naspub rev.docx

by PHIYONASTORE

Submission date: 31-May-2024 10:15AM (UTC+0700)
Submission ID: 2391769380
File name: naspub_rev.docx (99.3K)
Word count: 5149
Character count: 36296

Artikel Penelitian

Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Kecemasan selama Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Angkatan 2019 Universitas Tanjungpura

Fatayatun Nur Febrianti1, Desni Yuniarni2, Mitra Handini3

Abstrak

Perubahan kondisi di berbagai aspek kehidupan selama pandemi Covid-19 membuat mahasiswa tidak siap baik secara fisik maupun psikis sehingga rentan mengalami kecemasan. Kecemasan pada mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran membutuhkan perhatian lebih karena dapat memengaruhi performa akademik maupun pengembangan profesionalisme. Salah satu cara untuk menangani kecemasan adalah dengan kemampuan mengelola emosi yang disebut kecerdasan emosional. Semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang maka semakin baik pengelolaan emosinya. Tujuan: Mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat kecemasan selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian analitik potong-lintang. Sebanyak 79 mahasiswa menjadi responden melalui metode consecutive sampling. Kuesioner kecerdasan emosional digunakan untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional dan Beck Anxiety Inventory untuk mengukur tingkat kecemasan. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil: Hasil uji korelasi kecerdasan emosional dengan kecemasan pada variabel pengenalan diri (p = 0,006;r = -0,307), pengendalian diri (p = 0,491;r = -0,079), motivasi (p = 0,097;r = -0,188), empati (p = 0,933;r = -0,010), dan keterampilan sosial (p = 0,579;r = -0,063). Simpulan: Terdapat hubungan signifikan secara statistik yang berlawanan arah antara kecerdasan emosional pada variabel pengenalan diri dengan tingkat kecemasan selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura.

Kata kunci: Kecerdasan emosional, kecemasan, pandemi Covid-19, mahasiswa kedokteran

Abstract

Unexpected changes in various aspects of life during the Covid-19 pandemic have made students more vulnerable to anxiety. Anxiety among students, especially medical students, requires more attention because it might affect their academic performance and professional development. One factor that may affect anxiety is the ability to manage emotions or emotional intelligence. The higher the emotional intelligence, the better the emotion management skill. Objective: This study aimed to determine the correlation between emotional intelligence and anxiety levels during the Covid-19 pandemic among third-year medical students at Tanjungpura University. Methods: This study was an analytical cross-sectional study. A total of 79 students participated in the study. The emotional intelligence questionnaire and the Beck Anxiety Inventory questionnaire were used to measure emotional intelligence and anxiety levels, respectively. Data were analyzed using the Spearman correlation test. Results: The results of the emotional intelligence correlation test with anxiety on self-awareness variables (p = 0.006; r = -0,307), self-control (p = 0.491; r = -0.079), motivation (p = 0.097; r = -0.188), empathy (p = 0.933; r = -0.010), and social skills (p = 0.579; r = -0.063). Conclusion: There is a statistically significant opposite correlation between emotional intelligence on the self-awareness variable and the level of anxiety during the Covid-19 pandemic among third-year medical students at Tanjungpura University.

Keywords:*Emotional intelligence, anxiety, Covid-19 pandemic, medical students*

Affiliasi penulis : 1. Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat.2. Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat.3. Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat
Korespondensi :Fatayatun Nur Febrianti email: febriantinur38@gmail.com Telp: 089520768502

PENDAHULUAN

Tahun 2020 dan tahun berikutnya tampaknya sedikit berbeda dari tahun-tahun sebelumnya. Masyarakat saat ini sedang dilanda rasa cemas, khawatir, hingga stres yang disebabkan oleh munculnya virus jenis baru yang menginfeksi sistem pernafasan. Virus ini dapat menular pada manusia yang dikenal dengan severe acute respiratory syndrome coronavirus-2 (SARS-CoV-2) dengan nama

