

Peran Kecerdasan Spiritual (SQ) Terhadap *Coping* Stres
Di SMA DarulUlum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang

SKRIPSI

Oleh :

MILLATIN NIHAYAH

NIM : 09410068



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2013

**Peran Kecerdasan Spiritual (SQ) Terhadap *Coping* Stres
Di SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang**

SKRIPSI

\
Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh :

MILLATIN NIHAYAH

NIM : 09410068

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
Juli, 2013**

**Peran Kecerdasan Spiritual (SQ) Terhadap *Coping* Stres
Di SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang**

SKRIPSI

Oleh :

MILLATIN NIHAYAH

NIM : 09410068

Telah Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing

H. Aris Yuana Yusuf, Lc. MA

NIP. 19730709 200003 1 002

Tanggal, 8 Juli 2013

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag

NIP. 19730710 200003 1 002

**Peran Kecerdasan Spiritual (SQ) Terhadap *Coping* Stres
Di SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang**

SKRIPSI

Oleh :

MILLATIN NIHAYAH
NIM : 09410068

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji
Dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)
Tanggal, 17 Juli 2013

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. **Andik Rony Irawan, M. Si. Psi**
Ketua / Penguji

(_____)
NIP. 19731122 19990 3 1 003

2. **H. Aris Yuana Yusuf, Lc. MA**
Sekretaris/ Pembimbing Penguji

(_____)
NIP. 19730709 200003 1 002

3. **Drs. H. Yahya, MA**
Penguji Utama

(_____)
NIP. 19660518 199103 1 004

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag
NIP. 19730710 200003 1 002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Millatin Nihayah

NIM : 09410068

Fakultas : Psikologi

Judul : Peran Kecerdasan Spiritual (SQ) Terhadap *Coping* Stres Di SMA Darul
Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar–sebenarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, peneliti bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Malang, 8 Juli 2013

Yang menyatakan,

Millatin Nihayah

MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

Artinya:

“Sesungguhnya Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan mereka sendiri” (QS. Ar-Ro’du 11)

PERSEMBAHAN

Berjuta terimakasihku teruntuk keluargaku tercinta, Bapak Moch. Kholil dan Ibunda Syamsu Hidayah, juga untuk kakakku Aning Kholidah dan Mas Ikhsan Purnama serta keponakanku Adelina Azkayla Purnama Dan seluruh keluarga besarku atas segala perjuangan, dukungan secara spiritual, mental maupun material dan kepercayaan mereka yang membuatku kuat dalam menghadapi langkahku menuju cita-cita dan harapan mereka.

*Schatzi.. you are special and important... :**

Kampretzku tercinta "Hilda, tytrin, ria, tumi, Dangdut".. semoga kita tetap menjadi sahabat untuk selamanya, tetap semangat kawanku, kejarlah cita-citamu....

Pak Iwan, Pak Hilmy, Teman-teman seperjuangan psikologi angkatan 2009, serta teman dan adek2 kosku makasih

Sungguh segala kesanggupan untuk menyelesaikan TUGAS BESAR ini takkan pernah berhasil tanpa semangat dan kepercayaan yang telah mereka berikan untukku. Hanya inilah persembahan kecil yang bisa aku berikan untuk mereka.

Terimakasih.....

KATA PENGANTAR

Puji syukur hanyalah bagi Allah SWT, Dzat yang menguasai semua makhluk dengan kebesarannya, yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga laporan penulisan skripsi telah selesai tersusun.

Sholawat serta salam semoga senantiasa tetap terlimpahkan kepada motivator umat muslim yakni Nabi Muhammad SAW, sebagai penuntun terbaik untuk umat dalam mencari ridlo Allah SWT. Untuk mencapai kebahagiaan Dunia dan Akhirat.

