



## ANALISIS KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRATEGI KOPING PADA REMAJA AKHIR DI SMA NEGERI 3 SAMARINDA

Lutfi Nur Amalia<sup>1</sup>, Burhanto<sup>1</sup>, Faried Rahman Hidayat<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

✉ [lutfinuramalia031@gmail.com](mailto:lutfinuramalia031@gmail.com)

✉ [bur871@umkt.ac.id](mailto:bur871@umkt.ac.id)

✉ [frh934@umkt.ac.id](mailto:frh934@umkt.ac.id)

 <https://doi.org/10.56186/jkkb.198>

### Abstrak

**Latar belakang:** Dalam proses kehidupan manusia yang dimana akan terjadi perubahan seperti fisik, sosial emosional, dan psikososial dari masa transisi kanak-kanak ke masa beranjak dewasa. Orang yang cerdas secara emosional mampu mengendalikan emosi mereka dengan baik dari stres, depresi, kecemasan, atau kemarahan yang berlebihan serta menahan atau menunda kesenangan sementara mereka dalam mengejar tujuan jangka panjang. **Tujuan:** penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada remaja akhir di SMA Negeri 3 Samarinda. **Metode:** Penelitian ini kuantitatif korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*, dengan sampel berjumlah 178 menggunakan teknik *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner kecerdasan emosional *TEIQue* dan strategi koping *Brief Cope* Analisa data menggunakan uji Spearman Rank. **Hasil:** uji statistik antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada remaja akhir didapatkan hasil koefisien korelasi -0,157 dan hasil p value adalah 0,037 kurang dari taraf signifikansi sebesar 0,05. **Kesimpulan:** terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada remaja akhir di SMA Negeri 3 Samarinda, ditunjukkan dengan hasil uji *Spearman Rank* didapatkan p value sebesar 0,037 ( $\alpha < 0,05$ ) dengan *Correlation Coefficient* -0,157 menunjukkan kekuatan hubungan lemah dengan arah korelasi (-) yang artinya bahwa semakin rendah kecerdasan emosional, semakin adaptif strategi koping.

**Kata Kunci:** Kecerdasan Emosional, Strategi Koping, Remaja Akhir

### Abstract

**Background:** In the process of human life, changes such as physical, social, emotional and psychosocial will occur from the transition period from childhood to adulthood. Emotionally intelligent people are able to control their emotions well from stress, depression, anxiety, or excessive anger and restrain or delay their temporary pleasures in pursuit of long-term goals. **Objective:** This research is to determine the relationship between emotional intelligence and coping strategies in late adolescents at SMA Negeri 3 Samarinda. **Method:** This research is quantitative correlation with a cross sectional approach, with a sample of 178 using stratified random sampling techniques. The instruments used were the *TEIQue* emotional intelligence questionnaire and the *Brief Cope* coping strategy. Data analysis used the *Spearman Rank* test. **Results:** Statistical tests between emotional intelligence and coping strategies in late adolescence resulted in a correlation coefficient of -0.157 and the p value was 0.037, less than the significance level of 0.05. **Conclusion:** there is a significant relationship between emotional intelligence and coping strategies in late adolescents at SMA Negeri 3 Samarinda, as indicated by the results of the *Spearman Rank* test which obtained a p value of 0.037 ( $\alpha < 0.05$ ) with a *Correlation Coefficient* of -0.157 indicating the strength of the relationship is weak

*in the direction correlation (-) which means that the lower the emotional intelligence, the more adaptive the coping strategy.*

**Keywords:** *Emotional Intelligence, Coping Strategies, Late Adolescence*

---

## **Pendahuluan**

Masa remaja merupakan masa perkembangan dalam proses kehidupan manusia yang dimana akan terjadi perubahan baik secara fisik, sosial, emosional, dan psikososial dari masa transisi kanak-kanak ke masa beranjak dewasa. Menurut *World Health Organization* (2024), remaja adalah individu yang berusia pada rentang (10-19) tahun. Masa remaja akhir (17-19 tahun) merupakan periode yang ditandai dengan penyelesaian tugas-tugas perkembangan, seperti menemukan identitas diri, membangun hubungan intim, dan menetapkan tujuan hidup yang jelas (Lubis et al., 2024). Pada umumnya, pada usia tersebut remaja masih berstatus sebagai pelajar atau siswa.

Seperti halnya pada remaja akhir, dimana pada usia tersebut remaja biasanya merupakan siswa kelas 12 sekolah menengah atas. Pada tahap remaja akhir ini, mereka berada pada masa transisi menuju periode dewasa awal (Rosyidah, 2024). Sebagai remaja akhir mereka memiliki beban tersendiri karena akan dihadapkan pada berbagai tekanan dan tantangan, karena pada masa ini remaja memiliki banyak tekanan yang cukup tinggi mulai dari tekanan ujian sekolah hingga tekanan ujian masuk perguruan tinggi ditambah dengan kondisi yang ada dilingkungan tempat tinggal yang kurang mendukung dapat menjadi sumber masalah yang berdampak pada psikologis remaja (Azzahro & Sari, 2021). Dampak dari tekanan tersebut membuat remaja merasakan adanya kelelahan secara fisik, mental serta emosional (Amanda, 2022). Masalah lain yang timbul yaitu, tidak semua dari mereka akan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, adapun yang dihadapkan dengan pilihan dengan memasuki dunia kerja. Hal ini bisa terjadi karena faktor ekonomi atau faktor eksternal dan internal lainnya yang tidak mendukung sehingga timbul masalah-masalah yang mengganggu psikologis remaja.

