

Hubungan Kecerdasan Emosional terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa di Masa Pandemi COVID-19

Ni Luh Gede Taman Kristanti¹, Putu Nita Cahyawati², I Gde Yudhi Kurniawan³

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

²Bagian Farmakologi dan Farmasi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

³KSM Ilmu Kedokteran Jiwa Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali

Email¹: criztaman@gmail.com

Abstrak

Pandemi COVID-19 berdampak besar dalam berbagai sektor kehidupan termasuk dunia pendidikan di Indonesia. Pembelajaran *online* merupakan salah satu perkembangan yang terjadi di bidang pendidikan. Kondisi ini dapat mempengaruhi tingkat stres mahasiswa. Studi terdahulu melaporkan bahwa terdapat keterkaitan antara kecerdasan emosional dan stres. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini merupakan studi analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini ialah mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa sebanyak 106 mahasiswa. Hasil dari survey ini menemukan dari 106 responden, 67,9% mempunyai kecerdasan emosional tinggi dan 32,1% mahasiswa dengan tingkat emosional rendah. Analisis tingkat stres diperoleh 59,4% mahasiswa tergolong normal dan 40,6% tergolong stress. Analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres dengan nilai $p < 0,05$ dan OR sebesar 2,675. Hasil ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki kecerdasan emosional rendah berisiko 2 kali lebih besar untuk mengalami stres dibandingkan dengan responden yang memiliki kecerdasan emosional tinggi.

Kata Kunci: Kecerdasan emosional, Stres, COVID-19

Abstract

[The Relationship of Emotional Intelligence to Stress Levels of Students of the Faculty of Medicine and Health Sciences, Warmadewa University During the COVID-19 Pandemic]

The COVID-19 pandemic has had a major impact on various sectors of life, including the world of education in Indonesia. Online learning is one of the developments that occur in the field of education. This condition can affect the stress level of students. Previous studies have reported that there is a link between emotional intelligence and stress. The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and stress levels of students from the Faculty of Medicine and Health Sciences, Warmadewa University during the COVID-19 pandemic. This research is an analytic study with a cross sectional design. The sample of this study were 106 students of the Faculty of Medicine and Health Sciences, Warmadewa University. This survey revealed, out of 106 respondents, 67.9% had high emotional intelligence and 32.1% students with low emotional level. Analysis of stress levels obtained 59.4% of students classified as normal and 40.6% classified as stressed. Statistical analysis shows that there is a relationship between emotional intelligence and stress levels with a p value < 0.05 and an OR of 2.675. These results indicate that respondents who have low emotional intelligence are 2 times more likely to experience stress than respondents who have high emotional intelligence.

Keywords: Emotional intelligence, Stress, COVID-19

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 telah berdampak besar pada banyak aspek kehidupan manusia, termasuk pendidikan.⁽¹⁾ Pembelajaran *online* merupakan salah satu perkembangan yang terjadi di bidang pendidikan.⁽²⁾ Ada efek baik dan buruk dari pembelajaran *online*. Pengaruh menguntungkan dari pendidikan *online* memungkinkan untuk belajar kapan saja dan di mana saja. Dampak negatif dari pembelajaran *online* yakni penurunan hasil belajar karena materi yang disampaikan kurang dipahami, minat belajar menjadi berkurang, dan adanya gangguan-gangguan dari lingkungan, sehingga menimbulkan stres pada mahasiswa.⁽³⁾ Penyakit fisik, perselisihan psikologis, tantangan ekonomi, dan lingkungan masyarakat, dapat berkontribusi pada stres mahasiswa.⁽⁴⁾ Kondisi stres dapat diperberat oleh beberapa faktor seperti kegiatan sehari-hari, pembelajaran, dan pekerjaan, sehingga hal tersebut membuat seseorang lebih mudah stres.⁽⁵⁾ Menurut penelitian sebelumnya, kecerdasan emosional ialah sebuah variabel yang bisa memberikan pengaruh terhadap tingkat stres individu.⁽⁶⁾

Kecerdasan emosional ialah kemampuan untuk mengatur emosi seseorang, termasuk kemampuan untuk mengendalikan dorongan dan keinginan seseorang, serta sikap dan perilaku seseorang.⁽⁷⁾ Orang dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi amat sadar diri dan juga sensitif terhadap perasaan orang lain.⁽⁸⁾ Penelitian selama masa saat COVID-19 pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung terdapat mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi sebanyak 83,9% dan kecerdasan emosional sedang sebanyak 16,1%.⁽⁹⁾ Pada tahun 2019, penelitian yang dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makasar mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan tingkat stres pada mahasiswa senior mengungkapkan terdapat korelasi antara kedua variabel itu.⁽¹⁰⁾

Namun, penelitian lain menunjukkan tidak ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres mahasiswa semester delapan Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta.⁽¹¹⁾ Atas dasar situasi ini, diperlukan studi lebih lanjut untuk mengevaluasi hubungan antara kecerdasan emosional dan tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa selama pandemi COVID-19.

