

Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus Tahun 2017/2018

Muhammad Purnomo¹, Subiwati², Ella Mulimatur Rosidah³

¹Prodi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kudus

²Prodi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kudus

³Prodi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kudus

*Email: muh.purnomo@umkudus.ac.id

ABSTRAK

KATA KUNCI:

Kecerdasan Emosional,
Mekanisme Koping

Latar Belakang: Mekanisme koping adalah suatu proses adaptasi yang dilakukan oleh individu untuk menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan dan respon situasi yang mengancam bila mekanisme penanggulangan ini berhasil, maka individu dapat beradaptasi dan tidak menimbulkan suatu gangguan kesehatan, tetapi bila mekanisme koping gagal artinya individu gagal untuk beradaptasi serta dapat menimbulkan stress.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Kudus tahun 2017/2018.

Metode: Jenis penelitian korelasi menggunakan simpel random sampling. Sampel 65 responden Mahasiswa. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner kecerdasan emosional dan kuesioner mekanisme koping. Uji hubungan penelitian ini menggunakan Chi-square.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Kudus dengan p value 0.000 (< 0.05).

Kesimpulan: Ada hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Kudus.

1. LATAR BELAKANG

Mahasiswa adalah seseorang yang berada pada usia perkembangan dari masa remaja akhir sampai dewasa awal (dewasa madya), yang dimulai dari usia 18 sampai 25 tahun (Yusuf, 2011). Masa ini merupakan masa pencarian, kemandirian, dan masa reproduktif yaitu suatu masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode

isolasi sosial, periode komitmen, masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru (Hurlock, 2014). Mahasiswa sebutan yang diberikan kepada individu yang sedang menuntut ilmu diperguruan tinggi (Paususeke, et al., 2015).

Hasil survei yang dilakukan oleh American College Health Association

(ACHA) pada tahun 2013 di Amerika, menjelaskan salah satu masalah besar yang dihadapi mahasiswa dalam dunia perkuliahan adalah stres. Sebanyak 27,9 % dari total 32.964 mahasiswa mengakui bahwa stress menjadi penghalang bagi performa akademik mereka. Berdasarkan hasil penelitian Abdulghani (2011) di Saudi Arabia, diketahui bahwa prevalensi stres pada mahasiswa tahun pertama sebanyak 78,7%. Hasil ini merupakan angka tertinggi dibandingkan dengan angkatan tahun-tahun di atasnya. Penelitian Augesti, G, et al., (2015) menunjukkan bahwa dari 142 mahasiswa angkatan awal terdapat 39 responden (27,5%) mengalami stress ringan, 84 responden (59,2%) mengalami stress sedang dan 19 responden (13,4%) mengalami stress berat.

Stress merupakan kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia melihat adanya tuntutan dalam suatu situasi sebagai beban atau di luar batas kemampuan mereka untuk memenuhi tuntutan tersebut (Nasir & Muhith, 2011). Mahasiswa sebagai insan sosial tidak pernah terlepas dari permasalahan yang terjadi, baik yang berkaitan dengan masalah pribadi maupun sosial. Mahasiswa banyak dihadapkan pada tuntutan tugas-tugas akademik, khususnya bagi mahasiswa semester akhir yang dihadapkan pada tugas skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir yang membutuhkan usaha, tenaga, dan waktu yang lebih banyak dibandingkan dengan tugas-tugas akademik lainnya. Sehingga Mahasiswa tingkat akhir ini tidak lepas dari stress walaupun sudah beradaptasi dengan lingkungan kuliah. Stress yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi oleh individu akan memunculkan dampak negatif. Terutama dampak negative secara emosional seperti sulit memotivasi diri, frustrasi, dan efek negatif lainnya.

Adanya kejadian stres yang tinggi pada mahasiswa keperawatan dapat merugikan dalam hal prestasi akademik, kompetensi, profesionalitas, kesehatan dan dapat mempengaruhi perkembangan gejala penyakit dan kesehatan Prasetyo

dan Wurjaningrum (2008). Respon individu terhadap stres bergantung pada cara mereka memandang dan mengevaluasi dampak dari stresor (Potter dan Perry, 2010).

