Indo Green Journal
https://idngreen.com/index.php/green

e-ISSN: 3025 - 4574, p-ISSN: 3025 - 2679
Volume 4 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman: 2007 - 2012

RESEARCH ARTICLE

Peran Kecerdasan Emosional terhadap Problem-Focused Coping pada Siswa SMA X di Kota Padang

Sari Rahmadani[1], Geizy Azhari Putri[2], Harry Theozard Fikri[3] Psikologi,
Universitas Putra Indonesia "YPTK" Padang, Indonesia[1]
Prodi Psikologi Universitas Prima Indonesia PSDKU Pekanbaru, Indonesia[2]
Psikologi, Universitas Putra Indonesia "YPTK" Padang, Indonesia[3]

sarirahmadani@upiyptk.ac.id[1], geizy.azhari@gmail.com[2], harrytheozard@upiyptk.ac.id[3]

Kata Kunci:
Kecerdasan Emosi, Problem Focused Coping, Siswa

Abstrak

Pendidikan merupakan sarana yang berperan dalam mengembangkan potensi individu melalui proses pembelajaran. Pada masa remaja, siswa umumnya telah memiliki kemampuan berpikir yang semakin matang serta mampu mengendalikan emosi dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Kemampuan individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah tersebut dikenal sebagai *coping behavior*, yang salah satu bentuknya adalah *problem-focused coping*, yaitu strategi yang berorientasi pada penyelesaian masalah melalui tindakan langsung untuk mengatasi atau mengurangi sumber stres. Salah satu faktor yang memengaruhi *problem-focused coping* adalah kecerdasan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara kecerdasan emosional dengan *problem-focused coping* pada siswa SMA X di Kota Padang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *random sampling*, melibatkan 221 siswa sebagai sampel penelitian. Instrumen yang digunakan berupa skala kecerdasan emosional dan skala *problem-focused coping*. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa koefisien validitas skala kecerdasan emosional berada pada rentang 0,310–0,714 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,888, sedangkan koefisien validitas skala *problem-focused coping* berada pada rentang 0,301–0,793 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,924. Hasil analisis data menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *problem-focused coping* pada siswa SMA X di Kota Padang. Besarnya sumbangan efektif kecerdasan emosional terhadap *problem-focused coping* adalah sebesar 15%, sedangkan 85% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Key Word:
Emotional Intelligence, Problem-Focused Coping, and Students

Abstract

Education is a means that bridges humans so they can develop their potential through the learning process. Basically, students who have entered adolescence have the power to think and are able to control their emotions in solving various problems that arise in their lives. Student behavior in resolving or overcoming problems that arise is called coping behavior. Coping behavior consists of problem-focused coping and emotion-focused coping. Problem focused coping is a coping strategy for dealing with problems directly through actions aimed at eliminating or changing sources of stress. Problem focused coping is influenced by emotional intelligence. This research aims to determine empirically whether there is a relationship between emotional intelligence and problem focused coping in SMA X students in Padang City. The measuring instrument used in this research is the emotional intelligence scale and problem focused coping using random sampling techniques to determine the sample size. The sample in this study was 221 SMA X students in Padang City. The test results show that the validity coefficient for emotional intelligence moves from 0.310 to 0.714, while the reliability coefficient is 0.888. The validity coefficient for problem focused coping moves from 0.301 to 0.793, while the reliability coefficient is 0.924. As a result of data analysis, a correlation of 0.000 was obtained with a significance level of 0.000, which means the hypothesis was accepted. This shows that there is a significant relationship between emotional intelligence and problem focused coping in SMA X students in Padang City. with an effective contribution from the emotional intelligence variable with problem focused coping, namely 15%.

Information Production:
© 2026 *by the authors of this article. This work is licensed under an Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA*

PENDAHULUAN

Siswa merupakan salah satu komponen penting dalam keberhasilan proses pendidikan. Berbagai upaya dilakukan sekolah untuk mengembangkan kompetensi kognitif siswa, salah satunya melalui pemberian tugas pembelajaran, baik yang dikerjakan di kelas maupun sebagai pekerjaan rumah. Dalam proses tersebut, siswa tidak dapat terlepas dari berbagai tantangan dan permasalahan yang muncul selama kegiatan belajar. Oleh karena itu, siswa dituntut untuk mampu menghadapi setiap permasalahan secara bijaksana sebagai bentuk tanggung jawab terhadap proses belajarnya. Kemampuan menghadapi berbagai tuntutan tersebut menjadi

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

bagian penting dalam perkembangan diri siswa (Wiranto & Rista, 2022). Pada masa remaja, siswa umumnya telah memiliki kemampuan berpikir yang lebih matang serta mulai mampu mengendalikan emosi ketika menghadapi berbagai persoalan. Perilaku individu dalam mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi dikenal sebagai coping behavior (Susantyo et al., 2020).