Dalam penelitian Edmawati, (2023) kecemasan pada siswa yang muncul saat menghadapi ujian akhir sekolah dapat berakibat buruk terhadap hasil belajar siswa atau prestasi akademik siswa, cara belajar, maupun kepercayaan diri siswa dalam mengerjakan ujian. Akibatnya, siswa dapat merasakan adanya kelelahan secara fisik, mental serta emosional (Amanda, 2022). Kemampuan dalam mengelola masalah ini menjadi hal yang perlu dimiliki setiap individu, mengingat setiap individu memiliki masalah yang berbeda-beda sehingga membutuhkan kemampuan untuk mengelolanya. Masalah-masalah yang terjadi pada masa remaja ini mengharuskan remaja tersebut untuk mengelola atau mengatasinya dengan baik pula. Kehidupan individu dalam mengelola masalah ini menjadi hal yang perlu dimiliki setiap remaja, mengingat remaja memiliki masalah dan halangan yang berbeda-beda sehingga membutuhkan kemampuan untuk mengelolanya. Ketika menghadapi situasi yang sulit, seseorang yang cerdas secara emosional memiliki kesadaran diri akan emosinya sendiri dan emosi orang lain. Ia akan memahami dinamika hubungan interpersonal, dengan menunjukkan perilaku yang sesuai (Mayer et al., 2008). Berkaitan dengan hal ini remaja membutuhkan kecerdasan emosional untuk membantu mengatasi masalahnya.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola emosi dengan intelegensi, menjaga keselarasan antara emosi yang dirasakan dan pengungkapannya dengan

keterampilan dalam menyadari emosi diri, regulasi diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (Davaei et al., 2022). Kecerdasan emosional mencerminkan kemampuan untuk memantau perasaan dan emosi diri sendiri dan juga orang lain, untuk membedakan perasaan, untuk memandu pemikiran serta tindakan seseorang (Davaei et al., 2022). Kecerdasan emosional turut mengambil peran penting bagi remaja, karena setiap remaja mempunyai kecerdasan emosi yang berbeda-beda. Faktor kecerdasan emosional yaitu fisik, pengalaman, dukungan keluarga, fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi perkembangan kecerdasan emosional pada remaja. Maka dari itu, individu termasuk remaja akan melakukan berbagai usaha untuk menguasai, meredakan, atau menghilangkan berbagai tekanan tidak menyenangkan yang dialaminya, atau yang dikenal dengan istilah strategi koping.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Bahdar et al., (2021) sebanyak 62,8% anak memiliki kecerdasan emosional yang rendah sehingga tidak dapat melaksanakan tugas perkembangan emosi dengan baik. Namun, penelitian yang dilakukan (Anjani et al., 2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan koping stress dalam belajar siswa kelas VIII dengan  $r_{xy} = 0.506$  dengan taraf signifikansi atau  $p$  sebesar 0.000. Pada penelitian Nugroho et al., (2019), yang dilakukan pada siswa SMK Negeri 1 Kedung, didapatkan hasil analisis data diperoleh nilai simultan  $R$  antara Dukungan Sosial Orangtua, Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kecerdasan Emosional terhadap Stres Akademik siswa adalah 0,321 dan nilai  $F = 12,420$  dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh simultan antara ketiga variabel tersebut sebagai strategi koping pada siswa yang mengalami stress akademik.

Strategi koping adalah cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan suatu masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi serta respon terhadap masalah dan situasi yang mengancam. Dalam hal ini mekanisme koping dibagi menjadi tiga keterampilan yaitu berfokus pada emosi yang dapat menargetkan respon terhadap stress dan berfokus pada masalah yang mengatasi stressor, dan *less useful/avoidant coping*. Bagi beberapa individu, strategi koping memiliki peran penting sebagai alternative dalam memutuskan hingga memecahkan suatu masalah yang terjadi di dalam hidupnya. Salah satunya strategi koping pada remaja, karena dalam kondisi tertentu remaja tidak dapat berdaya, tidak bermanfaat, serta merasa putus asa (Yoduke et al., 2023). Dalam hal ini, strategi koping dapat menentukan lamanya paparan serta dampak emosional dari stresor sehingga menentukan kualitas kesejahteraan psikologis remaja, dimana penggunaan koping adaptif dapat menjaga kesejahteraan psikologis dan penggunaan koping maladaptif dapat menurunkan kesejahteraan psikologis (Siti Chairani et al., 2023). Orang yang cerdas secara emosional mampu mengendalikan emosi mereka dengan baik dari stres, depresi, kecemasan, atau kemarahan yang berlebihan serta menahan atau menunda kesenangan sementara mereka dalam mengejar tujuan jangka panjang. Dengan kecerdasan emosional 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. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hana Khairunnisa dan kawan-kawan, menunjukkan bahwa sebagian besar (72,8%) remaja melakukan strategi koping stress yang adaptif yaitu dengan memahami stres dan gejala yang dialami, mendengarkan musik, berusaha berpikir positif, mencoba untuk tidak terbawa emosi, bercerita kepada temannya serta lebih mendekatkan diri kepada tuhan dan selalu bersyukur (Khairunnisa, 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui penyebaran kuesioner yang dibagikan kepada siswa kelas XII di Sekolah Menengah Atas Negeri 03 Samarinda yang berusia

