

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Karakteristik Responden

Dibawah ini adalah karakteristik responden penelitian.

Tabel 8.1 Distribusi presentase karakteristik mahasiswa tahun pertama PSIK UMY.

| Karakteristik Mahasiswa     | Frekuensi | Presentase  |
|-----------------------------|-----------|-------------|
| <b>Usia</b>                 |           |             |
| a. 17 <sup>th</sup>         | 3         | 3%          |
| b. 18 <sup>th</sup>         | 33        | 33,3%       |
| c. 19 <sup>th</sup>         | 53        | 53,5%       |
| d. 20 <sup>th</sup>         | 8         | 8,1%        |
| e. 21 <sup>th</sup>         | 2         | 2,0%        |
| <b>Total</b>                | <b>99</b> | <b>100%</b> |
| <b>Jenis Kelamin</b>        |           |             |
| a. Perempuan                | 75        | 75,8 %      |
| b. Laki-Laki                | 24        | 24,2%       |
| <b>Total</b>                | <b>99</b> | <b>100%</b> |
| <b>Suku</b>                 |           |             |
| a. Jawa                     | 72        | 72,2%       |
| b. Luar Jawa                | 27        | 27,3%       |
| <b>Total</b>                | <b>99</b> | <b>100%</b> |
| <b>Tempat Tinggal</b>       |           |             |
| a. Rumah (dengan orang tua) | 20        | 20,2%       |
| b. Kos/ Kontrakan           | 79        | 79,8%       |
| <b>Total</b>                | <b>99</b> | <b>100%</b> |

Sumber: Data Primer 2016

Table 8.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 19 tahun (53,5%). Sebagian besar responden adalah perempuan yaitu sebanyak 75 orang (75,8%). Suku responden sebagian besar berasal dari Daerah Jawa yaitu 72 orang (72,2) dan 27 orang berasal dari luar Jawa. Tempat tinggal mahasiswa mayoritas kos/ kontrak di sekitar kampus UMY.

## 1. Analisa Univariat

### a. Distribusi Kecerdasan Emosional Mahasiswa

Tabel 8.2 Distribusi Kecerdasan Emosional Mahasiswa Tahun Pertama  
PSIK UMY

| Variabel                       | Interval skor | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|--------------------------------|---------------|---------------|----------------|
| Kecerdasan Emosional Mahasiswa |               |               |                |
| Tinggi                         | 94-124        | 5             | 5,1%           |
| Sedang                         | 69-93         | 74            | 74,7%          |
| Rendah                         | <_68          | 20            | 20,2%          |
| <b>Jumlah</b>                  |               | <b>99</b>     | <b>100%</b>    |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 8. 2 diatas diketahui bahwa mayoritas responden memiliki kecerdasan emosional dengan kategori sedang yakni sebanyak 74 orang (74,7%), kategori rendah 20 orang (20,2%), dan kategori kecerdasan emosional tinggi 5 orang(5,1%).

Tabel 8.3 Distribusi Tabulasi Silang Usia dengan Kecerdasan Emosional  
Mahasiswa Tahun Pertama PSIK UMY

| Variabel         | Kecerdasan emosional |        |        | Total     |
|------------------|----------------------|--------|--------|-----------|
|                  | Tinggi               | Sedang | Rendah |           |
| Usia:            |                      |        |        |           |
| 17 <sup>th</sup> | 0                    | 2      | 1      | 3         |
| 18 <sup>th</sup> | 2                    | 24     | 7      | 33        |
| 19 <sup>th</sup> | 3                    | 41     | 9      | 53        |
| 20 <sup>th</sup> | 0                    | 6      | 2      | 8         |
| 21 <sup>th</sup> | 0                    | 1      | 1      | 2         |
| <b>Total</b>     |                      |        |        | <b>99</b> |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian responden berusia 19 tahun dan memiliki kecerdasan emosional dengan kategori sedang yakni 41 orang.

Tabel 8.4 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Tahun Pertama PSIK UMY

| Variabel     | Kecerdasan emosional |        |        | Total     |
|--------------|----------------------|--------|--------|-----------|
|              | Tinggi               | Sedang | Rendah |           |
| Usia:        |                      |        |        |           |
| Laki-laki    | 0                    | 16     | 8      | 24        |
| Perempuan    | 5                    | 58     | 12     | 75        |
| <b>Total</b> |                      |        |        | <b>99</b> |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dan memiliki kecerdasan emosional dengan kategori sedang yakni 58 orang.