METODE

Penelitian ini ialah penelitian potong lintang analitik. Penelitian ini melibatkan 106 mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. Teknik pemilihan sampel menggunakan *simple random sampling*. Data dikumpulkan melalui angket data diri, *Schutte Emotional Intelligence Scale* (SEIS) dengan indikator penilaian yakni rendah (33-99) dan tinggi (100-165), serta *Depression Anxiety Stress Scales 42* (DASS 42) dengan indikator penilaian yakni normal (0-14) dan stres (15-42). Data diambil menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form*. SPSS versi 25 dan uji *Chi-Square* dipakai untuk menguji data. Penelitian ini sudah mendapatkan izin etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa dengan nomor 05/Unwar/FKIK/EC-KEPK/I/2022

HASIL

Karakteristik Sampel

Jumlah responden pada penelitian ini ialah 106 responden. Karakteristik personal responden menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia >20 tahun (56,6%) dan berjenis kelamin wanita (60,4%). Responden didominasi oleh mahasiswa tahun pertama (26,4%) dengan IPK terbanyak ialah antara 3,01–3,50 (34,0%). Hasil pengisian kuisisioner juga melaporkan bahwa mayoritas responden tidak memiliki riwayat penyakit tertentu (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
20 Tahun	46	43,4
>20 Tahun	60	56,6
Jenis Kelamin		
Laki - laki	42	39,6
Perempuan	64	60,4
Mahasiswa Tahun		
IV	26	24,5
III	26	24,5
II	26	24,5
I	28	26,4
IPK		
<2,75	1	0,9
2,76 – 3,00	35	33,0
3,01 – 3,50	36	34,0
3,50 – 4,00	34	32,1
Riwayat Penyakit		
Asma	5	4,7
Bronkitis	1	0,9
Dermatitis	1	0,9
GERD	2	1,9
Hepatitis A	1	0,9
Maag	3	2,8
Rhinitis Alergi	1	0,9
Tidak Ada	92	86,8

Karakteristik lingkungan keluarga responden menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari lingkungan keluarga yang baik dan lengkap. Hal ini ditandai dengan kondisi pernikahan orang tua yang baik, figur ayah dan ibu yang masih lengkap (Tabel 2).

Karakteristik sosial ekonomi responden menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari wilayah Denpasar (65,1%), memiliki ayah yang bekerja sebagai wiraswasta (38,7%) dan ibu sebagai IRT (31,1%). Responden juga dominan berasal dari keluarga dengan kondisi ekonomi yang cukup stabil dengan pendapatan terbanyak yakni antara 5-10 juta sebanyak 65 orang (27,4%) (Tabel 3).

Tabel 2. Karakteristik Lingkungan Keluarga Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jumlah Saudara		
1	30	28,3
2	29	27,4
3	37	34,9
>3	10	9,4
Status Orang Tua		
Bercerai	1	0,9
Tidak Bercerai	105	99,1

Tabel 2. Karakteristik Lingkungan Keluarga Responden

Ayah		
Masih Hidup	105	99,1
Sudah Meninggal	1	0,9
Ibu		
Masih Hidup	104	98,1
Sudah Meninggal	2	1,9

Tabel 3. Karakteristik Sosial Ekonomi Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pekerjaan Ayah		
BUMN	2	1,9
Dokter	4	3,8
Karyawan Swasta	18	17,0
Pedagang	1	0,9
Pensiun	8	7,5
PNS	28	26,4
Serabutan	1	0,9
TNI/Polri	3	2,8
Wiraswasta	41	38,7
Pekerjaan Ibu		
BUMN	1	0,9
Dokter	2	1,9
Guru	1	0,9
IRT	33	31,1
Karyawan Swasta	7	6,6
Notaris	2	1,9
Pedagang	5	4,7
Pensiun	3	2,8
PNS	24	22,6
Serabutan	1	0,9
Wiraswasta	27	25,5
Penghasilan Orang Tua		
<5jt	12	11,3
5-10jt	65	61,3
>10jt	29	27,4
Tempat Tinggal		
Badung	14	13,2
Denpasar	69	65,1
Gianyar	12	11,3
Karangasem	2	1,9
Klungkung	3	2,8
Tabanan	6	5,7

Gambaran Kecerdasan Emosional dan Tingkat Stres

Hasil penilaian kecerdasan emosional menunjukkan bahwa responden lebih dominan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi (67,9%) dan tingkat stres normal (59,4%) (Tabel 4 dan 5).