dari rentang 17-21 tahun pada tanggal 2 September 2024, didapatkan hasil yaitu dari 10 siswa hanya 1 yang mendapatkan hasil koping maladaptif. Pada hasil kecerdasan emosional, didapatkan 10 siswa memiliki kecerdasan emosional rendah dengan nilai kurang dari 120. Hal ini terdapat perbedaan antara kecerdasan emosional dengan pola koping yang dimiliki sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut pada siswa siswi SMA Negeri 3 Samarinda. Melalui survei wawancara yang dilakukan di beberapa siswa juga mengatakan bahwa beban yang dirasakan secara pribadi pada tahap akhir sekolah ini semakin terasa meningkat bahkan terkadang mereka berpikir berlebihan terkait kelanjutan setelah lulus nanti. Melihat dari fenomena yang ada, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Strategi Koping Pada Remaja Akhir di SMA Negeri 3 Samarinda.

## Metode

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik berupa analisis korelasi dengan desain *Cross Sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa/siswi kelas 3 di SMA Negeri 3 Samarinda yang berjumlah 322 siswa/siswi, Penelitian di laksanakan di sekolah menengah atas yang berada di Kota Samarinda yaitu SMA Negeri 3 Samarinda. Sample yang di gunakan dalam penelitian ini berjumlah 178 responden dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Proportionate Stratified Sampling*, dengan membagi populasi ke dalam sub populasi / strata secara proporsional dan dilakukan secara acak. Adapun cara pengambilan sample di setiap kelas yaitu menggunakan teknik *Stratified Random Sampling* dengan metode undian menggunakan nomor absen sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner kecerdasan emosional TEIQue dan strategi koping Brief Cope Analisa data menggunakan uji Spearman Rank. Analisa bivariate yang di gunakan dalam penelitian ini adalah Uji korelasi Rank Spearman untuk mengetahui hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Strategi Koping. Penelitian ini juga telah mendapatkan keterangan layak etik (*Description of Ethical Approval*) No:01/KEPK-FK/I/2025.

## Hasil Penelitian

**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
<b>Total</b>	<b>178</b>	<b>100,0</b>
<b>Status Tempat Tinggal</b>		
Bersama Orang Tua	171	96,1
Bersama Wali	4	2,2
Sendiri	3	1,7
<b>Total</b>	<b>178</b>	<b>100,0</b>

**Sumber: Data Primer 2024**

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan data distribusi dari 178 responden mayoritas 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
<b>Total</b>	<b>178</b>	<b>100,0</b>

**Sumber: Data Primer 2024**

Berdasarkan Tabel 7 diatas menunjukkan bahwa kecerdaan 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 Koping**

Strategi Koping	Frekuensi	%
Adaptif	173	97,2
Maladaptif	5	2,8
<b>Total</b>	<b>178</b>	<b>100,0</b>

**Sumber: Data Primer 2024**

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	%				
Rendah	168	94,4	4	2,2	172	96,6	-0,157	0,037
Tinggi	5	2,8	1	0,6	6	3,4		
Total	173	96,6	5	2,8	178	100,0		

**Sumber: Data Primer 2024**

Tabel 9 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 maladaptif 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.

## Pembahasan

Pada penelitian ini karakteristik responden kelompok usia lebih didominasi oleh responden dengan usia 17 tahun sebanyak 149 (83,7%) dan 29 (16,3%) responden lainnya berusia 18 tahun. Karakteristik usia sesuai dengan World Health Organization (2024), bahwa remaja berusia pada rentang 10-19 tahun, dan dilanjutkan lebih spesifik oleh Lubis dkk., (2024) bahwa remaja akhir berada pada rentang usia 17-19 tahun. Pada usia ini, remaja berada pada tahap dimana harus menentukan pilihan akan kelanjutan hidup yang mencakup pendidikan serta karirnya. Pratiwi (2024) berpendapat dalam penelitiannya bahwa makin cukup usia remaja, maka tingkat kematangan serta kekuatan individu akan lebih matang pula untuk berfikir dan bekerja.

Menurut teori Steinberg (2014) yang menjelaskan bahwa remaja pada usia ini mulai menunjukkan peningkatan dalam kemampuan berpikir, yang memungkinkan mereka untuk merenungkan pengalaman dan perasaan mereka. Sedangkan, kecerdasan emosional yang baik juga mampu menunjang pola pikir yang mempengaruhi kesehatan mental remaja itu sendiri. Sehingga remaja yang memiliki dukungan emosional dari orang lain atau teman sebaya cenderung menggunakan strategi koping yang lebih adaptif, seperti mencari bantuan dan berbicara tentang masalah mereka. Hal ini bertolak belakang dengan pendapat Mariatul et al., (2024) yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa usia remaja akhir ini seringkali memilih untuk tidak terlalu berkomunikasi dengan yang ada di lingkungan rumah atau luar rumah.

Perubahan secara psikologis juga turut andil karena pada penelitian ini responden merupakan siswa/siswi kelas XII pada jenjang sekolah menengah atas yang dimana dalam waktu dekat akan menyelesaikan pendidikan tingkat sekolah dan melanjutkan ke perguruan tinggi atau pilihan lain seperti bekerja. Tekanan akademik merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi tingkat stress yang dirasakan oleh para siswa. Faktor eksternal lainnya juga mampu mempengaruhi pola pikir remaja dalam mengambil keputusan ketika menghadapi suatu masalah. Pada fase ini, remaja banyak mengalami perubahan-perubahan yang sangat pesat dalam dirinya untuk mencapai puncaknya (Diananda, 2019).

