdasan emosional mempengaruhi penggunaan strategi coping, dibutuhkan penelitian lanjutan dengan desain longitudinal yang mampu melacak perkembangan keduanya dari waktu ke waktu. Selain itu, intervensi eksperimental berupa pelatihan kecerdasan emosional berbasis sekolah atau program edukatif berbasis pengalaman sosial juga penting untuk diuji efektivitasnya dalam membentuk strategi coping yang adaptif pada remaja.

Walaupun sebagian besar remaja dalam penelitian ini memiliki kecerdasan emosional yang rendah (96,6%), mayoritas dari mereka justru menunjukkan penggunaan strategi coping yang adaptif (94,4%). Temuan ini menunjukkan adanya faktor-faktor pelindung lain di luar kecerdasan emosional yang mungkin mempengaruhi kemampuan adaptasi terhadap stres, seperti dukungan teman sebaya, lingkungan belajar yang mendukung, serta nilai budaya dan religius yang kuat. Hal ini sekaligus menjadi catatan penting bahwa penguatan strategi coping pada remaja tidak hanya dapat dilakukan melalui peningkatan kecerdasan emosional semata, namun juga melalui pendekatan holistik yang memperhatikan lingkungan sosial, spiritualitas, dan konteks pengembangan remaja secara luas.

Secara umum, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa meskipun mayoritas remaja memiliki kecerdasan emosional rendah, mereka mampu menerapkan strategi coping adaptif. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang lebih sistematis dalam mengembangkan kapasitas remaja untuk mengelola stres melalui pendekatan yang integratif dan berbasis bukti, baik dalam ranah pendidikan formal maupun program kesehatan mental remaja di tingkat komunitas.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja akhir berusia 17 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan tinggal dengan orang tua, memiliki kecerdasan emosional rendah namun tetap menggunakan strategi coping adaptif. Terdapat hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dan strategi coping ($p = 0,037$; $r = -0,157$), meskipun dengan kekuatan hubungan yang lemah dan arah negatif. Temuan ini menyoroti pentingnya program pengembangan kecerdasan emosional di sekolah. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau intervensi, serta metode tambahan seperti observasi atau wawancara untuk meningkatkan validitas data.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, P. & S. (2022). Studi kasus: Kelelahan (Burnout) Akademik pada Siswa Kelas XII Pasca Kematian Orangtua. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 127–137.
- Anjani, S., Sutja, A., & Sekonda, F. A. (2023). Hubungan kecerdasan emosional dengan coping stress dalam belajar siswa kelas VIII SMPN 10 Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 4950–4956. <https://repository.unja.ac.id/50083/>
- Azzahro, E. A., & Sari, J. D. E. (2021). Faktor psikososial dengan kejadian depresi pada remaja (Studi pada siswa kelas 12 SMA XY Jember). *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 3(2), 69–77. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v3i2.54>
- Davaei, A., et al. (2022). The influence of cultural intelligence and emotional intelligence on conflict occurrence and performance in global teams. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 291–305. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i2.3289>
- Edmawati, M. D. (2023). Penerapan konseling kelompok dengan pendekatan REBT untuk mengatasi kecemasan siswa menghadapi ujian. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 165–180. <https://doi.org/10.26877/empati.v10i2.14182>
- Hanifa, Q. L. (2023). Pengaruh dukungan sosial dan coping religius terhadap resiliensi penyintas COVID-19.
- Kasar, K. S., & Karaman, E. (2021). Life in lockdown: Social isolation, loneliness, and quality of life in the elderly during the COVID-19 pandemic: A scoping review. *Geriatric Nursing*, 42(5), 1222–1229.
- Khairunnisa, H., Rohim, A., & Aini, K. (2022). Hubungan dukungan teman sebaya dengan strategi coping stress pada siswa remaja kelas XII di SMA Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan tahun 2022.
- Lubis, R., Nabila, P., Nasution, N. I., Azzahra, L., & Andina, F. (2024). Evolusi remaja usia 17–19 tahun: Analisis pertumbuhan dan perkembangannya.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing Company.
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507–536. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>
- Nugroho, B. A., Soetjiningsih, C. H., & Setiawan, A. (2019). Dukungan sosial orangtua, dukungan sosial teman sebaya dan kecerdasan emosional sebagai prediktor stres akademik siswa SMK Negeri 1 Kedung. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 140–154. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v10i2.327>
- Schwartz, S. H., et al. (2012). Refining the theory of basic individual values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103(4), 663–688.
- Shin, Y., Hur, W.-M., & Park, K. (2021). The power of family support: The long-term effect of pre-COVID-19 family support on mid-COVID-19 work outcomes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19). <https://doi.org/10.3390/ijerph181910059>
- Silfiasari. (2023). Kecerdasan emosional terhadap strategi coping pada mahasiswa yang bekerja. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v3i1.1956>
- Siti Chairani, L., Latifah, M., & Muflkhati, I. (2023). Kesejahteraan psikologis remaja pada masa pandemi COVID-19: Peran kecerdasan emosional, dukungan sosial, dan strategi coping. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 15(2), 328–342. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v15i2.2198>
- Thoits, P. A. (2021). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 62(2), 145–156. <https://doi.org/10.1177/00221465211010155>
- Tiara Putri Pertiwi, Riyani, M., Assyifa, Z. A., & Wulandari, D. (2024). Hubungan kecerdasan emosional dengan problem focused coping pada mahasiswa

- berorganisasi di Universitas Paramadina. INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi, 14(2).
<https://doi.org/10.51353/inquiry.v14i02.592>
- Yoduke, F., Daulima, N. H., & Mustikasari, M. (2023). Peran guru PAI dalam bimbingan dan konseling terhadap pembentukan akhlak siswa di sekolah dasar. Alauddin Scientific Journal of Nursing, 4(1), 16–24.