Faktor yang terpenting dalam menyelesaikan gejala stres adalah penggunaan mekanisme koping adaptif. Individu yang memiliki mekanisme koping positif (adaptif) maka dapat meredakan atau menghilangkan stres, sebaliknya jika mekanisme koping yang negatif (maladaptif) akan memperburuk kesehatan dan memperbesar potensi terjadinya sakit. Berdasarkan penelitian Al- Dubai, et al., (2011) mahasiswa yang sedang mempelajari ilmu kesehatan menggunakan berbagai strategi koping, yaitu strategi koping yang positif seperti, koping keagamaan (religious) 15%, aktif koping 13%, dan penerimaan 13%, selebihnya menggunakan strategi pengingkaran seperti, penolakan 15%, mencela diri sendiri (16%), merokok (14%), dan konsumsi alkohol atau obat-obatan terlarang (14%).

Kemampuan koping adaptif seseorang dapat dipengaruhi oleh kecerdasan emosional, karena dengan kecerdasan emosional seseorang mampu untuk mengendalikan diri, bertahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, mampu memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati (kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan), kemampuan berempati, dan membina hubungan dengan orang lain (Goleman 2009).

Kecerdasan emosional atau *emotional quotients* adalah kemampuan seseorang untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain untuk memotivasi diri kita sendiri serta dapat mengelola emosi dengan baik dalam diri kita dan hubungan kita (Goleman, 2009). Emotional Intelligence adalah sebuah tipe kecerdasan social untuk memantau atau melihat perkembangan pribadi dan emosi orang lain, guna membedakan satu dengan yang lainnya, dan dapat digunakan sebagai informasi atau petunjuk bagi seseorang untuk berfikir dan bertindak (Nasir dan Muhith, 2011).

Orang-orang ber-EQ tinggi mampu mengasimilasi tingkat stress yang tinggi dan mampu berada di sekitar orang-orang pencemas tanpa menyerap dan meneruskan kecemasan tersebut. Selain itu, orang-orang ber-EQ tinggi mempunyai kualitas belas kasih, mendahulukan kepentingan orang lain, disiplin diri, optimis, fleksibel dan kemampuan memecahkan berbagai masalah dan menangani stress. Mereka mampu membaca dan memantau perasaan mereka sendiri dan perasaan orang lain. Mereka mampu memelihara hubungan antar pribadi yang memuaskan.

Berdasarkan penelitian (Sugiarto, 2012) ditemukan hasil adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan daya tahan mahasiswa terhadap stres, jika kecerdasan emosi meningkat maka daya tahan terhadap stres mahasiswa akan mengalami peningkatan dan jika kecerdasan emosi menurun maka daya tahan terhadap stres menurun. (Oktavia et al., 2012). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan cara wawancara kepada 10 orang mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) tahun pertama angkatan 2015 menyatakan bahwa mereka mengalami stress terkait dengan perbedaan sistem akademik antara SMA dengan sistem perkuliahan.

Mahasiswa pada saat kuliah mereka dituntut untuk lebih mandiri dalam mencari informasi seputar topik kuliah, tugas yang lebih banyak dan lebih sulit, ujian Objektif Structure Clinical Examination (OSCE), ujian Multiple Choice Question (MCQ), tutorial, dan sulit beradaptasi di lingkungan yang baru. Respon mahasiswa ketika menghadapi masalah yaitu pusing, mengeluh, sulit tidur (mudah terbangun), emosional. Koping yang banyak digunakan mahasiswa dengan cara mendengarkan musik, bercerita dengan orang tua, berkumpul dengan teman, bermain gadget dan nonton film.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada bulan November 2017 pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah

Kudus kepada 10 responden. Terdapat 3 mahasiswa mempunyai mekanisme koping adaptif yaitu mereka sering bercerita dengan teman ketika mereka mempunyai suatu masalah. Serta 7 mahasiswa yang lain mempunyai mekanisme koping maladaptif yaitu mereka yang lebih cenderung berdiam diri ketika mempunyai permasalahan.

Mahasiswa yang memiliki emosi baik, akan mengambil tindakan cukup bijak ketika menghadapi suatu tegangan, sehingga ketika terjadi suatu masalah, mahasiswa mampu mengendalikan emosi dengan menggunakan mekanisme koping yang efektif. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional Program dengan mekanisme koping pada mahasiswa tahun pertama Studi Ilmu Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus.

