

PENGARUH KECERDASAN SPIRITUAL TERHADAP *COPING* STRES PADA SISWA KELAS VIII MADRASAH MU'ALLIMAAT MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

INFLUENCE OF SPIRITUAL INTELLIGENCE ON COPING STRESS OF VIII STUDENTS

Oleh: ruzaina, program studi bimbingan dan konseling, universitas negeri yogyakarta,
prichett_120@yahoo.co.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) kecerdasan spiritual siswa pada kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, (2) *coping* stres pada siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, (3) pengaruh kecerdasan spiritual terhadap *coping* stres siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis hubungan kausal. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. Sampel diambil menggunakan teknik *cluster random sampling* dengan jumlah dua kelas. Alat pengumpul data berupa skala kecerdasan spiritual dan *coping* stres Analisis data menggunakan teknik regresi sederhana dengan nilai signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) kecerdasan spiritual siswa terkategori tinggi yaitu 48 siswa (62%), dan (2) *coping* stres siswa untuk *problem focused coping* dan *emotional focused coping* terkategori sedang yaitu 67 siswa (84,03%) dan 41 siswa (53%), (3) terdapat pengaruh positif kecerdasan spiritual terhadap *coping* stres dalam bentuk *problem focused coping* dan *emotional focused coping* pada siswa dengan sumbangan efektif sebesar 48,8% dan 34,8%. Persamaan garis regresinya $Y = -5,926 + 0,781X$ dan $Y = -5,491 + 0,767X$. Kesimpulannya kecerdasan spiritual dapat memprediksi *coping* stres pada siswa.

Kata kunci: kecerdasan spiritual, coping stres

Abstract

The objectives of this research are to identify: (1) spiritual intelligence of VIII grades Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, (2) coping stress of VIII grades Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta, (3) the influence of spiritual intelligence on coping stress of VIII grades Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. This study applied quantitative method of casual correlation. The population of this study was grade VIII students of Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. There were 2 clusters employed in this research using cluster random sampling technique. The data for this study were collected using two instruments namely the spiritual intelligence scale of measurement and coping stress scale of measurement. The data analysis technique employed in this study was simple regression linier technique with 5% of significance points. The result show that: 1) there are positive correlation the spiritual intelligence and coping stress in problem focused coping and emotional focused coping shown by the students with the percentage of effective influence 48.8%, and 34.8% 2) 48 (62%) students performed spiritual intelligence in fair category, and 3) 67 (84.03%) and 41 (53%) students coping stress for problem focused coping and emotional focused coping performed in fair category. The equation of the regression line was $Y = -5,926 + 0,781X$ and $Y = -5,491 + 0,767X$. This study concludes that spiritual intelligence can predict the students' coping stress.

Keywords: spiritual intelligence, coping stress

PENDAHULUAN

Dunia pendidikan mulai berkembang sedikit demi sedikit, mutu pendidikan juga mulai ditingkatkan. Berbagai lembaga pendidikan didirikan untuk mengembangkan dunia pendidikan di negara ini. Menurut pasal

3 UU No. 20 Tahun 2003 tujuan pendidikan nasional yaitu untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga

negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Pendidikan di Indonesia merupakan hal penting sebagai bekal hidup di masa yang akan datang. Dalam mewujudkan tujuan pendidikan ada banyak kendala yang ditemui bagi kegiatan pendidikan. Salah satunya ialah dari siswa sendiri. Kegiatan belajar mengajar dapat menimbulkan kejenuhan pada siswa. Di samping itu, para siswa juga menghadapi berbagai macam tuntutan-tuntutan di sekolah. Siswa harus bisa mengatur waktu untuk dapat mengatur kegiatan belajar secara mandiri maupun kegiatan belajar di sekolah. Tuntutan peraturan yang diterapkan di sekolah juga mengurangi kebebasan siswa dan dirasakan beberapa siswa hal tersebut dapat membuat siswa terkekang. Hal ini bisa mengakibatkan perasaan khawatir, tekanan, letih, ketakutan, depresi, cemas, dan marah. Keharusan mencapai nilai yang baik dalam setiap mata pelajaran menjadikan beban bagi siswa. Beban yang melebihi kemampuan dalam menghadapinya dapat didefinisikan sebagai stres. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Lazarus dan Folkman (Farid Mashudi, 2012: 187), mendefinisikan stres sebagai hasil (akibat) dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan. Stres adalah suatu kondisi ketegangan fisik maupun psikologis yang dirasakan individu, sebagai akibat dari ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan situasional dengan sumber daya biologis, psikologis, dan sosial yang dimiliki serta ditandai dengan adanya reaksi psikologis maupun fisiologis.