Tabel 4. Distribusi Kecerdasan Emosional Responden

Kecerdasan Emosional	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tinggi	72	67,9
Rendah	34	32,1

Tabel 5. Distribusi Tingkat Stres Responden

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	63	59,4
Stres	43	40,6

Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Stres

Hasil analisis menemukan bahwa dari 72 orang mahasiswa yang memiliki

kecerdasan emosional tinggi sebanyak 19 orang (26,4%) yang mengalami stres, sedangkan dari 34 orang mahasiswa dengan tingkat kecerdasan emosional rendah terdapat 24 orang (70,6%) yang mengalami stres. Berlandaskan hasil uji statistik diperoleh nilai $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres. Nilai OR sebesar 2,675 berarti responden yang memiliki kecerdasan emosional rendah risiko 2 kali lebih besar untuk mengalami stres dibandingkan dengan responden yang memiliki kecerdasan emosional tinggi (Tabel 6)

Tabel 6. Tabulasi Silang Kecerdasan Emosional terhadap Tingkat Stres

Kecerdasan Emosional	Tingkat Stres		Total n (%)	Nilai <i>p</i>	OR
	Normal	Stres			
	n (%)	n (%)			
Rendah	10 (29,4%)	24 (70,6%)	34 (100%)		
Tinggi	53 (73,6%)	19 (26,4%)	72 (100%)	0,000	2,675
Total	63	43	106		

PEMBAHASAN

Kecerdasan Emosional

Survei ini mengungkapkan, dari 106 responden, 67,9% mempunyai kecerdasan emosional tinggi dan 32,1% mempunyai kecerdasan emosional buruk. Faktor internal seperti jenis kelamin dan usia mempengaruhi kecerdasan emosional remaja. Keluarga ialah sebuah elemen eksternal yang bisa memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosional. Ada perbedaan yang cukup besar dalam kecerdasan emosional antara laki-laki dan perempuan, dengan laki-laki memiliki EQ yang lebih besar daripada perempuan karena ketegasan superior mereka, pengaturan diri, dan kontrol emosional.⁽¹²⁾ Kecerdasan emosional mempengaruhi kemampuan adaptasi seseorang dan kecerdasan emosional dipengaruhi oleh usia.⁽¹³⁾ Semakin bertambah usia, kecerdasan emosional akan semakin tinggi.⁽¹⁴⁾ Pola asuh yang baik juga diperlukan untuk perkembangan kecerdasan

emosional. Jika gaya pengasuhan positif EQ semakin tinggi, jika gaya pengasuhan negatif EQ rendah.⁽¹⁵⁾

Tingkat Stres

Hasil studi ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tidak mengalami stres (59,4%). Berbagai hal bisa menimbulkan stres. Salah satunya ialah nilai rata-rata mahasiswa. Pada studi ini capaian IPK mahasiswa tertinggi (3,01-3,50) hanya mencapai 34%. Mayoritas mahasiswa mempunyai IPK antara 3,0 dan 3,5 serta tingkat stres sedang, yang konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya (65,88%).⁽¹⁶⁾ Stres dapat disebabkan oleh sistem blok yang mengakibatkan pembelajaran yang padat, banyaknya tugas, tekanan dalam belajar menjelang ujian, keinginan untuk mendapatkan nilai tinggi, dan kecemasan yang disebabkan oleh upaya mahasiswa untuk lulus dalam setiap ujian.⁽¹⁷⁾ Mayoritas mahasiswa dengan tingkat stres yang agak tinggi ialah perempuan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas didapatkan hasil bahwa (69,6%) mahasiswi kedokteran tahun pertama melaporkan tingkat stres yang lebih besar daripada laki-laki (30,4%).⁽¹⁸⁾ Tingkat stres siswa juga dipengaruhi oleh pendapatan orang tua selama wabah COVID-19. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa beberapa orang tua bekerja dari rumah dan yang lainnya telah diliburkan. Pada penelitian ini orang tua responden rata-rata mendapatkan gaji 5-10 juta sebanyak 65 orang (61,3%). Berlandaskan penelitian sebelumnya, terdapat hubungan antara stres siswa dengan posisi sosial ekonomi keluarga (OR = 0,726, CI = 0,645-0,817).⁽¹⁹⁾ Pendapatan orang tua sangat besar pengaruhnya terhadap kemauan mahasiswa untuk belajar. Biaya di perguruan tinggi swasta umumnya jauh lebih mahal dibandingkan dengan perguruan tinggi negeri atau pemerintah. Apabila biaya kuliah tidak dibayar, hal tersebut dapat menurunkan motivasi belajar mahasiswa dan mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa.⁽²⁰⁾

Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Stres

Hasil studi ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki kecerdasan emosional tinggi sebanyak 72 orang, dimana 19 orang (26,4%) mengalami stres, sedangkan 53 orang (73,6%) tidak mengalami stres. Terdapat 34 responden dengan kecerdasan emosional yang rendah, 24 responden (70,6%) merasa stres dan 10 (29,4%) tidak mengalami stres. Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan kecerdasan emosional terhadap tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa pada masa pandemi COVID-19. Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres akademik pada mahasiswa dengan nilai $p < 0,05$.⁽²¹⁾ Orang dengan kecerdasan emosional rendah mengalami lebih banyak stres akademik. Orang dengan kecerdasan

emosional yang tinggi memiliki kebahagiaan, keaktifan, dan semangat yang lebih besar dalam aktivitas mereka dan memiliki kinerja yang lebih baik. Mereka juga lebih optimis tentang kehidupan dan lebih tahan terhadap stres. Orang yang tidak mampu memahami, mengekspresikan dan mengatur emosinya tidak dapat mengelola stres dengan baik, merasakan stres yang lebih intens, dan memiliki penyesuaian psikologis yang kurang.⁽²²⁾

SIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa di masa pandemi COVID-19.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa dan seluruh pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Cahyawati PN, Pradnyawati LG, Puspa Ningsih NLA. Analisis dan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Masa Pandemi Covid-19 Pada Pekerja Salon dan Spa. COMSERVA Indones J Community Serv Dev. 2021;1(7):328–34.
2. Harapani A. Pengaruh Kuliah Daring Saat Pandemi Covid-19 Terhadap Kemampuan Mahasiswa. 2020;8.
3. Adi NNS, Oka DN, Wati NMS. Dampak Positif dan Negatif Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19. J Ilm Pendidik dan Pembelajaran. 2021;5(1):1–13.
4. Sudarya IW, Bagia IW, Suwendra IW. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Jurusan Manajemen Undiksha Angkatan 2009. e-Journal Bisma Univ Pendidik Ganesha Jur Manaj. 2014;2(1):1–10.

5. Wahyudi R, Nazriati, E, Bebasari E, Pathmanathan, Vilaseeni V dr. MHSK, Marbun, Agnes Putri et al. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Program Transfer Keperawatan yang Sedang Menyusun Skripsi. Researchgate [Internet]. 2018;1(1):446–59.
6. Teddy Tjahyanto, Ni Kanaya, Grace Keren, Eunike Angellina Mulyadi KSL. Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Depresi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. 2021;3(2):6.
7. Rachmi F. Pengaruh Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Spiritual, Kecerdasan Sosial, Dan Perilaku Belajar Terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi (Studi Empiris pada Mahasiswa Akuntansi Universitas Diponegoro Semarang dan Universitas Gajah Mada Yogyakarta). Vol. 19, Skripsi. 2010.
8. Serrat O. Understanding and Developing Emotional Intelligence. Knowl Solut. 2017;(June):329–39.
9. Dewi IA, Oktaria D, Kurniawan B, Kedokteran F, Lampung U, Kedokteran BP, et al. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kesiapan Belajar Mandiri Mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung The Relation Between Emotional Quotient and Self-Directed Learning Readiness of Students in Medical Faculty of Lampung University. 2020;9:592–7.
10. Safri A. Hubungan Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Terhadap Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. 2019;
11. Novianto H. Hubungan Kecerdasan Emosi (Emotional Quotient) Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Semester VIII Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta. Theor Appl Genet [Internet]. 2010;7(2):1–7.
12. Rosdiana Arifani. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Cybersex. Rev Bras Ergon [Internet]. 2016;9(2):10.
13. Avriyani RAA. Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Kemandirian Pada Usia Dewasa Awal. 2018;1–81.
14. Purnama L. Tingkat kecerdasan..., Lukas Purnama, FKM UI, 2010. 2012;
15. Chotimah K. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja. 2012.
16. Nurdiansyah G, Yamin A, DA IA. Tingkat Stress Mahasiswa S1 Angkatan 2014 Dalam Menghadapi Peningkatan Strata Pendidikan Di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Kampus Garut. J Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nurs Journal). 2021;7:20–6.
17. Kountul YPD, Kolibu FK, Korompis GEC, Kesehatan F, Universitas M, Ratulangi S, et al. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Nomophobia Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. Kesmas. 2020;9(6).
18. Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. J Kesehat Andalas. 2019;8(1):103.
19. Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. Psychiatry Res [Internet]. 2020;287:112934.
20. Rinawati F, Sucipto. Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Analysis of Factors Affecting Stress and Student Learning Motivation. J Keperawatan Jiwa. 2019;7(1):95–100.

21. Kauts DS. Emotional Intelligence and Academic Stress among College Students. *Educ Quest- An Int J Educ Appl Soc Sci.* 2016;7(3):149.
22. Zarei F, Akbarzadeh I, Khosravi A. The Relationship between Emotional Intelligence and Stress, Anxiety, and Depression among Iranian Students. *Int J Heal Stud [Internet].* 2019;5(3):1–5.