Menurut Lazarus dan Folkman (Kamila & Hasanah, 2023), coping merupakan serangkaian usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan secara terus-menerus untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dipersepsikan sebagai situasi yang mengancam atau menimbulkan stres. Lazarus dan Folkman (Nabit et al., 2019) membedakan coping menjadi dua bentuk utama, yaitu problem-focused coping dan emotion-focused coping. Problem-focused coping merupakan strategi yang berorientasi pada penyelesaian masalah melalui tindakan nyata untuk menghilangkan atau mengubah sumber stres. Senada dengan itu, Bishop (Situngkir, 2021) menjelaskan bahwa problem-focused coping adalah usaha individu untuk mengubah situasi, tujuan, atau kondisi lingkungan melalui perubahan terhadap lingkungan maupun cara individu berinteraksi dengan lingkungannya. Selain itu, Syarkiki dan Ariati (Nurrahmawati, 2022) menyatakan bahwa problem-focused coping merupakan upaya yang dilakukan individu untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang menekan atau memanfaatkan berbagai sumber daya yang dimiliki dalam menghadapi permasalahan tersebut.

Lazarus dan Folkman (Damarkos & Widodo, 2022) menjelaskan bahwa problem-focused coping terdiri atas tiga aspek utama. Pertama, *seeking informational support*, yaitu usaha individu mencari informasi, saran, atau bantuan dari orang lain maupun sumber lain yang relevan untuk menyelesaikan masalah. Kedua, *confrontive coping*, yaitu kecenderungan individu untuk mempertahankan pendiriannya serta berani mengambil tindakan secara langsung, termasuk menghadapi risiko demi mengatasi masalah. Ketiga, *planful problem solving*, yaitu kemampuan individu menganalisis situasi secara rasional, merencanakan langkah-langkah penyelesaian, dan memilih solusi yang paling tepat terhadap masalah yang dihadapi. Selain ketiga aspek tersebut, Lazarus dan Folkman (Situngkir, 2021) menyebutkan bahwa problem-focused coping juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kondisi kesehatan dan energi, keyakinan positif, kemampuan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, serta sumber daya material.

Salah satu faktor psikologis yang berperan dalam pembentukan problem-focused coping adalah kecerdasan emosional. Harsiwi dan Kristiana (2017) menyatakan bahwa kemampuan individu dalam menerapkan problem-focused coping dipengaruhi oleh tingkat kecerdasan emosional yang dimilikinya. Pendapat tersebut diperkuat oleh Salovey dkk. (Felix et al., 2019) yang menjelaskan bahwa individu dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih efektif dalam menyelesaikan masalah karena mampu mengenali emosinya sendiri, memahami kapan dan bagaimana emosi tersebut diekspresikan, serta mampu mengelola emosi secara tepat sehingga tidak mengganggu proses pengambilan keputusan.

Menurut Goleman (2020), kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk memotivasi diri, bertahan dalam menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati, mengatur suasana hati, mencegah stres mengganggu kemampuan berpikir, berempati kepada orang lain, serta membangun hubungan sosial yang baik. Sementara itu, Salovey dan Mayer (Aunurrahman, 2014) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengenali emosi, menggunakan emosi untuk mendukung proses berpikir, memahami makna emosi, serta mengelola emosi secara efektif demi mendukung perkembangan diri. Goleman (2020) juga menjelaskan bahwa kecerdasan emosional terdiri atas lima aspek utama, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain (empati), serta membina hubungan interpersonal.

Berdasarkan hasil observasi awal di lapangan, ditemukan beberapa fenomena yang menunjukkan masih rendahnya kemampuan *problem-focused coping* pada siswa. Ketika menghadapi kesulitan selama kegiatan praktikum, sebagian siswa lebih memilih menghentikan kegiatan daripada mencari alternatif penyelesaian terhadap kendala yang dihadapi. Berdasarkan informasi dari guru, kecenderungan tersebut juga terlihat ketika siswa mengalami kesulitan memahami materi pembelajaran. Alih-alih berusaha mencari solusi melalui bertanya kepada guru atau teman, sebagian siswa memilih menghentikan usaha belajarnya dan tidak melanjutkan proses pemahaman materi.