Gambaran permasalahan di atas menunjukkan bahwa siswa perlu menggunakan strategi *coping* sebagai upaya untuk mengurangi beban dan tuntutan yang menekan yang dapat mengakibatkan stres. Menurut R.S Lazarus dan Folkman (Farid Mashudi, 2012: 221), *coping* adalah proses mengelola tuntutan (internal atau eksternal) yang ditaksir sebagai beban karena diluar kemampuan diri individu. Oleh karena itu, *coping* ini akan dilakukan bila ada tuntutan-tuntutan yang dirasa menentang, membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu.

Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta adalah sekolah yang didirikan oleh KH. Ahmad Dahlan pada tahun 1920. Sekolah ini menerapkan sistem *boarding school*. *Boarding school* merupakan kata dalam Bahasa Inggris yang terdiri dari dua kata yaitu *boarding* yang berarti menampung dan *school* yang berarti sekolah, kemudian diserap ke dalam Bahasa Indonesia yang mempunyai arti sekolah berasrama. Dalam sistem *boarding school* ini, semua kegiatan siswa diatur oleh pihak sekolah termasuk kegiatan siswa untuk bermain atau sekedar jalan-jalan juga dibatasi oleh sekolah. Di samping itu, para siswa juga harus belajar menyesuaikan diri untuk tinggal dengan teman yang memiliki karakter yang berbeda-beda. Perbedaan karakter inilah yang dapat menimbulkan masalah atau menjadi permusuhan. Akibatnya, semakin lama akan muncul rasa tertekan di dalam diri masing-masing siswa.

Peneliti telah melakukan wawancara kepada beberapa siswa kelas VIII di Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. wawancara tersebut dilakukan kepada dua siswa perempuan yang berinisial A dan B. Pertanyaan yang diajukan adalah hal-hal yang terkait dengan aspek-aspek kecerdasan spiritual serta bagaimana siswa tersebut dalam melakukan *coping* stres.

Hasil wawancara peneliti terhadap siswa A menunjukkan tingkat kecerdasan spiritual yang baik. Hal ini terlihat dari jawaban yang dikemukakan oleh siswa A yang mengungkapkan bahwa dirinya selalu berdo'a setiap akan melakukan kegiatan, menghentikan kegiatan saat terdengar adzan, dan mengutamakan sholat berjama'ah. Pada kegiatan kerja bakti yang diadakan di sekolah, siswa A selalu bersemangat mengikutinya begitu pula dalam hal berbagi kepada sesama, siswa A senantiasa bersedekah kepada orang lain. Kemudian dari bagaimana dirinya dalam melakukan *coping* stres, siswa A cukup baik dalam melakukan *coping* stres hal ini dilihat dari siswa A bersikap positif jika mengalami kesulitan terhadap ujian atau ulangan pada suatu mata pelajaran dan ketika siswa tersebut memiliki masalah maka akan terbuka dirinya terbiasa terbuka untuk menceritakan masalah kepada temannya. Dari hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa ada pengaruh kecerdasan spiritual terhadap *coping* stres.

Dari hasil wawancara peneliti terhadap siswa B menunjukkan tingkat kecerdasan spiritual yang kurang baik. Hal ini terlihat dari jawaban yang diuraikan oleh siswa B. Hal ini

terlihat dari bagaimana dirinya menjalankan praktek agama yang dianutnya misalnya, dalam hal melakukan kewajiban agama setiap harinya yaitu sholat 5 waktu. Siswa B mengaku bahwa sholatnya memang belum penuh 5 waktu setiap harinya. Beberapa kali siswa B sering bangun kesiangannya sehingga hal tersebut menyebabkan dirinya tidak sholat subuh. Kemudian dari sisi relasi spiritual keagamaannya, siswa B memang kurang dalam hal itu karena dirinya memang jarang mengikuti kegiatan kerja bakti yang diadakan di sekolah dan jarang bersedekah kepada orang lain. Kemudian dari bagaimana siswa B dalam melakukan *coping* stresnya, siswa B mengaku bahwa sering merasa takut dan cemas setiap akan menghadapi ujian atau ulangan di sekolah, terkadang berpikiran negatif terhadap hasil ujiannya. Ketika ada masalah siswa B juga jarang menceritakan masalahnya kepada siapapun. Dari hasil wawancara kepada siswa B menunjukkan ada pengaruh kecerdasan spiritual terhadap *coping* stres.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa stres yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak sangat buruk bagi individu. Bukan hanya sekedar dampak fisiologis berupa menjangkitnya penyakit yang bisa dirasakan, tetapi juga dampak psikologis bahkan juga bisa berdampak pada perubahan tingkah laku.