2. METODE

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *non eksperimental* yaitu *deskriptif korelasional* yaitu hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau kelompok. Dalam penelitian ini, peneliti menggali hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*.

Teknik *purposive sampling* adalah Metode yang menggunakan kriteria yang telah dipilih oleh peneliti dalam memilih sampel. Kriteria pemilihan sampel terbagi menjadi kriteria inklusi dan eksklusif. Penelitian ini dilakukan di STIKES Muhammadiyah Kudus dengan populasi 78 mahasiswa tingkat akhir. Untuk pengambilan sampel ada 65 responden dengan rumus Slovin dalam Nursalam (Nursalam, 2013).

B. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan

data adalah data primer. Data primer dalam penelitian ini didapatkan dari kuesioner berupa data tentang kecerdasan emosional, dan mekanisme coping. Sedangkan data sekunder dalam

penelitian ini diperoleh dari BAAK Kampus STIKES Muhammadiyah Kudus tahun 2017, yaitu tentang jumlah mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan tahun 2017.

3. HASIL

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Kudus Tahun 2018 (N=65)

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
20	2	3,1
21	17	26,2
22	37	56,9
23	6	9,2
24	3	4,6
Total	65	100,0

Sumber: Data Primer, 2018

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Kudus Tahun 2018 (N=65)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	8	12,3
Perempuan	57	87,7
Total	65	100,0

Sumber : Data Primer, 2018

Tabel 3 Responden Berdasarkan Tempat Tinggal Mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Kudus Tahun 2018 (N=65)

Tempat Tinggal	Frekuensi	Presentase (%)
Rumah	17	26,2
Kos-kosan	48	73,8
Total	65	100,0

Sumber: Data Primer, 2018

A. Analisa Univariat

1) Kecerdasan Emosional

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kecerdasan Emosional Mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Kudus Tahun 2018 (N=65)

Kecerdasan Emosional	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	36	55,4
Sedang	24	36,9
Rendah	5	7,7
Total	65	100,0

Sumber: Data Primer, 2018

2) Mekanisme Koping

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping Mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Kudus Tahun 2018 (N=65)

Mekanisme Koping	Frekuensi	Presentase (%)
Adaptif	36	55,4
Maladaptif	29	44,6
Total	65	100,0

Sumber: Data Primer 2018

B. Analisa Bivariat

Tabel 6 Distribusi Kecerdasan Emosional dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa tingkat akhir di Stikes Muhammadiyah Kudus Tahun 2018 (N=65)

Kecerdasan Emosional	Mekanisme Koping				Total		P Value
	Adaptif		Maladaptif		N	%	
Tinggi	36	100	0	0	36	100	0,000
Sedang	0	0	24	100	24	100	
Rendah	0	0	5	100	5	100	
Jumlah	36	100	29	100	65	100	

Sumber : Data Primer, 2018

4. PEMBAHASAN

A. Kecerdasan Emosional Mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional pada mahasiswa STIKES Muhammadiyah Kudus angkatan 2018 dapat diketahui sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosional dengan kategori tinggi 36 (55,4%). Responden yang memiliki kecerdasan emosi dalam tingkat tinggi menunjukkan bahwa responden sudah memiliki kematangan emosi yang baik, mereka telah mampu mengelola atau mengatur emosi yang dimilikinya dengan baik, dapat memberikan tanda pada setiap emosi yang sedang dirasakan secara cepat, dapat memotivasi diri agar tidak mudah mengeluh atau menyerah, mengerti emosi orang lain, sehingga dapat memperlakukan orang lain dengan baik, mampu membina hubungan yang baik dengan lingkungan. Hal ini sesuai dengan teori Goleman (2009) yang mengatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain untuk memotivasi diri kita sendiri

serta dapat mengelola emosi dengan baik dalam diri kita dan hubungan kita.