Pada Tabel 6 menunjukkan bahwa responden yang mendominasi berjenis kelamin perempuan sebanyak 117 responden (65,7%). Peneliti berasumsi dalam hal ini perempuan lebih memiliki kemampuan berkomunikasi dan cenderung emosional daripada laki-laki, sehingga ketika menghadapi suatu masalah perempuan membutuhkan orang sekitar terutama keluarga sebagai *support system*. Pada penelitian Aliyah & Sulisworo (2021) menjelaskan bahwa perempuan lebih mungkin mengalami depresi dibandingkan laki-laki, karena perempuan lebih mementingkan peran dukungan sosial terutama dari keluarga dalam mengatasi stressnya. Sejalan dengan teori Potter & Perry (2005), yang menyatakan bahwa jika suatu masalah peran tidak dapat diselesaikan dengan baik dan tidak mempunyai koping yang adaptif, maka masalah tersebut dapat menimbulkan stress pada remaja.

Penelitian (Yunalia & Etika, 2020) menjelaskan bahwa antara remaja laki-laki dan remaja perempuan pada golongan umur yang sama memiliki kecerdasan emosional yang berbeda. Remaja perempuan umumnya lebih memiliki ekspresi emosional daripada laki-laki, dimana ekspresi emosi ini menggambarkan kecerdasan emosional dan kemampuan melakukan hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain Sanchez-nunez, Fernandez-berrocal, Montanes & Latorre, 2018 dalam (Yunalia & Etika, 2020).

Penelitian oleh (Umadiyan & Kalifia, 2024) menjelaskan bahwa remaja perempuan seringkali mencari dukungan emosional dari keluarga atau sosialnya dibandingkan remaja laki-laki, karena adanya dukungan emosional yang didapatkan perempuan, mampu meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuannya dalam mengatasi masalah. Hal ini juga di ungkapkan oleh Azizah dkk, (2024) bahwa perempuan cenderung selalu merasa kurang mampu, tidak percaya diri, dan merasa membutuhkan perlindungan daripada laki-laki. Lebih lanjut dikatakannya laki-laki kurang percaya diri ketika tidak memiliki potensi apa-apa, melindungi diri sendiri dan orang lain, serta pencapaian apapun. Sehingga kecerdasan emosional sangat penting bagi remaja akhir, baik bagi perempuan maupun bagi laki-laki dalam mengambil keputusan ketika menghadapi suatu masalah.

Dari hasil analisis univariat terhadap agama, diperoleh hasil yaitu lebih banyak responden yang beragama islam sebanyak 164 responden (92,1), kemudian sebanyak 7 responden (3,9%) beragama kristen, 5 responden (2,6%) beragama khatolik, 1 responden (0,6%) beragama budha, dan 1 responden (0,6) beragama hindu. Pada penelitian Mitra dkk, (2024) dijelaskan bahwa jika pengaruh dukungan sosial keluarga dan religiusitas lemah maka akan berpengaruh pada kesehatan mental remaja. Hal ini sejalan dengan pendapat Hanifa (2023) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa individu mengandalkan spiritualitas dan keyakinan agama mereka ketika menghadapi penyakit dan bentuk koping religius dan spiritual ini biasanya dihubungkan dengan hasil kesehatan yang positif, termasuk lebih sedikit depresi dan kelangsungan hidup yang lebih lama. Lebih lanjut dijelaskan bahwa agama dapat menjadi acuan dalam memahami emosional dan fisik serta dapat mendorong penerimaan individu dalam menghadapi stressor.

Teori Schwartz dkk, (2012) menyebutkan bahwa nilai-nilai yang diajarkan dalam agama dapat membentuk perilaku serta keputusan remaja. Peneliti berasumsi bahwa, agama juga dapat mempengaruhi dinamika hubungan dengan orang lain. Sejalan dengan penelitian Kasar & Karaman (2021) yang menyebutkan bahwa agama berperan sebagai faktor pelindung yang signifikan dalam mengelola stres.

Berdasarkan hasil penelitian, lebih banyak didominasi oleh responden yang tinggal bersama orang tuanya yaitu sebanyak 171 responden (96,1%), bersama wali sebanyak 4 responden (2,2%), dan yang tinggal sendiri sebanyak 3 responden (1,7%). Peneliti berasumsi bahwa status tempat tinggal mempengaruhi bagaimana kecerdasan emosional yang di dapatkan oleh responden. Dengan tinggal bersama orang tua, maka aspek-aspek dalam kecerdasan emosional bisa terpenuhi, seperti komunikasi yang efektif dan mempunyai lebih banyak waktu bersama.

Penelitian Handayani dan Fauziah (2016) dalam (Fitriyani & Mustikasari, 2023) menjelaskan hubungan yang harmonis antara anggota keluarga terjalin karena adanya komunikasi yang baik. Dengan demikian, kecerdasan emsoional yang tinggi pada remaja dapat lebih mudah distimulasi sebab adanya kondisi lingkungan yang mendukungnya. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti berasumsi bahwa kecerdasan emosional perlu ditingkatkan melalui latihan untuk mengungkapkan perasaan yang ada dalam dirinya.