Tabel 8.5 Tabulasi Silang Suku dengan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Tahun Pertama PSIK UMY

| Variabel     | Kecerdasan emosional |        |        | Total     |
|--------------|----------------------|--------|--------|-----------|
|              | Tinggi               | Sedang | Rendah |           |
| Usia:        |                      |        |        |           |
| Jawa         | 2                    | 52     | 18     | 72        |
| Luar jawa    | 3                    | 22     | 2      | 27        |
| <b>Total</b> |                      |        |        | <b>99</b> |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berasal dari pulau jawa dan memiliki kecerdasan emosional dengan kategori sedang yakni 52 orang.

Tabel 8.6 Tabulasi Silang Tempat Tinggal dengan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Tahun Pertama PSIK UMY

| Variabel       | Kecerdasan emosional |        |        | Total     |
|----------------|----------------------|--------|--------|-----------|
|                | Tinggi               | Sedang | Rendah |           |
| Usia:          |                      |        |        |           |
| Rumah          | 0                    | 17     | 3      | 72        |
| Kos/ kontrakan | 5                    | 57     | 17     | 79        |
| <b>Total</b>   |                      |        |        | <b>99</b> |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden tinggal di kos atau kontrakan dan memiliki kecerdasan emosional dengan kategori sedang yakni 57 orang.

## b. Distribusi Mekanisme Koping Mahasiswa

Tabel 8.7 Distribusi Mekanisme Koping Mahasiswa angkatan tahun pertama PSIK UMY(n=99).

| Variabel                   | Interval skor | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----------------------------|---------------|---------------|----------------|
| Mekanisme Koping Mahasiswa |               |               |                |
| Adaptif                    | 50-80         | 52            | 52,5%          |
| Maladaptive                | 0-49,9        | 47            | 47,5%          |
| <b>Jumlah</b>              |               | <b>99</b>     | <b>100%</b>    |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mekanisme koping mahasiswa sebanyak 50 orang (52,5%) berada dalam kategori adaptif dan 47 orang (47,5%) dalam kategori Maladaptif.

Tabel 8.8 Tabulasi Silang Usia dengan Mekanisme Koping Tahun Pertama PSIK UMY

| Usia:            | Adaptif | Maladaptif | Total     |
|------------------|---------|------------|-----------|
| 17 <sup>th</sup> | 1       | 2          | 3         |
| 18 <sup>th</sup> | 18      | 15         | 33        |
| 19 <sup>th</sup> | 28      | 25         | 53        |
| 20 <sup>th</sup> | 4       | 4          | 8         |
| 21 <sup>th</sup> | 1       | 1          | 2         |
| <b>Total</b>     |         |            | <b>99</b> |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 19 tahun dengan mekanisme koping adaptif yaitu 28 orang dan mekanisme koping maladaptif 25 orang.

Tabel 8.9 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Mekanisme Koping Tahun Pertama PSIK UMY

| Usia:        | Adaptif | Maladaptif | Total     |
|--------------|---------|------------|-----------|
| Lakilaki     | 8       | 16         | 24        |
| Perempuan    | 44      | 31         | 75        |
| <b>Total</b> |         |            | <b>99</b> |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan mekanisme kopong adaptif yaitu 44 orang dan mekanisme kopong maladaptif 31 orang.

Tabel 8.10 Tabulasi Silang Suku dengan Mekanisme Koping Tahun Pertama PSIK UMY

| <b>Usia:</b> | <b>Adaptif</b> | <b>Maladaptif</b> | <b>Total</b> |
|--------------|----------------|-------------------|--------------|
| Jawa         | 35             | 37                | 72           |
| Luar Jawa    | 17             | 10                | 27           |
| <b>Total</b> |                |                   | <b>99</b>    |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki suku luar jawa dengan mekanisme koping adaptif yaitu 44 orang dan mekanisme kopong maladaptif 37 orang.

Tabel 8.11 Tabulasi Silang Tempat Tinggal dengan Mekanisme Koping Tahun Pertama PSIK UMY

| <b>Usia:</b>       | <b>Adaptif</b> | <b>Maladaptif</b> | <b>Total</b> |
|--------------------|----------------|-------------------|--------------|
| Rumah              | 5              | 15                | 20           |
| Kos atau kontrakan | 47             | 32                | 79           |
| <b>Total</b>       |                |                   | <b>99</b>    |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden tinggal di kos dengan mekanisme kopong adaptif yaitu orang dan mekanisme kopong maladaptif 32 orang.

### 3. Analisa Bivariat

Analisis hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Mekanisme Koping Mahasiswa.