Kematangan emosi sangat penting untuk diperhatikan khususnya bagi para mahasiswa karena dengan kematangan emosi yang baik mahasiswa akan mampu mengontrol perilaku yang menyimpang (Guswani, 2011). Menurut Goleman (2009) terdapat 5 dimensi kecerdasan emosional yang akan membuat seseorang mencapai kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari yaitu mengenali emosi, mengelola emosi, motivasi diri, empati, dan kemampuan dalam membina hubungan dengan orang lain. Mengenali emosi diri, yaitu kemampuan individu yang berfungsi untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu, dan mencermati perasaan yang muncul. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya menandakan bahwa orang berada dalam kekuasaan emosi (Goleman, 2009). Keterampilan mengelola emosi diri sendiri pada intinya adalah tentang bereaksi dengan suatu cara yang kita hadapi dalam hidup. Sehingga mahasiswa dapat menghadapi tekanan masalah dalam perkuliahan dan dapat menyelesaikannya dengan baik.

Memotivasi diri sendiri, merupakan kemampuan menahan atau membimbing diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati sehingga terciptalah suatu keberhasilan dalam berbagai bidang (Goleman, 2009). Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif, sehingga mahasiswa yang memiliki keterampilan memotivasi diri sendiri akan memiliki kemampuan dalam menyelesaikan masalah dengan baik.

Mengenali emosi orang lain atau empati yaitu individu mampu memahami perspektif orang lain, menumbuhkan saling percaya, dan menyelaraskan diri dengan orang lain (Goleman, 2009). Salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan empati adalah tempramen dan kepribadian, termasuk didalamnya adalah pengaturan emosi yang merupakan bagian kemampuan coping dan stres. Individu yang mampu mengatur emosi dengan baik cenderung memiliki kemampuan emosi yang baik.

Membina hubungan merupakan bentuk lain dari kepemimpinan yaitu kemampuan menginspirasi, mempengaruhi dan memotivasi orang lain untuk mencapai tujuan bersama, hal ini erat kaitannya dengan kemampuan dalam membangun kerjasama dalam tim (Goleman, 2009). Sehingga mahasiswa dapat saling memotivasi antar teman ketika mengalami suatu masalah.

Maturasi emosi ini biasa dipengaruhi oleh faktor internal seperti kasih sayang dari orang tua, pengalaman, dan tingkat pengetahuan dari responden (Ansori dan Ali, 2008). Kecerdasan emosional seseorang dipengaruhi oleh karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, dan tempat tinggal. Usia berhubungan dengan tingkat kematangan atau tingkat kedewasaan seseorang individu yang memiliki usia lebih tua pengalaman hidup lebih lama umumnya memiliki kecerdasan emosional lebih baik. Hal ini didukung oleh Goleman (2009) yang menyebutkan istilah lama untuk perkembangan kecerdasan emosional sebagai suatu kedewasaan. Studi menelusuri tingkat kecerdasan

emosional seseorang selama bertahun-tahun menunjukkan bahwa semakin lama semakin baik sejalan dengan terampilnya diri dalam menangani emosi sendiri, memotivasi diri, mengasah empati serta kecakapan emosinya (Goleman, 2009).

Berdasarkan penelitian bahwa sebagian besar mahasiswa berjenis kelamin perempuan dan memiliki kecerdasan emosional lebih baik dibandingkan laki-laki. Perempuan yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi cenderung asertif, mampu mengekspresikan perasaan secara langsung dan memiliki perasaan yang positif terhadap diri sendiri (Goleman, 2009). Menurut Leslie Brody dan Judith Hall yang meringkas penelitian tentang perbedaan emosi antara pria dan wanita, menyebutkan bahwa karena anak perempuan lebih cepat terampil berbahasa daripada anak laki-laki, maka mereka lebih berpengalaman dalam mengutarakan perasaan.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa mahasiswa yang tinggal di kos memiliki kecerdasan emosional lebih baik dibandingkan mahasiswa yang tinggal di rumah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fitri, (2015) yang salah satu penelitiannya menyatakan bahwa lingkungan berperan dalam menstimulasi seluruh potensi kecerdasan emosional. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang muncul dari diri individu, seperti pengalaman, kemampuan berfikir, menghargai orang lain, serta mampu memotivasi diri sendiri dan orang lain. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor yang datang dari luar individu, seperti perubahan pola interaksi antara teman, perubahan pola interaksi dengan sekolah, dan lingkungan (Asori & Ali, 2014).