Penelitian Shin dkk (2021) menjelaskan bahwa kedekatan fisik dengan keluarga memberikan rasa aman dan kepercayaan yang berkontribusi pada penggunaan strategi koping adaptif seperti mencari solusi atau berbagai masalah. Namun, Thoits (2021) berpendapat lain, ia menjelaskan bahwa kualitas hubungan dalam keluarga lebih penting daripada sekadar tinggal bersama, kualitas yang dimaksudkan adalah komunikasi yang efektif menjadi kunci utama untuk memberikan dukungan yang signifikan. Lebih lanjut dijelaskan oleh Rismelina (2020) bahwa hubungan yang harmonis di rumah juga terbukti berkontribusi pada pengembangan strategi koping yang positif.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memahami serta mengendalikan emosi yang terdapat di dalam diri individu, pengendalian emosi tersebut termasuk membina hubungan dengan orang lain serta teman sebaya.

Berdasarkan hasil peneitian, menunjukkan bahwa kecerdasan emosional yang diterima siswa SMA Negeri 3 Samarinda mayoritas mendapatkan kecerdasan emosional yang rendah sebanyak 172 (96,6%), selain itu responden yang mendapatkan kecerdasan emosional yang tinggi sebanyak 6 (3,4%). Penelitian ini sejalan dengan Teuku et al., (2023) tentang kecerdasan emosional perilaku merokok pada remaja yang dimana didapatkan kecerdasan emosional tergolong rendah yaitu 92 (84,4%) dengan kata lain remaja dengan kecerdasan emosional yang rendah akan mengarah kepada energi emosi yang negatif. Selain itu pada penelitian Feby et al ., (2024) tentang kecerdasan emosional dengan kenakalan pada remaja yang menunjukkan bahwa kecrdasan emosional berada dalam kategori rendah yaitu 42 (50,6%).

Penelitian Yohannes et al., (2024) remaja dengan kecerdasan emosional rendah cenderung lebih agresif dan sulit beradaptasi. Namun, hal ini juga dapat diartikan sebagai sinyal bahwa mereka mungkin lebih jujur dalam mengekspresikan emosi mereka, meskipun cara tersebut tidak selalu konstruktif. Kecendrungan dapat memberikan kesempatan untuk intervensi yang lebih baik dalam pengembangan keterampilan sosial dan emosional mereka. Dalam penelitian Viina (2020) ini mencatat bahwa siswa dengan kecerdasan emosional rendah mungkin mengalami kesulitan dalam prestasi akademik, tetapi juga menunjukkan bahwa mereka dapat memiliki fokus yang kuat pada tugas-tugas tertentu tanpa terpengaruh oleh dinamika emosional

yang kompleks. Hal ini dapat membantu mereka dalam menyelesaikan pekerjaan secara langsung dan efisien.

Menurut (Goleman, 2016) dalam (Feby et al., 2024) seseorang dengan kecerdasan emosional rendah bertindak berdasarkan emosi tanpa memikirkan akibatnya, bertindak marah, agresif dan tidak sabar, memiliki tujuan dan cita-cita hidup yang tidak jelas serta mudah putus asa. Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional diantaranya lingkungan, orang tua dan keluarga serta teman sebaya.

Penelitian ini tidak sejalan dengan Anjani et al., (2023) tentang kecerdasan emosional pada proses belajar siswa yang mana didapatkan kecerdasan emosional tergolong tinggi yaitu 65,42%, dengan kata lain dari 141 responden siswa terdapat 110 siswa memiliki kemampuan yang baik dalam mengenali emosinya, mengelola emosinya, serta memotivasi dirinya. Selain itu pada penelitian Ayu et al., (2022) tentang emotional quotient dengan derajat depresi pada remaja yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional santri berada dalam kategori sedang yaitu 71 santri 67%. Yang dimana mereka memiliki kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi mereka, meskipun tidak dalam tingkat yang tinggi. Jadi dapat disimpulkan, bahwa siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik, tingkat stress akan semakin ringan bahkan normal. Hal ini dapat membantu mereka dalam mengatasi tekanan emosional dan mengurangi resiko depresi.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Goleman (2003) dalam Chintya & Sit, (2024) bahwa remaja yang memiliki kecerdasan emosional akan mampu memandang suatu permasalahan dari beberapa sudut dan akhirnya mereka mampu mengambil keputusan yang tepat dalam memecahkan permasalahannya. Dengan demikian, Fitriyani & Mustikasari, (2023) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa peningkatan kemampuan siswa dalam mengelola emosinya dan memotivasi dirinya menjadi hal yang penting. Tujuannya agar ia mampu beradaptasi pada kondisinya saat ini sehingga dapat menurunkan dampak terjadinya stress.

Strategi koping adalah cara yang digunakan individu dalam mengelola stress dan beradaptasi dari suatu masalah yang dihadapi. Menurut Lazarus & Folkman (1984) strategi koping merupakan upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu dalam mengatasi tuntutan eksternal dan internal yang membebani atau melampaui sumber daya yang dimiliki individu tersebut. Strategi koping dibagi menjadi tiga jenis yaitu *problem focused coping*, *emotion focused coping*, dan *avoidant focused coping*. Pada fase remaja akhir, strategi koping menjadi sangat penting karena pada fase ini remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan, seperti tekanan akademik, pergaulan, serta pencarian identitas diri. Jika remaja tidak menggunakan strategi koping yang efektif maka akan menyebabkan remaja tersebut dapat melakukan tindakan yang tidak efektif juga (Panggah Utama, 2019).