Tabel. 8.12 Tabulasi silang antara kecerdasan emosional dengan mekanisme koping mahasiswa tahun pertama PSIK UMY (n=99).

| Kecerdasan Emosional | Mekanisme Koping  |                   |
|----------------------|-------------------|-------------------|
|                      | Adaptif 50-80     | Maladaptif 0-49   |
| Tinggi               | 5 (5,1%)          | 0 (0,0%)          |
| Sedang               | 46 (46,5%)        | 28 (28,3%)        |
| Rendah               | 1 (1,0%)          | 19 (19,2%)        |
| <b>Total</b>         | <b>52 (52,5%)</b> | <b>47 (47,5%)</b> |

Sumber: Data Primer Mahasiswa 2016

Berdasarkan tabel 8.12 Presentase mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi dengan mekanisme koping adaptif yakni sebesar 5,1%, dan yang memiliki mekanisme koping maladaptif yaitu 0,0% . Mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional sedang dengan mekanisme koping adaptif 46,5% dan mekanisme koping maladaptif 28,3%. Sedangkan mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah dengan mekanisme koping adaptif 1,0%, dan yang memiliki mekanisme koping maladaptif 19,2%.

Tabel 8.13 Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Mekanisme Koping Mahasiswa

| Kategori                      | Mekanisme Koping |       |
|-------------------------------|------------------|-------|
| Hubungan Kecerdasan Emosional | r                | 0,452 |
|                               | p                | 0.000 |
|                               | N                | 99    |

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 7.13 hasil uji hipotesis *Contingency Coefficient* antara variable independen (kecerdasan emosional) dengan variable dependen (mekanisme koping) didapatkan hasil besarnya nilai signifikansi (p-Value) yang besarnya  $0,000 < 0,05$  maka  $H_a$  diterima, artinya ada hubungan positif antara

kecerdasan emosional dengan dengan mekanisme koping. Hal ini berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka koping semakin adaptif. Dengan nilai  $r = 0,452$  yang berarti keeratan hubungan sedang. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa semakin meningkat kecerdasan emosional seorang maka semakin baik mekanisme koping mahasiswa atau adaptif, sedangkan semakin menurun kecerdasan emosional seseorang maka semakin maladaptif mekanisme koping seseorang.

## **B. Pembahasan**

### **1. Kecerdasan emosional mahasiswa**

Kecerdasan emosional pada mahasiswa PSIK UMY angkatan 2015 dapat diketahui sebagian besar responden memiliki kecedasan emosional dengan kategori sedang. Responden yang memiliki kecerdasan emosi dalam tingkat sedang 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 (2006) 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. Ketidak mampuan 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. Kemampuan mengendalikan emosi membuat individu dapat fleksibilitas yang besar dalam emosi serta kehidupan sosial. Kemampuan ini dapat membuat individu dapat mengendalikan rangsangan sehingga dapat memaksimalkan rangsangan, lebih tabah dalam menghadapi rangsangan dan godaan, mencegah dampak buruk, serta dapat bertindak tepat meskipun ada tekanan dari orang lain untuk melakukan sebaliknya (Goleman, 2009). Sehingga mahasiswa dapat menghadapi tekanan masalah dalam perkuliahan yang menyebabkan kemampuan dalam menyelesaikan masalah 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.

Mengenal emosi orang lain atau empati yaitu individu mampu memahami perspektif orang lain, menumbuhkan saling percaya, dan menyelaraskan diri dengan orang lain (Goleman, 2005). Menurut Eisenberg dan Damon (1998) menyebutkan 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, tempat tinggal, dan suku. 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 (2005) 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, 2005).

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, 2005). 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 mahasiswa yang berasal dari suku Jawa memiliki kecerdasan emosional lebih baik dibandingkan mahasiswa yang berasal dari luar suku Jawa, hal ini sesuai dengan penelitian Natalia (2015) yang mengungkapkan tingkat regulasi emosi mahasiswa bersuku Jawa lebih

tinggi daripada mahasiswa bersuku karo. Regulasi emosi merupakan proses seseorang mengatur emosinya, mengalaminya, dan bagaimana mengungkapkannya (Gross, Thompson, 2006). Hal ini terbukti karena pada suku jawa diajarkan untuk bersikap sedemikian rupa agar tidak menimbulkan konflik, dan cara bicara serta pembawaan diri menunjukkan sikap hormat terhadap orang lain (Suseno, 1984). Prinsip yang diajarkan ini membuat mahasiswa yang bersuku jawa terbiasa dengan menjaga sikap dalam bersosial yang dalam artian diajarkan untuk meregulasi emosi. Dasar utama sabar, nrima, dan ikhlas juga menjadi bagian dalam regulasi emosi yaitu sama dengan perubahan kognitif sehingga regulasi emosi nyatanya telah diajarkan dalam budaya jawa sejak turun temurun.