Kecerdasan emosional EQ juga belakangan ini dinilai tidak kalah penting dengan kecerdasan intelektual IQ. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional dua kali lebih penting daripada kecerdasan

intelektual dalam memberikan kontribusi kesuksesan seseorang (Maliki, 2009).

Individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi memiliki lebih besar kemungkinan untuk merasa bahagia dan berhasil dalam hidupnya, dan ditandai juga adanya kemampuan untuk menguasai pikiran dan emosinya yang dapat mendorong produktifitas mereka (Goleman, 2009). Sedangkan individu dengan kecerdasan emosi sedang mempunyai karakteristik yang kuat seperti kreatif, interaksi social yang cukup, memiliki rasa empati, mempunyai semangat bekerja dan belajar yang bagus, namun individu dengan kategori ini membutuhkan dorongan yang kuat untuk dapat memaksimalkan potensinya.

B. Mekanisme Koping Mahasiswa

Mekanisme koping pada mahasiswa STIKES Muhammadiyah Kudus angkatan 2018 dapat diketahui sebagian besar responden memiliki mekanisme koping adaptif yaitu sebanyak 36 responden (55,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indra (2012) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang masih tergolong ke dalam remaja akhir, lebih banyak menggunakan mekanisme koping konstruktif atau positif. Responden yang berada dalam rentang usia 20-22 digolongkan kedalam remaja akhir. Berdasarkan tugas perkembangan, remaja akhir sudah mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua dan meninggalkan tingkah kekanak-kanakan.

Mekanisme koping adaptif yang digunakan oleh responden dapat mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan belajar untuk mencapai tujuan dimana dapat ditandai dengan mampu berbicara dengan orang lain, dapat memecahkan masalah dengan efektif, dan dapat melakukan aktifitas konstruktif dalam menghadapi stressor, sedangkan mekanisme koping maladaptif dapat menghambat fungsi integrasi, menurunkan otonomi dan cenderung menguasai seperti halnya bekerja berlebihan, menghindar atau kehilangan kendali. Proses yang dilalui oleh individu

dalam menyelesaikan situasi *stressful*, koping merupakan respon individu yang muncul dan dapat digunakan saat situasi mengancam dirinya baik fisik maupun psikologik.

Mahasiswa yang bereaksi negatif (maladaptif) cukup banyak 29 responden (44,6%). Hal ini karena mahasiswa berada pada situasi stress karena dihadapkan dengan banyaknya tugas terutama tugas akhir skripsi. Individu yang memiliki mekanisme koping positif (*adaptif*) dan efektif maka dapat meredakan atau menghilangkan stres, sebaliknya jika mekanisme koping yang negatif (*maladaptif*) dan tidak efektif akan memperburuk kesehatan dan memperbesar potensi terjadinya sakit.

Mekanisme koping seseorang dipengaruhi oleh karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, dan tempat tinggal. Menurut Jahja (2011) perkembangan remaja terbagi dalam 3 tahap yaitu: remaja tahap awal (usia 13-16 tahun), remaja tahap menengah (usia 17-19 tahun), remaja tahap akhir (20-22 tahun), dan perkembangan dewasa awal berkisar antara umur 23-40 tahun. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa remaja yang menjadi responden dalam penelitian ini sebagian besar berusia 22 tahun yaitu pada tahap remaja akhir. Pada tahap remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa. Hal ini didukung oleh teori yang dijelaskan oleh Lukman (2009) bahwa usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik, sehingga dalam proses berfikir individu lebih memungkinkan untuk menggunakan koping yang positif (Hurlock, 2014).

Mekanisme koping berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak menggunakan mekanisme koping adaptif, sedangkan responden laki-laki lebih banyak menggunakan koping maladaptif. Hal ini didukung oleh penelitian Indra (2012) yang menunjukkan bahwa

responden perempuan lebih banyak menggunakan mekanisme koping konstruktif (positif) sedangkan responden laki-laki lebih banyak menggunakan mekanisme koping destruktif (negatif). Hal ini dipengaruhi oleh responden laki-laki atau perempuan ketika dihadapkan pada suatu masalah atau ketika mengalami stress. Ketika stress atau masalah datang, laki-laki cenderung menutup diri dan berusaha menyelesaikan masalah sendiri tanpa meminta bantuan. Perempuan memiliki kebiasaan untuk mencari dukungan sosial ketika sedang mengalami masalah atau stres. Perempuan akan merasa lega ketika selesai membicarakan masalah, walaupun tidak mendapatkan solusi yang kongkrit.