Pada penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 3 Samarinda, didapatkan hasil responden yang melakukan koping adaptif sebanyak 173 (97,2%) siswa, sedangkan koping maladaptif sebanyak 5 (2,8%) siswa. Hal ini berarti dari 178 responden yang berusia 17-21 tahun di SMA Negeri 3 Samarinda, mayoritas mampu mengelola kopingnya secara adaptif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Bunga & Komara (2021) tentang mekanisme koping pada remaja, menunjukkan bahwa responden remaja di desa Ragajaya kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor melakukan koping adaptif sebanyak 148 (51,9%) sedangkan sebanyak 137 (48,1%) melakukan koping maladaptif, selain itu mayoritas responden yang berusia 17-19 tahun melakukan koping adaptif sebanyak 64 responden dan sebanyak 4 responden yang melakukan koping maladaptif. Penelitian Kurniawaty & Purnama (2023) tentang strategi koping pada remaja SMA, juga menyebutkan bahwa hasil dari penelitiannya didapatkan hasil strategi

koping tipe *emotional focused coping* lebih dari 50% (56,9%) yang dimana merupakan jenis strategi koping adaptif. Lebih lanjut dijelaskannya bahwa responden pada penelitian tersebut yaitu remaja yang melakukan koping dengan cara menerima keadaan, membuat lelucon, mengungkapkan ekspresi perasaan, dan mendekatkan diri kepada tuhan. Selain itu, remaja seringkali membutuhkan dorongan atau dukungan dari keluarga terutama orang tua sebagai salah satu bentuk adaptasi mereka terhadap masalah. Didukung dengan penelitian Fathi dkk (2012) dalam Meida et al, (2021) yang menjelaskan bahwa individu yang menggunakan strategi *problem focused coping* maka individu tersebut memiliki kesehatan mental dan kesejahteraan yang baik.

Menurut pendapat (Surdiantari & Rustika, 2019) mengemukakan bahwa kemampuan untuk mengidentifikasi dan mengontrol emosi akan menentukan strategi koping yang seseorang gunakan dalam menghadapi masalahnya. Selain mampu mengelola emosi dengan baik, individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mampu beradaptasi dengan sumber stress yang ada dan menemukan solusi penyelesaiannya.

Hasil uji statistik antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada remaja akhir menggunakan uji *Spearman Rank*, didapatkan hasil koefisien korelasi  $-0,157$  dan *p value*  $0,037$ , sehingga nilai signifikan yang didapatkan kurang dari taraf signifikansi yang diambil sebesar  $0,05$ . Dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping pada remaja akhir di SMA Negeri 3 Samarinda dengan derajat kekuatan lemah dan arah hubungan yang negatif. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Tiara Putri Pertiwi et al., (2024) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping remaja dengan derajat korelasi ( $r=0,618$ ) dimana dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional dengan strategi koping mempunyai hubungan yang cukup kuat dalam menyelesaikan masalah pada remaja. Penelitian yang mendukung lainnya, seperti penelitian Silfiasari, (2023), dalam penelitiannya terdapat signifikan antara kecerdasan emosional dengan strategi koping ( $F = 138, p < 0.001$ ) data ini menunjukkan bahwa ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap strategi koping pada remaja.

Menurut teori Goleman (2003) dalam Anjani et al., (2023) kecerdasan emosi mencakup daya buat mengatur diri sendiri serta mempunyai energi kuat kala mengalami halangan, sanggup mengatur dorongan serta tidak kilat merasa puas, sanggup menata atmosfer batin serta sanggup mengatur keresahan supaya tidak mengusik daya berfikir, sanggup berempati dengan cara berangsur-angsur. Hal ini berhubungan dengan perilaku strategi koping yang dikemukakan oleh Lazarus & Folkman (1984) dalam Pambudhi et al., (2022), cara yang digunakan individu dalam menghadapi atau mengatasi masalah dan juga merupakan usaha kognitif dan *behavioral* dari individu untuk memodifikasi, menahan, atau menghilangkan *stressor* yang mengancam. Ketika berhadapan dengan situasi yang menimbulkan stres, individu akan mencoba beradaptasi dimana mekanisme *coping* dalam diri individu tersebut akan mulai berperan. Hal ini mengungkapkan bahwa faktor yang mempengaruhi strategi koping adalah kecerdasan emosional yang tinggi, walaupun pada penelitian ini remaja yang memiliki kecerdasan emosional rendah pun masih bisa memiliki koping yang adaptif.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kecerdasan emosional rendah 172 (96,6%) mayoritas memiliki strategi koping adaptif sebanyak 168 (94,4%) dengan 4 (2,2%) yang melakukan koping maladaptif. Dari hasil tersebut, peneliti berasumsi bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penting yang berperan sebagai pelindung dalam membentuk kemampuan koping remaja. Hal ini bertolak belakang dengan Winayanti, (2024) dalam penelitiannya menunjukkan sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosional

yang sedang sebanyak 95 (73,64%) memiliki kecerdasan emosional rendah, yang dimana seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional yang rendah akan rentan untuk mengalami stress. Penelitian Tahali & Purnamaningsih, (2019) menunjukkan bahwa, meskipun individu dengan kecerdasan emosional rendah cenderung memiliki kemampuan coping yang lebih rendah, ada situasi dimana mereka masih dapat mengembangkan strategi coping yang adaptif. Misalnya, dalam konteks *gamer*, ditemukan bahwa individu dengan kecerdasan emosional rendah masih dapat mengeksplorasi cara-cara untuk menyelesaikan masalah, meskipun tidak seefektif mereka yang memiliki kecerdasan emosional tinggi