Hal yang mendasar yang perlu diperhatikan apabila remaja mengalami berbagai masalah yang dapat mengakibatkan stres diantaranya masalah yang terjadi karena adanya keterikatan hidup remaja dalam

kelompok, hal tersebut dapat menimbulkan kesalahpahaman dalam komunikasi remaja yang berbentuk perkelahan, perilaku antisosial, dan melakukan perbuatan yang melanggar norma masyarakat atau agama. Hal inilah yang menjadikan kecerdasan spiritual pada remaja memiliki peranan yang penting. Peranan penting yang dimaksud yaitu untuk mengontrol perilaku dalam menghadapi berbagai masalah yang terjadi pada masa remaja.

Merujuk pada penjelasan Danah Zohar dan Ian Marshall (2007: 4), bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghaadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.

Kecerdasan spiritual pada remaja akan tampak pada saat remaja mampu menampakkan kesan yang positif dari dirinya, berusaha beradaptasi dengan lingkungan, dapat melakukan kontrol diri, membina hubungan yang baik dengan orang lain sehingga individu dapat memiliki coping stres yang dapat membantu dalam mencapai tujuan atau perkembangan individu. Disinilah kecerdasan spiritual diharapkan dapat berperan, yakni individu harus mampu memotivasi diri sendiri, bertahan dari masalah yang dihadapi serta dapat mengatasi stres dengan baik.

Berdasarkan permasalahan yang ada di Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta terkait dengan kecerdasan spiritual dan *coping* stres, maka penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui lebih jauh tentang pengaruh kecerdasan spiritual terhadap *coping* stres pada siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi sebab-akibat.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta yang beralamatkan di Jalan Suronatan Ng II/63, Notoprajan, Ngampilan, Yogyakarta. Waktu penelitian ini terdiri dari pembuatan proposal pada bulan Agustus 2016 sampai Januari 2017. Uji coba instrumen penelitian dilakukan pada bulan Januari 2017. Kemudian dilanjutkan pengambilan data penelitian yang dilaksanakan pada bulan Februari 2017. Data diolah dan dianalisis pada bulan Maret 2017.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas VIII di Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta yang berjumlah 188 siswa. Penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Random Sampling* untuk menentukan subjek penelitian dengan pertimbangan karena variabel dalam

penelitian ini tidak dipengaruhi oleh jurusan tertentu maupun antara siswa laki-laki dan perempuan. Sampel penelitian adalah 77 siswa.

Prosedur

Subyek penelitian mengisi identitas singkat kemudian mengisi instrumen skala kecerdasan spiritual dan *coping* stres (*problem focused coping* dan *emotional focused coping*). Hasil isian skala untuk masing-masing skala dijumlahkan, sehingga mendapatkan jumlah skor masing-masing skala. Skor inilah yang digunakan dalam analisis data untuk menguji hipotesis.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan skala sebagai alat pengumpulan data. Dalam penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala kecerdasan spiritual yang bertujuan untuk mengetahui kecerdasan spiritual subyek yang mengacu pada aspek dari Khalil Khavari (Sukidi, 2004: 82-84), yaitu spiritual keagamaan, relasi sosial keagamaan, dan etika sosial. Skala kecerdasan spiritual memiliki item butir sebanyak 26 butir.

Skala *coping* stres yang digunakan untuk mengetahui *coping* stres subyek mengacu pada bentuk-bentuk *coping* stres yang disampaikan oleh Philip G. Zimbardo (Aziz Bachtiar, 2004: 132) yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Skala *coping* stres memiliki item butir sebanyak 32 butir.