Fenomena lainnya menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan dalam menyusun langkah-langkah penyelesaian masalah ketika menghadapi tugas yang dianggap sulit. Beberapa siswa hanya mengerjakan tugas sesuai kemampuan tanpa berusaha mencari strategi lain untuk menyelesaikannya. Selain itu, terdapat siswa yang enggan meminta bantuan kepada guru maupun teman yang lebih memahami materi. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa, kondisi tersebut disebabkan oleh munculnya perasaan cemas, panik, dan kurang percaya diri ketika menghadapi tugas atau praktikum yang sulit. Kondisi emosional tersebut menyebabkan siswa sulit berkonsentrasi, kehilangan motivasi untuk mencari solusi, serta

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

tidak mampu menyusun langkah-langkah penyelesaian masalah secara sistematis. Selain itu, sebagian siswa mengaku merasa malu dan takut dianggap kurang mampu apabila meminta bantuan kepada orang lain ketika mengalami kesulitan dalam pembelajaran.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah masih belum optimal. Berdasarkan kajian teori, kemampuan menerapkan problem-focused coping diduga berkaitan dengan tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa. Individu yang mampu mengenali, mengendalikan, dan mengelola emosinya dengan baik cenderung lebih mampu berpikir secara rasional, menyusun strategi penyelesaian masalah, serta mengambil tindakan yang efektif ketika menghadapi situasi yang menekan. Sebaliknya, individu dengan kecerdasan emosional yang rendah lebih rentan mengalami kecemasan, kebingungan, dan menghindari penyelesaian masalah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dengan problem-focused coping pada siswa SMA X di Kota Padang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan subjek penelitian siswa SMA X di Kota Padang. Teknik pengambilan sampel dilakukan menggunakan simple random sampling, sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai responden. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 514 siswa, sedangkan jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Isaac dan Michael, sehingga diperoleh sebanyak 221 siswa sebagai sampel penelitian.

Instrumen penelitian terdiri atas skala problem-focused coping dan skala kecerdasan emosional. Skala *problem-focused coping* disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Safaria & Nofrans, 2012), yaitu *planful problem solving*, *confrontive coping*, dan *seeking social support*. Skala tersebut merupakan hasil modifikasi dari instrumen yang dikembangkan oleh Hastiardianti (2023) dan terdiri atas 32 butir pernyataan.

Sementara itu, skala kecerdasan emosional mengacu pada lima aspek yang dikemukakan oleh Goleman (dalam Farid, 2019), yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), serta membina hubungan. Instrumen ini dimodifikasi dari skala yang dikembangkan oleh Hastiardianti (2023) dan terdiri atas 27 butir pernyataan. Kedua instrumen menggunakan skala Likert empat pilihan respons, yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai, dengan rentang skor 1 - 4.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dengan *problem-focused coping* pada siswa. Berdasarkan hasil analisis terhadap 221 responden, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga hipotesis penelitian diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan *problem-focused coping* pada siswa. Nilai koefisien korelasi Pearson sebesar $r = 0,390$ menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel bersifat positif. Artinya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam menerapkan *problem-focused coping*. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional, semakin rendah pula kemampuan siswa dalam menghadapi permasalahan melalui strategi yang berorientasi pada penyelesaian masalah.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji menggunakan uji asumsi. Uji normalitas dilakukan dengan metode Kolmogorov–Smirnov menggunakan bantuan program SPSS versi 21.0 pada taraf signifikansi 0,05. Menurut Priyatno (2018), data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Hasil uji normalitas pada penelitian ini disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Uji normalitas skallal kecerdasan emosional dengan *problem focused coping*

Variabel	N	KSZ	P	Sebaran
Kecerdasan emosional	221	0,780	0,576	Normal
Problem Focused Coping	221	0,680	0,774	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 1, variabel kecerdasan emosional memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,576 dengan nilai Kolmogorov–Smirnov Z (KS-Z) = 0,780. Nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa data pada variabel kecerdasan emosional berdistribusi normal. Demikian pula pada variabel *problem-focused coping*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,774 dengan KS-Z = 0,680. Karena nilai signifikansi juga lebih besar dari 0,05, maka data pada variabel *problem-focused coping* dinyatakan berdistribusi normal. Dengan demikian, kedua variabel telah memenuhi asumsi normalitas