Kemudian, hasil responden yang mendapatkan kecerdasan emosional tinggi mayoritas memiliki strategi coping yang adaptif sebanyak 5 (2,8%) dan 1 (0,6%) yang melakukan strategi coping maladaptif. Hal ini tidak sejalan dengan pendapat Salovey, dkk (dalam Felix et al., 2019) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional yang tinggi dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik karena individu tersebut dapat secara tepat melihat dan menilai tingkat emosinya sendiri, tahu bagaimana dan kapan untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan, dan dapat secara efektif mengatur perasaannya sendiri. Hal ini bertolak belakang dengan Rahadi, Yolly, Handayani, (2024) dalam penelitiannya menunjukkan sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosional sedang sebanyak 108 (95,6%) dan 1 (0,9%) yang mendapatkan kecerdasan emosional tinggi.

Penelitian Furnham et al. 2002; Eskay, (2011) dalam Moradi et al., (2011). menunjukkan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi lebih banyak menggunakan strategi coping yang normal dan individu dengan kecerdasan emosional yang rendah lebih banyak menggunakan strategi coping yang berorientasi pada penghindaran.

Dengan demikian peneliti berasumsi bahwa kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam pembentukan strategi coping pada remaja akhir. Mulai dari mengenali emosi, mengelola emosi dan memotivasi diri sendiri dapat membantu remaja dalam mengelola tekanan yang mereka hadapi di lingkungan sekolah maupun di kehidupan pribadi mereka. Hal ini dibuktikan dengan bentuk keberadaan SMA Negeri 3 Samarinda yang merupakan salah satu sekolah *favorit* dan berada di tengah kota, sehingga untuk mendapatkan informasi sangatlah cukup mudah bagi mereka. Adapun fasilitas yang memadai seperti kebutuhan siswa dalam penggunaan *handphone* dan kendaraan, hampir keseluruhan sudah terpenuhi oleh mereka sehingga penelitian ini sejalan dengan teori dan penelitian sebelumnya. Dengan demikian, remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah cenderung menggunakan strategi coping yang adaptif dibandingkan menggunakan strategi coping yang maladaptif.

## **Kesimpulan**

Karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 117 (65,7%), usia lebih banyak 17 tahun sebanyak 149 (83,7%), agama mayoritas beragama islam sebanyak 164 (92,1%), dan status tempat tinggal mayoritas bersama orang tua sebanyak 171 (96,1%). Responden yang memiliki tingkat kecerdasan emosional rendah lebih banyak dibandingkan responden yang memiliki tingkat kecerdasan emosional tinggi, dengan presentase kecerdasan emosional rendah sebanyak 172 (96,6%), kecerdasan emosional tinggi sebanyak 6 (3,4%). Responden yang menggunakan strategi coping lebih banyak dibandingkan responden yang menggunakan strategi coping maladaptif, dengan presentase strategi coping adaptif sebanyak 173 (97,2%) dan strategi coping maladaptif sebanyak 5 (2,8%). Sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan strategi coping pada remaja

akhir di SMA Negeri 3 Samarinda, ditunjukkan dengan hasil uji *Spearman Rank* didapatkan *p value* sebesar 0,037 ( $\alpha < 0,05$ ) dengan *Correlation Coefficient* -0,157 menunjukkan kekuatan hubungan lemah dengan arah korelasi (-) yang artinya bahwa semakin rendah kecerdasan emosional, semakin adaptif strategi koping.

## Daftar Pustaka

- Aliyah, P. N., & Sulisworo Kusdiyati. (2021). Pengaruh Perceived Social Support terhadap Psychological Distress pada Remaja SMA di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 59–68. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.226>
- 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. 06(01), 4950–4956.  
<https://repository.unja.ac.id/50083/%0Ahttps://repository.unja.ac.id/50083/5/FULLSKRIPSI.pdf>
- Ayu, R. K., Suud, F. M., & Suud, F. M. (2022). Emotional Quotient Dan Derajat Depresi Santri Madrasah Aliyah Pesantren Tahfidz Quran. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 7(2), 227–241. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v7i2.13231>
- Azizah, N., Zulfiani, H., & Husnawati. (2024). Self-Esteem Ditinjau Dari Dukungan Keluarga Dan Jenis Kelamin Pada Siswa Ma Hamzanwadi Nwdi Pancor. *Jurnal Kepemimpinan & Pengurusan Sekolah*, 9(2), 206–211.
- 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>
- Bahdar, V. S., Mukaromah, S., & Abdurrahman, A. (2021). Hubungan Verbal Abuse Dengan Tingkat Kecerdasan Emosional Anak Kelas 5 & 6 Di Sdn 012 Balikpapan Kota. *Jurnal Keperawatan Wiyata*, 2(1), 61. <https://doi.org/10.35728/jkw.v2i1.509>
- Bunga, A., & Komara, P. G. (2021). Mekanisme Koping Pada Remaja Di Desa Ragajaya Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor1. Ardyani Bunga PGK. Mekanisme Koping Pada Remaja Di Desa Ragajaya Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor. *Indones J Nurs Sci*. 2021;1(1):43–50. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*, 1(1), 43–50. <https://journal.khj.ac.id/index.php/ijons/article/view/10>
- Chintya, R., & Sit, M. (2024). Analisis Teori Daniel Goleman dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini. *Journal of Psyehologi and Child Development*, 4(1), 159–168. <https://doi.org/10.37680/absorbent>