Penyusunan dan penulisan skripsi ini merupakan karya ilmiah bagi setiap mahasiswa dalam rangka menyelesaikan studi program sarjana strata satu untuk memperoleh gelar sarjana psikologi (S. Psi). Penulisan skripsi ini tentunya tiada lepas dari peran serta bantuan dari pihak lain. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M.Si, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. H. Aris Yuana Yusuf, Lc. MA, selaku dosen pembimbing yang senantiasa bersabar dalam membimbing dan mengarahkan selama penyusunan skripsi hingga terselesaikan.
4. Drs. H. Muhaimin, Ms. M.Pd selaku kepala sekolah SMA Darul Ulum 1 unggulan BPP-T Jombang yang memberikan izin untuk pelaksanaan penelitian.
5. Kepada Orang tua yang telah membesarkan dan selalu memberikan motivasi, tentunya doa yang tak hentinya demi kelancaran kepada buah hatinya.
6. Kepada bapak dan ibu dosen Fakultas Psikologi yang telah membimbing serta memberi pengetahuan dan ilmu yang bermanfaat selama perkuliahan.

7. Kepada bapak dan ibu dosen PKPBA, selama dua semester telah membimbing untuk mengerti tentang penggunaan bahasa arab dengan baik.
8. Kepada kelompok PKLI Baran Buring yang telah memberi pengalaman dan pelajaran tentang hidup yang sebenarnya.
9. Beserta berbagai pihak, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal. Amin.

Akhirnya penulis menyadari, bahwa dalam penyusunan skripsi ini telah terselesaikan, meskipun masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis harapkan kritik dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini menjadi lebih baik.

Malang, 8 Juli 2013

Penulis

Millatin Nihayah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAKSI	xiv

BAB I: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8

BAB II: KAJIAN PUSTAKA

A. <i>Coping</i> Stres	
1. Pengertian <i>Coping</i> Stres	10
2. Macam-macam <i>Coping</i>	11
3. Bentuk-bentuk <i>Coping</i>	13
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Coping</i> stres	16
5. Proses <i>Coping</i>	19
6. Fungsi <i>Coping</i> stres	20
7. <i>Coping</i> menurut islam	20

B. Kecerdasan Spiritual	
1. Pengertian Kecerdasan Spiritual.....	25
2. Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual.....	27
3. Komponen-komponen Kecerdasan Spiritual.....	29
4. Fungsi Kecerdasan Spiritual.....	30
5. Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual.....	32
6. Konsep Kecerdasan Spiritual (SQ) Danah Zohar, Ian Marshall dan ESQ Ary Ginanjar Agustian	33
7. Kecerdasan Spiritual menurut Islam.....	37
C. Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan strategi <i>coping</i> stres	43
D. Hipotesis Penelitian	48

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	49
B. Identifikasi Variabel Penelitian	49
C. Definisi Operasional	50
D. Populasi dan Sampel.....	51
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	52
F. Instrumen Penelitian	52
G. Validitas dan Reliabilitas.....	57
H. Analisis Data.....	60

BAB IV :HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang	62
B. Hasil Penelitian.....	72
C. Pembahasan	79