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

sehingga layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan uji parametrik. Selanjutnya, hasil uji linearitas antara kecerdasan emosional dan *problem-focused coping* disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Uji Normalitas

N	Df	Mean Square	F	Sig.
221	1	5025.751	39.091	0,000

Berdasarkan hasil uji linearitas yang disajikan pada Tabel 2, hubungan antara variabel kecerdasan emosional dan *problem-focused coping* memenuhi asumsi linearitas. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi pada linearity sebesar 0,000 ($p < 0,05$) serta nilai deviation from linearity yang tidak signifikan ($p > 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosional dan *problem-focused coping* pada siswa bersifat linear, sehingga analisis korelasi dapat dilanjutkan.

Tabel 3. Uji Korelasi antara emosional dengan *problem focused coping*

N	P	(α)	Nilai Korelasi (r)	R Squared	Kesimpulan
221	0,000	0,01	0,390	0,152	Sig (2-tailed) 0,000 < 0,01 level of significant (α) berarti hipotesis diterima

Berdasarkan hasil uji korelasi pada Tabel 3, diperoleh koefisien korelasi Pearson sebesar $r = 0,390$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan *problem-focused coping* pada siswa. Nilai koefisien korelasi mengindikasikan bahwa kekuatan hubungan kedua variabel berada pada kategori rendah. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam menerapkan *problem-focused coping*. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional, semakin rendah pula kemampuan siswa dalam menggunakan strategi penyelesaian masalah yang berorientasi pada pemecahan masalah.

Statistik deskriptif mengenai variabel kecerdasan emosional dan *problem-focused coping* disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Descriptive statistic

Variabel	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kecerdasan Emosional	221	80,25	10,603	57	108
Problem Focused coping	221	96,39	12,242	67	124

Berdasarkan hasil penelitian, dilakukan pengelompokan skor responden mengacu pada kriteria kategorisasi yang dikemukakan oleh Azwar (2019). Kategorisasi ini bertujuan untuk mengelompokkan individu ke dalam beberapa tingkatan berdasarkan kontinum skor dari atribut psikologis yang diukur. Hasil kategorisasi tingkat kecerdasan emosional dan *problem-focused coping* pada siswa disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Kategori kecerdasan emosional daln *problem focusedcoping*

Variabel	Skor	Jumlah	Persentase (%)	Kategori
Kecerdasan Emosional	57–69	37	17%	Rendah
	70–90	147	66%	Sedang
	91–108	37	17%	Tinggi
Problem Focused Coping	67–84	37	17%	Rendah
	85–108	142	64%	Sedang
	109–124	42	19%	Tinggi

Berdasarkan hasil kategorisasi pada Tabel 5, diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori sedang. Sebanyak 37 siswa (17%) berada pada kategori rendah, 147 siswa (66%) pada kategori sedang, dan 37 siswa (17%) pada kategori tinggi. Pada variabel *problem-focused coping*, sebanyak 37 siswa (17%) berada pada kategori rendah, 142 siswa (64%) pada kategori sedang, dan 42 siswa (19%) pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kecerdasan emosional dan *problem-focused coping* pada kategori sedang.

Temuan penelitian ini mendukung hasil penelitian Farid (2019) yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan *problem-focused coping* pada siswa. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menerapkan strategi penyelesaian masalah yang berorientasi pada pemecahan masalah. Hasil yang serupa juga dilaporkan oleh Kadili (2018) pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, yang menemukan bahwa kecerdasan emosional berhubungan positif dan signifikan

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

dengan *problem-focused coping*. Dengan demikian, semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, semakin baik pula kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah secara adaptif.

Analisis deskriptif terhadap 221 siswa menunjukkan bahwa sekitar 81% responden berada pada kategori rendah hingga sedang dalam *problem-focused coping*. Berdasarkan analisis setiap aspek, confrontive coping merupakan aspek dengan skor rata-rata paling rendah. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Safaria & Nofrans, 2012), *confrontive coping* merupakan upaya individu untuk menghadapi masalah secara langsung melalui tindakan nyata, termasuk keberanian mengambil risiko guna mengubah situasi yang dianggap menekan. Rendahnya skor pada aspek ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa masih belum optimal dalam menghadapi masalah secara langsung dan cenderung menghindari situasi yang menimbulkan tekanan. Maryam (2017) menjelaskan bahwa *confrontive coping* berperan dalam membantu individu mengelola konflik yang berasal dari diri sendiri maupun lingkungan sehingga mampu mencapai penyesuaian diri yang lebih baik.