Mekanisme koping berdasarkan tempat tinggal menunjukkan bahwa responden yang tinggal kos atau tidak tinggal bersama keluarga memiliki mekanisme koping adaptif sedangkan yang tinggal di rumah memiliki mekanisme koping maladaptif. Hal ini sesuai dengan penelitian Indra (2012) yang menyatakan individu yang tidak tinggal bersama orang tua, selain mendapatkan dukungan dari orang tua, responden juga mendapatkan dukungan dari teman-teman. Lingkungan merupakan cover dalam suatu penentuan mekanisme koping, hal penting karena merupakan pencetus terbentuknya mekanisme koping ialah satu kesatuan yang ada didalam lingkungan itu sendiri sehingga orang dapat terhindar dari stres atau depresi (Sarafino, 2008).

C. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Stikes Muhammadiyah Kudus

Berdasarkan pada tabel 4.6 hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa nilai $p=0,000$ yang mana nilai p -value tersebut lebih kecil dari $0,005$ sehingga hipotesisnya diterima yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus.

Hal ini didukung oleh Goleman (2009) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki emosi yang baik, akan mengambil tindakan yang cukup simpatik ketika dihadapkan pada situasi yang menegangkan, sehingga ketika menghadapi masalah seseorang dapat mengendalikan emosi dengan menggunakan mekanisme koping yang efektif. Kemampuan koping adaptif seseorang dapat dipengaruhi oleh kecerdasan emosional, karena dengan kecerdasan emosional seseorang mampu untuk mengendalikan diri, bertahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, mampu memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati (kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan), kemampuan berempati, dan membina hubungan dengan orang lain (Goleman 2009). Hal ini juga didukung oleh penelitian (Dewi, 2012) yang mengatakan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka tindakan yang dapat merusak, membahayakan dan melanggar hak-hak individu lain serta menyakiti individu baik fisik maupun mental akan menurun.

Sedangkan pada hasil yang lain menunjukkan 5 (7,7%) mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah dan mekanisme koping maladaptive. Hal ini didukung dengan teori yang dikemukakan oleh Ernawati dalam Rahmawati (2007) yaitu mereka yang memiliki kecerdasan emosional baik akan mengambil keputusan dan melakukan tindakan yang tepat saat situasi kritis dan mendesak. Mereka yang memiliki kecerdasan emosional baik mengetahui perasaan dirinya dan orang lain, dapat menahan diri, dan bersikap simpatik sehingga membuat orang lain merasa nyaman tenang dan senang bergaul dengannya. Individu yang memiliki kecerdasan emosional rendah lebih terlihat menarik diri dari pergaulan atau masalah sosial.

Pengelolaan kecerdasan emosional yang benar, akan menjadikan mahasiswa mempunyai kemampuan untuk mengetahui dan merasakan emosi orang lain, dan juga memiliki kemampuan

untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, sehingga mahasiswa dengan kecerdasan emosional baik mampu untuk selalu optimis dalam menghadapi tugas-tugas yang berat, tugas-tugas yang tidak disukai, selalu mencari pemecahannya, dan selalu mencari pemecahannya serta mampu untuk beradaptasi dengan keadaan apapun, sehingga akan menghasilkan mekanisme coping yang adaptif.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan mekanisme coping pada mahasiswa tingkat akhir STIKES Muhammadiyah Kudus 2018. Dapat disimpulkan sebagai berikut:

- A. Kecerdasan emosional mahasiswa tingkat akhir STIKES Muhammadiyah Kudus 2018 sebagian besar memiliki kategori tinggi yaitu 36 (55,4%), kategori sedang 24 (36,9%), dan kategori rendah 5 (7,7%).
- B. Mekanisme coping mahasiswa tingkat akhir STIKES Muhammadiyah Kudus 2018 sebagian besar memiliki kategori adaptif 36 (55,4%) responden, dan mekanisme coping kategori maladaptive yaitu 29 (44,6%).
- C. Adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan mekanisme coping pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus tahun 2018, diperoleh nilai P Value sebesar 0.000 (< 0.05).