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. Factor-factor 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 (Hariwijaya, 2005).

## **2. Mekanisme koping mahasiswa**

Mekanisme koping pada mahasiswa PSIK UMY angkatan 2015 dapat diketahui sebagian besar responden memiliki mekanisme koping adaptif yaitu sebanyak 52 responden (52,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indra (2012) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru yang masih tergolong kedalam remaja akhir, lebih banyak menggunakan mekanisme koping konstruktif atau positif. Responden yang berada dalam rentang usia 18-20 digolongkan kedalam remaja akhir. Berdasarkan tugas perkembangan, remaja akhir sudah

mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua dan meninggalkan tingkah kekanak-kanakan (Gunarsa, 2004).

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 (Stuart dan Sundeen, 2002). 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 (Stuart dan Sundeen, 2002).

Mahasiswa yang bereaksi negatif (maladaptif) cukup banyak 47 responden (47,5%). Hal ini karena mahasiswa berada pada situasi lingkungan yang baru yaitu masa transisi dari masa sekolah menengah atas menuju masa perkuliahan sehingga mahasiswa belum mampu beradaptasi. Hal ini sesuai dengan penelitian Augesti, *et al.*, (2015) mahasiswa tingkat awal mengalami masa adaptasi dari lingkungan sekolah ke lingkungan universitas, terkait dengan jadwal perkuliahan seperti tugas, kuliah, tutorial dan clinical skill lab yang padat dan baru dirasakan pertama kali setelah memasuki dunia perkuliahan, sedangkan pada mahasiswa tingkat akhir sudah mampu beradaptasi dengan lingkungan dan kegiatan perkuliahan

sehingga membantu mahasiswa dalam proses pembelajaran. 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 (Sholeh, 2006)

Mekanisme koping seseorang dipengaruhi oleh karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, tempat tinggal, dan suku. Menurut Jahja (2011) perkembangan remaja terbagi dalam 3 tahap yaitu: remaja tahap awal (usia 12-15 tahun), remaja tahap menengah (usia 15-18 tahun), remaja tahap akhir (19-22 tahun), dan perkembangan dewasa awal berkisar antara umur 21-40 tahun. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa remaja yang menjadi responden dalam penelitian ini sebagian besar berusia 19 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, 2004).

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 (Pease dan Pease, 2006). 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 (Pease dan Pease, 2006).

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).

Mekanisme koping berdasarkan suku menunjukkan bahwa responden yang berasal dari suku luar jawa memiliki mekanisme koping adaptif, sedangkan responden yang bersuku jawa memiliki mekanisme koping maladaptif. Sejauh yang diketahui peneliti, belum ada pembahasan mengenai pengaruh ras terhadap mekanisme koping seseorang, dan peneliti juga belum menemukan hasil-hasil penelitian yang menyebutkan bahwa responden yang berasal dari daerah tertentu memiliki mekanisme koping lebih baik (adaptif).

### **3. Hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa**

Berdasarkan pada tabel 7.6 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 tahun pertama PSIK UMY.

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 19 (19,2%) 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 mengahilkan mekanisme koping yang adaptif.

### **C. Kekuatan dan kelemahan penelitian**

#### 1. Kekuatan

- a. Banyaknya jumlah sampel yang digunakan oleh peneliti.
- b. Sejauh pengetahuan peneliti, belum pernah dilakukan penelitian tentang kecerdasan emosional dengan mekanisme koping di PSIK UMY 2015.
- c. Penyebaran kuesioner dilakukan sendiri oleh peneliti
- d. Peneliti menggunakan kuesioner yang sudah valid dan reliabel untuk digunakan.

#### 2. Kelemahan

- a. Peneliti ini belum mampu dalam mengendalikan variable pengganggu dalam penelitian (faktor internal dan eksternal yang dapat membentuk mekanisme koping seseorang).
- b. Penelitian yang dilakukan hanya sebatas menggunakan alat ukur kuesioner, tidak dilakukan observasi secara langsung mengenai bentuk mekanisme koping yang digunakan.
- c. Waktu pengisian kuesioner tidak leluasa bagi responden, karena dilakukan pada saat sebelum atau sesudah perkuliahan.