BAB V: PENUTUP

A. Kesimpulan.....	88
B. Saran	89

Daftar Pustaka

Lampiran

DAFTAR TABEL

TABEL I	: Perbedaan dan Persamaan Konsep Kecerdasan Spiritual Danah Zohar, Ian Marshall dan Ary Ginanjar Agustian.....	20
TABEL II	: Skor Skala Likert.....	53
TABEL III	: Blue Print Skala <i>Coping Stres</i>	54
TABEL IV	: Blue Print Skala Kecerdasan Spiritual.....	56
TABEL V	: Koefisien Reliabilitas Skala Kecerdasan Spiritual dan Strategi <i>Coping</i>	60
TABEL VI	: Jumlah Siswa SMA Darul Ulum 1	64
TABEL VII	: Keadaan Guru SMA Darul Ulum 1	65
TABEL VIII	: Fasilitas Sekolah SMA Darul Ulum 1.....	66
TABEL IX	: Kegiatan Pondok dan Sekolah	69
TABEL X	: Jam KBM SMA Darul Ulum 1	70
TABEL XI	: Deskriptif Statistik <i>Coping</i> stres Siswa-siswi.....	72
TABEL XII	: Skor dan Kategori Kecerdasan Spiritual dan <i>Coping</i> Stres Siswa-siswi	72
TABEL XIII	: Jumlah dan Prosentase <i>Problem-Focused Coping</i> dan <i>Emotion-Focused Coping</i>	75
TABEL XIV	: Prosentase Perbandingan dari Kecerdasan Spiritual dan <i>Coping</i> stres	76
TABEL XV	: Deskriptif Statistik Kecerdasan Spiritual Siswa Siswi.....	77
TABEL XVI	: Kategori Tingkat Kecerdasan Spiritual Siswa-siswi.....	77
TABEL XVII	: Jumlah dan Prosentase Kecerdasan Spiritual	78
TABEL XVIII	: Hubungan antara Kecerdasan Spiritual (SQ) dengan <i>Coping</i> Stres.....	78

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR I : Skema Proses <i>Coping</i>	19
GAMBAR II : Skema Hubungan Variabel Penelitian	50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Blue Print Kecerdasan Spiritual Sebelum Ujicoba
- Lampiran 2 : Skala *Coping* Stres
- Lampiran 3 : Skala Kecerdasan Spiritual (SQ)
- Lampiran 4 : Validitas *Problem Focused Coping*
- Lampiran 5 : Validitas *Emotion Focused Coping*
- Lampiran 6 : Validitas Kecerdasan Spiritual (SQ)
- Lampiran 7 : Reliabilitas *Problem Focused Coping*
- Lampiran 8 : Reliabilitas *Emotion Focused Coping*
- Lampiran 9 : Reliabilitas Kecerdasan Spiritual (SQ)
- Lampiran 10 : Frekuensi dan Prosentase *Problem Focused Coping*, *Emotion Focused Coping* dan Kecerdasan Spiritual.
- Lampiran 11 : Crosstabulation Antara Kecerdasan Spiritual dengan *Problem Focused Coping* dan Kecerdasan Spiritual dengan *Emotion Focused Coping*
- Lampiran 12 : Korelasi Antara Kecerdasan Spiritual dengan *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*
- Lampiran 13 : Skor Mentah Skala *Coping* Stres
- Lampiran 14 : Skor Mentah Skala Kecerdasan Spiritual (SQ)
- Lampiran 15 : Surat Perizinan dari Dinas Pendidikan Kab. Jombang
- Lampiran 16 : Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Sekolah SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang.
- Lampiran 17 : Bukti Konsultasi

ABSTRAK

Nihayah, Millatin. 2013. Skripsi. *Peran Kecerdasan Spiritual (SQ) Terhadap Coping Stress Di SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : H. Aris Yuana Yusuf, Lc. MA

Kata kunci : Kecerdasan Spiritual, *Coping* Stres

Stress merupakan suatu kondisi yang sering dialami oleh setiap orang. Hal itu dimungkinkan juga terjadi kepada siswa-siswi SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang. Sekolah dengan sistem *fullday* serta tinggal di pondok pesantren menambah padatnya kegiatan yang dijalani oleh siswa-siswi. Kondisi stress tersebut menuntut siswa-siswi untuk dapat memilih *coping* stress yang tepat untuk mengatasi tekanan, baik dengan *problem-focused coping* maupun *emotion-focused coping*.