Subyek diminta untuk memilih satu diantara 4 alternatif jawaban yang sudah tersedia. Untuk pernyataan positif skor 4 untuk jawaban SS, skor 3 untuk jawaban S, skor 2 untuk jawaban TS, dan skor 1 untuk jawaban STS. Begitu sebaliknya, untuk pernyataan negatif skor 4 untuk jawaban STS, skor 3 untuk jawaban TS, skor 2 untuk jawaban S, dan skor 1 untuk jawaban SS. Nilai *Alpha Cronbach* reliabilitas skala kecerdasan spiritual sebesar 0,865 dan skala *coping* stres sebesar 0,853.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis kuantitatif karena data yang diperoleh pada penelitian ini berwujud angka. Adapun penentuan kategorisasi dilakukan berdasarkan tingkat diferensiasi yang diketahui yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *SPSS for Windows 21.0 Version*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Kecerdasan Spiritual

Data kecerdasan spiritual yang diperoleh kemudian disajikan kriteria kecenderungan yang telah ditentukan. Berikut ini merupakan data kecerdasan spiritual pada siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta.

Tabel 1. Data Kecerdasan Spiritual

No.	Kategori	Rentang Skor	Frek.	Persentase
1	Rendah	60 – 119,9	0	0%
2	Sedang	120 – 179,9	29	38%
3	Tinggi	180 – 240	48	62%
Jumlah			77	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta memiliki kecerdasan spiritual pada kategori tinggi.

b. *Coping* Stres dalam Bentuk *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping*

Data *problem focused coping* dan *emotional focused coping* yang diperoleh kemudian disajikan kriteria kecenderungan yang telah ditentukan. Berikut ini merupakan data *problem focused coping* dan *emotional focused coping* pada siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah.

Tabel 2. Data *Problem Focused Coping*

No.	Kategori	Rentang Skor	Frek.	Persentase
1	Rendah	25 – 50,9	10	25,97%
2	Sedang	51 – 52,9	67	74,03%
3	Tinggi	53 – 75	0	0%
Jumlah			77	100%

Tabel 3. Data *Emotional Focused Coping*

No.	Kategori	Rentang Skor	Frek.	Persentase
1	Rendah	25 – 45,9	36	46,75%
2	Sedang	46 – 48,9	41	53,25%
3	Tinggi	49 – 75	0	0%
Jumlah			77	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas siswa kelas VIII

Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta memiliki *problem focused coping* dan *emotional focused coping* pada kategori sedang.

Selanjutnya dilakukan uji analisis korelasi untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dengan *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Berikut ini merupakan tabel hasil analisis korelasi.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Kecerdasan Spiritual dengan *Problem Focused Coping*

Hubungan Variabel	N	Koefisien Korelasi	Sig.
X - Y	77	0,782	0.000

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Kecerdasan Spiritual dengan *Emotional Focused Coping*

Hubungan Variabel	N	Koefisien Korelasi	Sig.
X - Y	77	0,698	0.000

Berdasarkan tabel 4 dan tabel 5 di atas, diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) 0,782 pada *problem focused coping* dan (r_{xy}) 0,698 pada *emotional focused coping*. Angka tersebut menunjukkan adanya korelasi yang kuat. Setelah diketahui adanya hubungan antara variabel kecerdasan spiritual dengan *problem focused coping* dan *emotional focused coping* selanjutnya dilakukan uji regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh variabel kecerdasan spiritual terhadap *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Uji regresi digunakan untuk memprediksi variabel terikat apabila variabel bebas diketahui. Output uji regresi linear sederhana melalui program *SPSS for Windows 21.00 Version* dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 6. Koefisien Determinasi Kecerdasan Spiritual Terhadap *Problem Focused Coping*

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.698 ^a	.488	.481	7.763

Tabel 7. Koefisien Determinasi Kecerdasan Spiritual Terhadap *Emotional Focused Coping*

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.430 ^a	.348	.398	6.698

Koefisien determinasi (*R Square*) digunakan untuk mengetahui persentase pengaruh variabel bebas terhadap perubahan variabel terikat. Besarnya sumbangan efektif pengaruh variabel kecerdasan spiritual terhadap *problem focused coping* adalah 48,8%, sedangkan terhadap *emotional focused coping* adalah 34,8%

Tabel 8. Anova untuk Nilai F Hitung Kecerdasan Spiritual Terhadap *Problem Focused Coping*

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	f	Mean Square	F	Sig.
Regression	7762.302	1	7762.302	148.007	.000 ^b
Residual	4208.318	75	56.294		
Total	11960.620	76			

Tabel 9. Anova untuk Nilai F Hitung Kecerdasan Spiritual Terhadap *Emotional Focused Coping*

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	f	Mean Square	F	Sig.
Regression	7701.199	1	7701.199	69,477	.000 ^b
Residual	4115.503	75	54.873		
Total	11816.701	76			

Anova menunjukkan bahwa hipotesis kerja diterima atau tidak. Anova juga menunjukkan bahwa variabel prediktor dapat digunakan untuk memprediksi besarnya angka-angka variabel kriterium.