REFERENSI

- [1] Abdulghani, H. M. (2011). Stress And Its Effects On Medical Students: A Cross-Sectional Study At A College Of Medicine In Saudi Arabia. *J Health Popul Nutr.* 29 (5), 516-522. Diakses 4 Januari 2018.
- [2] Agustin. (2009). Profil Kejenuhan Belajar Mahasiswa. *Jurnal*

Pedagogia. Vol 9. No. 2 Oktober. Hal. 16-25.

- [3] Al-Dubai, S. A.-N. (2011). Stress and Coping Strategies of Students in a Medical Faculty in Malaysia. Original Article of University Sains Malaysia .
- [4] Antonovsky. (2017). Sense of Coherence and Physical health. A review of Previous Findings. *The Scientific World Jurnal* vol 5, 665-673. Diakses 15 Januari 2018 dari Erfano.
- [5] Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Yogyakarta: Rineka Cipta.
- [6] Augesti, D. (2015). Differences In Stress Level Between First Year Medical Students In Medical Faculty Of Lampung University. *J Majority.* 4 (4), 50-56. Diakses 27 Desember 2017.
- [7] Gandha, N. (2009). Hubungan Perilaku dengan Prevalensi Dislipidemia pada Masyarakat Kota Ternate Tahun 2008. (Skripsi). Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- [8] Goleman, D. (2009). Emotional Intelligence "Kecerdasan Emosional EL lebih penting dari pada IQ". Jakarta: Gramedia Pustaka.
- [9] Gunawati, H. (2012). Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro,* Vol 3 (No.2). Hal 95-100.
- [10] Harahap, I. A. (2014). *Panduan Penulisan Proposal dan Skripsi.* Medan: USU.
- [11] Hidayat, A. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data.* Surabaya: Salemba Medika.
- [12] Hurlock, E. B. (2014). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.* (diterjemahkan oleh Istiwidayanti

- dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga. (buku asli diterbitkan 1980).
- [13] Kozier. Erb, B. S. (2010). Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses & Praktik, Volume : 1, Edisi : 7. Jakarta: EGC.
- [14] Nasir, A. (2011). Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika.
- [15] Notoadmodjo, S. (2010). Metodologi Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- [16] Nursalam. (2009). Proses dan Dokumentasi Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- [17] Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Edisi Tiga. Jakarta: Salemba Medika.
- [18] Oktavia, W. Z. (2012). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Riau: FKIK UNRIAU.
- [19] Paususeke, d. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSART Manado. Ejournal Keperawatan. 3(2). Diakses Desember 2017.
- [20] Potter, P. (2010). Fundamental Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- [21] Prasetyo, A. d. (2008). Pengaruh Stres terhadap Komitmen Mahasiswa-Mahasiswa Universitas Airlangga untuk Menyelesaikan Pendidikan Mereka dengan Faktor Kecemasan Sebagai Variabel Moderator. Majalah Ekonomi. 18 (3), 257-270.
- [22] Putra, N. (2012). Metode Penelitian Kualitatif Pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- [23] Ryff, & S. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. Journal of Happiness Studies. 9, 13-39 Springer. Diakses 5 Januari 2018.
- [24] Safaria, & S. (2009). Manajemen Emosi. Yogyakarta: Bumi Aksara.
- [25] Santrock, J. (2007). Psikologi Perkembangan. Edisi 11 Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- [26] Saryono, S. (2010). Metodologi Penelitian Kebidanan. Jakarta: Nuha Medika.
- [27] Nasution, S. (2011). Metode Research (Penelitian Ilmiah). Jakarta: Bumi Aksara.
- [28] Stuart, G. W. (2009). Principles and Practice Of Psychiatric Nursing, Edisi 7. USA: Mosby A Harcourt Sciences Company.
- [29] Sugiarto, D. (2012). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Daya Tahan Stres Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Skripsi strata satu, Universitas Islam Negri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- [30] Sugiono. (2010). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND. Bandung: Alfabeta.
- [31] Sugiono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif. Bandung: Alfabeta.
- [32] Sulistyaningsih. (2011). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- [33] Sunyoto, D. (2011). Metodologi Penelitian Ekonomi, Cetakan Pertama. Yogyakarta: CAPS.
- [34] Yusuf, S. (2011). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offet.