- Davaei et al., 2022. (2022). the influence of cultural intelligence and emotional intelligence on conflict occurrence and performance in global. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 291–305. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i2.3289>
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *ISTIGHNA*, 1(1), 116–133.
- 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>
- Felix, T., Marpaung, W., & El Akmal, M. (2019). Peranan Kecerdasan Emosional Pada Pemilihan Strategi Coping Pada Mahasiswa yang Bekerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 39–56. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i1.2377>
- Fitriyani, F. N., & Mustikasari, M. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Stres Siswa Smp Di Jakarta Timur. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 8(2), 73. <https://doi.org/10.32419/jppni.v8i2.471>
- Hanifa, Q. L. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Koping Religius Terhadap Resiliensi Penyintas Covid-19*.
- Health, W. O. (2024). *Adolescent Health*.
- 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. *Geriatr Nurs*, 42(5), 1222–1229.
- Khairunnisa, Hana., Rohim, Abdal., 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*.
- Kurniawaty, Y., & Purnama, N. L. A. (2023). Strategi Koping Berhubungan dengan Stres Remaja SMA di Surabaya. *Jurnal Keperawatan Stikes Kendal*, 15(03), 1139–1148.
- Lazarus, Richard & Folkman, S. (1984). *Managing Stress: Mindfulness-Based Strategies. Stress Appraisal and Coping*.
- Lubis, R., Nabila, P., Nasution, N. I., Azzahra, L., & Andina, F. (2024). *Evolusi Remaja Usia 17-19 Tahun: Analisis Pertumbuhan dan Perkembangannya*. 7, 7899–7906.
- Mariatul, Dhian Ririn Lestari, & Eka Santi. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Efikasi Diri Remaja Di SMAN 1 Banjarmasin. *Journal of Nursing Invention*, 5(1), 53–64. <https://doi.org/10.33859/jni.v5i1.551>
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59(May 2014), 507–536.

<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>

- Mitra, Anggara, C. R., & Prayoga, A. D. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga dan Religiusitas Terhadap Kesehatan Mental di SMKN 02 Kota Bengkulu. *DAWUH: Da'wah & Education Journal*, 5(1), 20–26.
- Moradi, A., Pishva, N., Ehsan, H. B., Hadadi, P., & Farzaneh, P. (2011). The relationship between coping strategies and emotional intelligence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 748–751. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.146>
- Nugroho, B. A., Soetjningsih, 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>
- Pambudhi, Y. A., Marhan, C., Fajriah, L., & Abas, M. (2022). Strategi Coping Stress Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Amal Pendidikan*, 3(2), 110. <https://doi.org/10.36709/japend.v3i2.22315>
- Panggah Utama, F. (2019). Strategi Coping Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Wanadadi. *Jurnal Fokus Konseling*, 5(2), 130–134.
- Potter&Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik* (4th ed.). EGC.
- Pratiwi, P. Ay. (2024). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Dalam Penyelesaian Skripsi Dimediasi Oleh Efikasi Diri Akademik*.
- Rahadi, Yolly, Handayani, H. (2024). Hubungan kecerdasan emosional, mekanisme coping, dan pola asuh terhadap depresi pada siswa sma negeri x di wilayah lombok barat. *Ganec Swara*, November, 2333–2340.
- Rismelina, D. (2020). Pengaruh Strategi Koping dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2).
- Rosyidah, Fathimatur, H. (2024). Konsep Diri Masa Remaja Akhir Dalam Pengambilan Keputusan Karier Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 571–580. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.4707>
- Schwartz, S. H., Cieciuch, J. V., Michele Davidov, E., Fischer, R. B., Constanze Ramos, A., Verkasalo, M., Lönnqvist, J.-E., Demirutku, K., Dirilen-Gumus, O., & Konty, M. (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. *Int J Environ Res Public Health*, 18(19).
- 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., & Muflikhati, 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>
- Steinberg, L. (2014). *Adolescence* (10th ed.). Mc-Graw Hill Companies.
- Tahali, U. I., & Purnamaningsih, E. H. (2019). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Coping pada Gamer. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 3(2), 59. <https://doi.org/10.22146/gamajop.43438>
- Thoits, P. A. (2021). Mechanisms Linking Social Ties and Support to Physical and Mental Health. *J Health Soc Behav*, 62(2).
- Tiara Putri Pertiwi, Maida Riyani, Zahra Atha Assyifa, & Devi Wulandari. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Berorganisasi Di Universitas Paramadina. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(02). <https://doi.org/10.51353/inquiry.v14i02.592>
- Umadiyan, S., & Kalifia, A. D. (2024). Perbedaan Respon Emosional Antara Remaja Perempuan Dan Laki- Laki Terhadap Faktor-Faktor Penyebab Depresi. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 293–296.
- Winayanti, R. D. (2024). *Emotional Intelligence and Problem Focused Coping for Managing Student ' s Stress Level During Writing Thesis Kecerdasan Emosional dan Problem Focused Coping untuk Mengelola Tingkat Stres Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi*. 13(2), 299–305.
- 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.
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020). Analisa kecerdasan emosional remaja tahap akhir berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(4), 477–484.