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa nilai F hitung atau F regresi kecerdasan spiritual terhadap *problem focused coping* adalah 1,48 di mana nilai tersebut lebih besar dari nilai F tabel pada taraf signifikansi 5% yaitu sebesar 1,45. Kemudian dari kolom sig sebesar 0,00 di mana nilai tersebut kurang dari 0,05 atau $p < 0,05$. Sementara F hitung pada *emotional focused coping* 6,94 dimana nilai tersebut lebih besar dari F tabel yaitu sebesar 3,98. Berdsarkan hasil tersebut, maka hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif diterima (H_a). Hal ini menunjukkan bahwa model regresi dapat diterima dan dapat memperdiksikan dengan baik.

Berdasarkan hasil tersebut hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa ada pengaruh positif kecerdasan spiritual terhadap *problem focused coping* dan *emotional focused coping* diterima, dan hipotesis nihil (H_0) menyatakan bahwa tidak ada pengaruh positif kecerdasan spiritual terhadap *problem focused coping* dan *emotional focused coping* ditolak.

Tabel 10. Analisis Regresi Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap *Problem Focused Coping*

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	-5.926	13.207		-.515	.669
Kecerdasan_Spiritual	.781	.074	.814	12.928	.000

Tabel 11. Analisis Regresi Pengaruh Kecerdasan Spiritual terhadap *Emotional Focused Coping*

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	-5.491	11.479		-.478	.634
Kecerdasan_Spiritual	.767	.065	.807	11.847	.000

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa pada *problem focused coping* konstanta (a) sebesar -5,926 dan koefisien regresi (b) sebesar 0,781. Sedangkan pada *emotional focused coping* konstanta (a) sebesar -5,491 dan koefisien regresi (b) sebesar 0,767. Konstanta dan koefisien regresi tersebut dapat digunakan untuk membuat persamaan regresi estimasi. Persamaan regresi estimasi yang diperoleh dari perhitungan tersebut adalah. $Y = -5,926 + 0,781X$ pada *problem focused coping* dan $Y = -5,491 + 0,767X$ pada *emotional focused coping*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual mempengaruhi *coping* stres siswa sejalan dengan pendapat dari Donah Zohar dan Ian Marshall (2007: 14) yang mengatakan bahwa salah satu karakteristik individu yang memiliki kecerdasan spiritual yaitu memiliki kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan. Hal ini dapat diartikan bahwa setiap individu yang memiliki kecerdasan spiritual dapat menjadikan segala bentuk penderitaan sebagai penyemangat sehingga segala rintangan yang ada dapat dihadapi dengan baik, termasuk untuk melakukan *coping* stres dalam bentuk *problem focused coping* maupun *emotional focused coping* pada dirinya.

Terdapat dua bentuk *coping* stres yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Hasil penelitian pada kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana memiliki persamaan $Y = -5926 + 0,781X$ yang artinya kecerdasan spiritual memberikan pengaruh positif terhadap *problem focused coping*. Bentuk *coping* tersebut digunakan siswa untuk mengurangi stres dengan cara mempelajari keterampilan-keterampilan yang baru untuk mengubah situasi. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Lazarus (Effendi, 4: 1999) bahwa *problem focused coping* adalah usaha nyata berupa perilaku individu untuk mengatasi masalah, tekanan, tantangan, dengan mengubah kesulitan hubungan dengan lingkungan.