Hasil analisis juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 15% terhadap *problem-focused coping*. Artinya, kecerdasan emosional berkontribusi sebesar 15% dalam meningkatkan kemampuan siswa menggunakan strategi *problem-focused coping*, sedangkan 85% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Situngkir, 2021), faktor-faktor tersebut meliputi kondisi kesehatan dan energi, keyakinan positif, keterampilan pemecahan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, serta ketersediaan sumber daya material.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan *problem-focused coping* pada siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam menerapkan *problem-focused coping*. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional, semakin rendah pula kemampuan siswa dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah secara berorientasi pada pemecahan masalah. Dengan demikian, hipotesis penelitian dinyatakan diterima. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 15% terhadap *problem-focused coping*, sedangkan 85% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti. Berdasarkan temuan tersebut, siswa yang memiliki kemampuan confrontative coping yang masih rendah disarankan untuk meningkatkan keterampilan menghadapi masalah secara langsung, misalnya dengan mengidentifikasi sumber permasalahan secara lebih spesifik, menyusun alternatif penyelesaian, serta berani mengambil tindakan yang tepat dalam mengatasi hambatan yang dihadapi. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi *problem-focused coping*, seperti optimisme, dukungan sosial, dan *psychological well-being*, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kemampuan siswa dalam menghadapi masalah.

DAFTAR REFERENSI

Aunurrahman. (2014). *Belajar dan pembelajaran*. Alfabeta.

Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Pelajar.

Damarkos, M. B., & Widodo, Y. H. (2022). Tingkat kemampuan mengelola emosi mahasiswa (Studi deskriptif pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2018 dan 2019 Universitas Sanata Dharma). *Solution: Journal of Counseling and Personal Development, 4*(1), 12–20.

Farid, M. (2019). *Hubungan antara kecerdasan emosi dengan problem-focused coping pada siswa kelas VII MTs Bani Hasyim Gresik* (Skripsi). UIN Sunan Ampel Surabaya.

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.

Goleman, D. (2020). *Kecerdasan emosional untuk mencapai puncak prestasi*. PT Gramedia Pustaka Utama.

Harsiwi, E. D., & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan problem-focused coping pada perawat ICU di rumah sakit tipe C wilayah Semarang dan Pati. *Jurnal Empati, 6*(1), 139–144.

Hastiardianti, A. (2023). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan problem-focused coping pada siswa SMKN 7 Sijunjung* (Skripsi). Universitas Putra Indonesia YPTK Padang.

Kadili, N. D. (2018). *Hubungan kecerdasan emosional dan problem-focused coping pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi* (Skripsi).

e-ISSN: 3025 – 4574
p-ISSN: 3025 – 2679

Kamila, A., & Hasanah, F. (2023). Gambaran stres dan strategi *emotion-focused coping* santri Asrama Bahasa Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo. *Psycomedia: Jurnal Psikologi, 2*(2), 74–84.

Maryam, S. (2017). Stres keluarga: Model dan pengukurannya. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, *1*(2), 335–343.

Nabit, Y. P., Keraf, M. K. A., & Anakaka, D. L. (2019). Strategi *coping* stres pada ibu *single parent* pasca ditinggal suami merantau. *Journal of Health and Behavioral Science*, *1*(4), 241–261.

Nurrahmawati, N. (2022). *Hubungan problem-focused coping dan prestasi akademik mahasiswa dengan pembelajaran online pada masa pandemi COVID-19* (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Malang.

Priyatno, D. (2018). *SPSS: Panduan mudah olah data bagi mahasiswa dan umum*. ANDI.

Safaria, T., & Nofrans, E. (2012). *Manajemen emosi: Sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup Anda*. Bumi Aksara.

Situngkir, M. A. (2021). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan problem-focused coping* (Skripsi).

Susantyo, B., Rahman, A., Erwinsyah, R. G., As'adhanayadi, B., Nainggolan, T., Delfirman, D., & Arifin, J. (2020). *Pemetaan strategi coping keluarga penerima manfaat Program Keluarga Harapan menghadapi wabah COVID-19*. Puslitbangkesos & P3KS Press.

Wiranto, H., & Rista, K. (2022). *Academic resilience* pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK): Menguji peranan *problem-focused coping*. *INNER: Journal of Psychological Research*, *2*(2), 139–149.