Bermukim di pondok pesantren memiliki manfaat tersendiri bagi siswa-siswi karena pesantren merupakan lembaga yang sarat dengan kegiatan-kegiatan yang mendukung terbentuknya kecerdasan spiritual siswa yang tinggal di dalamnya. Sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi strategi *coping*, spiritualitas membuat seseorang cenderung menggunakan *problem-focused coping* dalam mengatasi tekanan permasalahan yang dihadapinya. Oleh karenanya, dilakukan penelitian dengan tujuan, yakni (1) untuk mengetahui tingkat *coping* stress siswa-siswi (2) untuk mengetahui tingkat kecerdasan spiritual siswa-siswi, dan (3) untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual (SQ) dengan *coping* stress di SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan kecerdasan spiritual (SQ) sebagai variabel bebas dan *coping* stress sebagai variabel terikatnya. Kemudian teknik korelasi *product moment* digunakan untuk menguji hubungan antara kecerdasan spiritual (SQ) dengan *coping* stress. Sebelumnya untuk mengkategorikan tingkat kecerdasan spiritual (SQ) digunakan *mean* dan standar deviasi, sedangkan kategorisasi *coping* stress juga dilakukan dengan menggunakan nilai *mean*. Subyek penelitian adalah siswa-siswi SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang dengan sampel penelitian sejumlah 25% yang didapatkan dari teknik random dengan mengacak nama siswa-siswi. Jumlah populasi siswa-siswi sebanyak 407 sehingga sampel didapatkan sejumlah 105 siswa-siswi.

Hasil penelitian menunjukkan sejumlah 47,6% siswa-siswi SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang tergolong memiliki tingkat kecerdasan spiritual (SQ) yang tinggi, dan 52,4% rendah. Di sisi lain sebanyak 56,2% siswa-siswi memiliki *problem-focused coping* pada kategori tinggi dan 43,8% rendah, sedangkan siswa memiliki *emotion-focused coping* pada kategori tinggi sebanyak 45,7% dan 54,3% pada kategori rendah. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual (SQ) dengan *problem-focused coping*, sedangkan antara kecerdasan spiritual dengan *emotion-focused coping* tidak terdapat adanya hubungan yang signifikan.

ABSTRACT

Nihayah, Millatin. 2013. Thesis. Role of Spiritual Intelligence (SQ) Againsts Stress *Coping* At Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang. Psychology Faculty of the Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: H. Aris Yuana Yusuf, Lc. MA

Keywords: Spiritual Intelligence (SQ), Stress *Coping*

Stress is a condition that is often experienced by everyone. It is possible also happens to high school students of Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang. School system with full day and stay at the boarding school add to the density of the activities undertaken by the students. The stress conditions requires the students to be able to choose appropriate *coping* with stress to cope with stress, either with *problem-focused coping* and *emotion-focused coping*.

Living in the boarding school has its own benefits for the students because the schools are the institutions that are loaded with activities supports the formation of spiritual intelligence of students who live in it. As one of the factors that influence *coping* strategies, spirituality makes a person likely to use *problem-focused coping* in dealing with the problems it faces pressure. Therefore, the research objectives, namely (1) to determine the level of students' stress *coping* (2) to determine the level of students' spiritual intelligence (SQ), and (3) to determine a relationship between spiritual intelligence (SQ) with stress *coping* at SMA Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang.

This study is a quantitative correlation with spiritual intelligence (SQ) as the independent variable and stress *coping* as the dependent variable. Then the product moment correlation technique is used to examine the relationship between spiritual intelligence (SQ) with stress *coping*. Previous to categorize the level of spiritual intelligence (SQ) used the mean and standard deviation, while the categorization of stress *coping* was also performed using the mean value. Subjects were high school students Darul Ulum 1 Unggulan BPP-T Peterongan Jombang with a 25% sample obtained from random technique to randomize the students name. Total population of as many as 407 students a number of 105 samples were obtained so that the students.

The results showed a 47.6% high school students Darul Ulum 1 unggulan BPP-T Peterongan Jombang quite have the level of spiritual intelligence (SQ) high, and 52.4% lower. On the other hand as much as 56.2% students have *problem-focused coping* in the high category and 43.8% lower, while the students have *emotion-focused coping* in the high category as much as 45.7% and 54.3% in the low category. The analysis showed a significant correlation between spiritual intelligence (SQ) with *problem-focused coping*, whereas between spiritual intelligence with *emotion-focused coping* is not there a significant relationship.