Hasil penelitian yang sama ditemukan pada *emotional focused coping* yang memiliki persamaan regresi bernilai positif pada variabel X yaitu kecerdasan spiritual dengan garis persamaan $Y = -5491 + 0,767X$. Menurut Lazarus (Effendi, 5: 1999) menyatakan sebagai upaya untuk mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan. *Emotional focused coping* digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Pengaturan ini dilakukan siswa saat berhadapan dengan masalah-masalah yang menurutnya sulit dikontrol. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat memprediksi *coping* stres dalam bentuk *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Hasil penelitian yang mendukung adanya pengaruh positif kecerdasan spiritual terhadap *coping* stres dilakukan oleh Noor Widiawati (2007) yaitu mengenai hubungan antara kecerdasan spiritual dengan keharmonisan keluarga pada isteri yang bekerja di Desa Caturtunggal, Kecamatan Depok, Sleman. Hasil penelitian tersebut terdapat hubungan positif antara kecerdasan spiritual pada isteri yang bekerja di Desa Caturtunggal, Kecamatan Depok, Sleman. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien 0,781 dan nilai signifikansi 0,000.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Terdapat pengaruh positif kecerdasan spiritual terhadap *coping* stres dalam bentuk *problem focused coping* dan

emotional focused coping pada siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kecerdasan spiritual pada siswa, maka semakin tinggi pula *coping* stres pada siswa tersebut. Besarnya sumbangan efektif pengaruh variabel kecerdasan spiritual terhadap *problem focused coping* sebesar 48,8% , sedangkan terdapat 38,4% terhadap *emotional focused coping*.

2. Kecerdasan spiritual pada siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta berada pada kategorisasi tingkat tinggi yaitu sebanyak 48 siswa (62%). Sementara sebanyak 29 siswa (38%) memiliki tingkat kecerdasan spiritual sedang dan siswa dengan tingkat kecerdasan spiritual rendah tidak ada (0%).
3. *Coping* stres pada siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta pada kategorisasi tingkat sedang yaitu pada *problem focused coping* sebanyak 67 siswa (84,03%), sebanyak 10 siswa (15,97%) pada kategori rendah, dan siswa dengan tingkat *problem focused coping* tinggi tidak ada (0%). Sementara pada *emotional focused coping* sebanyak 41 siswa (53,25%) pada kategori sedang, sebanyak 36 siswa (46,75%) pada kategori rendah, dan siswa dengan tingkat *emotional focused coping* tinggi tidak ada (0%).

Saran

1. Bagi Siswa

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa siswa kelas VIII Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi, maka diharapkan siswa dapat mempertahankan dan mengembangkan kecerdasan spiritual yang dimilikinya supaya dapat melakukan *coping* stres secara optimal

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru Bimbingan dan Konseling dapat menggunakan data hasil penelitian sebagai salah satu dasar untuk merencanakan pemberian layanan pada siswa. Mengingat bahwa tingkat *coping* stres siswa berada pada kategori sedang, maka guru Bimbingan dan Konseling berperan untuk mengoptimalkan kemampuan siswa. Berbagai teknik yang dapat dilakukan diantaranya dengan pemberian bimbingan klasikal maupun kelompok menggunakan metode film, video, dan *games* dengan tema mengelola stres. Bagi siswa yang membutuhkan tindak lanjut dapat diberikan layanan konseling kelompok maupun konseling individual.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Data hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi untuk dilakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan kecerdasan spiritual dan *coping* stres. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian di Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta disarankan dapat melakukan penelitian tindakan kelas atau eksperimen untuk meningkatkan *coping* stres pada siswa, mengingat bahwa tingkat *coping* stres pada

siswa di Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yogyakarta berada dalam kategori sedang yang berarti ada kemungkinan siswa terlibat perilaku maladaptif dalam mencari solusi dari masalah yang dihadapi.

DAFTAR PUSTAKA.

- Aziz Bachtiar. (2004). *Manajemen Sukses*. Yogyakarta: Saujana.
- Effendi, R.W. & Tjahjono, E. 1999. Hubungan antara Perilaku Coping dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Anak Pertama. *Indonesian Psychology Journal. Anima*. Vol. 14, No. 54.
- Farid Mashudi. (2012). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSoD.
- Noor Widiawati. (2007) Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan Keharmonisan Keluarga pada Isteri yang Bekerja di Desa Caturtunggal, Kecamatan Depok, Sleman. *Skripsi*. Fakultas Dakwah. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Sukidi. (2004). *Mengapa SQ Lebih Penting Daripada EQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Danah Zohar dan Ian Marshall. (2007). *SQ: Kecerdasan Spiritual*. Bandung: PT.Mizan Pustaka.