penyakitnya yaitu Coronavirus Disease-19 (Covid-19). Penyebaran virus ini tergolong cepat dan dapat menyebabkan kematian. Virus SARS-CoV-2 pertama kali ditemukan di kota Wuhan, Cina, sejak Desember 2019. WHO (World Health Organization) akhirnya menetapkan Covid-19 sebagai pandemi karena penambahan jumlah kasus yang berlangsung cepat dan terjadi penyebaran luas keluar wilayah Wuhan dan negara lain.1 Menurut data dari Worldometers pada tanggal 13 April 2021, kasus Covid-19 di dunia telah mencapai 137.934.045 kasus dengan angka kematian sebanyak 2.969.739 jiwa.2 Salah satu negara yang mengalami paparan wabah Covid-19 adalah Indonesia. Indonesia sendiri menempati urutan ke-19 sebagai negara dengan jumlah kasus Covid-19 terbanyak di dunia. Hingga tanggal 13 April 2021 tercatat ada 5.702 kasus baru dengan total kasus mencapai 1.577.526 kasus. Angka kematian di Indonesia tercatat mencapai sebanyak 43.782 jiwa.2 Tingginya angka penyebaran virus Covid-19 di Indonesia membuat pemerintah sempat memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk mengurangi aktivitas masyarakat di luar rumah agar dapat bersama-sama memutus rantai penyebaran Covid-19. Kondisi pandemi seperti ini menuntut kita melakukan segala aktivitas di rumah seperti kerja dari rumah, belajar dari rumah, dan ibadah dari rumah.3 Perubahan kondisi yang tiba-tiba ini tentunya membuat masyarakat tidak siap menghadapinya baik secara fisik maupun psikis.4 Penyebaran Covid-19 yang semakin hari semakin mengkhawatirkan menimbulkan perasaan tertekan dan cemas yang merupakan respon umum dari orang-orang yang terdampak baik secara langsung atau tidak. Selain cemas karena takut tertular, segala aktivitas yang harus dilakukan di rumah juga membuat perasaan semakin tertekan. Salah satu yang terdampak pada keadaan ini adalah mahasiswa. Mahasiswa harus melakukan pembelajaran yang dilakukan secara daring (dalam jaringan) dari rumah. Hal ini, menuntut mahasiswa untuk menyesuaikan kuliah daring ini dengan aplikasi-aplikasi yang sebelumnya tidak pernah digunakan. Mahasiswa juga merasa cemas karena dengan kuliah daring ini lebih banyak tugas dibandingkan dengan pengajaran mata kuliah itu sendiri serta mahasiswa juga cemas apakah mereka bisa tetap mendapatkan IPK yang baik atau tidak karena tentunya akan ada kendala dari sarana dan prasarana yang digunakan.5 Dari penelitian yang dilakukan oleh Melani Kartika Sari, didapatkan sebagian besar mahasiswa (38,57%) mengalami stres sedang akibat kesulitan memahami materi secara daring.6 Kecemasan pada mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran membutuhkan perhatian yang lebih karena dapat memengaruhi performa akademik maupun pengembangan profesionalisme. Kecemasan akan berpengaruh kepada kemampuan mengingat, kemampuan penyesuaian diri atau adaptasi, performansi akademik, berdampak pada hubungan sosial, dan kesuksesan pendidikan, pekerjaan, serta aktivitas lainnya. Kecemasan dapat mengakibatkan terganggunya pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku. Hal tersebut tentunya akan dapat memengaruhi kinerja mahasiswa kedokteran pada saat berhadapan dengan pasien nantinya. Kecemasan ini dapat membuat diri menjadi tidak bisa berpikir secara rasional sehingga apabila seseorang mengalami kecemasan maka akan sulit menentukan dan mengambil keputusan terbaik untuk hidupnya.7 Penelitian Cao, et al, di tahun 2020 pada 7.143 mahasiswa menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami kecemasan berat, 2,7% mengalami kecemasan sedang, dan 21,3% mengalami kecemasan ringan terhadap Covid-19.1 Kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, seperti perasaan khawatir atau was-was, perasaan kacau, tidak enak dan ditandai dengan istilah kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang dialami dalam tingkat dan situasi yang berbeda-beda. Perasaan ini dapat muncul ketika seseorang mengantisipasi kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan di masa yang akan datang. Kecemasan mungkin melibatkan perasaan, perilaku, dan respon-respon fisiologi seperti timbulnya keringat dingin, tangan yang gemetaran, dan jantung yang berdebar-debar.8 Salah satu cara untuk menangani kecemasan adalah dengan kemampuan mengelola emosi yang disebut kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional didefinisikan sebagai serangkaian kemampuan nonkognitif yang memengaruhi kesuksesan adaptif individu dengan membentuk interpretasi dan respon terhadap tuntutan dan tekanan lingkungan. Terdapat lima komponen kecerdasan emosional yaitu pengenalan diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial.9 Pengaruh positif kecerdasan emosional terhadap pengendalian kondisi psikologis atas perubahan yang terjadi sangatlah tinggi. Dengan adanya kecerdasan emosional yang baik, seseorang dapat memiliki pemahaman kesadaran diri yang baik pula tentang dirinya dan orang-orang di sekitarnya. Semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang maka semakin baik pula pengelolaan emosinya, sehingga akan lebih mudah dalam menangani atau mengatasi kecemasan.10 Adanya keterkaitan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan selama pandemi Covid-19 merupakan hal menarik untuk diteliti secara lebih lanjut. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat kecemasan selama pandemi Covid-19 yang akan dilakukan kepada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura agar dapat dilihat ada tidaknya keterkaitan antara kedua variabel dan akan bersifat positif atau negatif. Mahasiswa angkatan 2019 atau mahasiswa tingkat III yang baru memasuki semester 5 dipilih sebagai subjek penelitian dikarenakan beberapa penelitian menilai mahasiswa tingkat II dan III lebih stabil dibandingkan mahasiswa tingkat I yang seringkali mengalami kecemasan karena harus dapat

beradaptasi dengan lingkungan yang baru, menyesuaikan dengan kurikulum yang berbeda dari jenjang pendidikan sebelumnya, dan juga perubahan lingkungan sosial. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa paparan yang lebih lama terhadap sumber kecemasan akan menurunkan tingkat kecemasan yang dialami subyek penelitian.11 Hal ini juga berlaku untuk angkatan 2019 yang sudah menjalani masa perkuliahan selama kurang lebih satu tahun sehingga sudah mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Angkatan 2019 ini juga dinilai lebih stabil kecemasannya dibandingkan mahasiswa tingkat akhir karena belum dibebani oleh tingkat kesulitan kuliah yang semakin tinggi serta tuntutan untuk segera menyelesaikan tugas akhir. Mahasiswa tingkat akhir seringkali merasa cemas berkaitan dengan proses pengerjaan skripsi, masa kuliah yang akan segera berakhir, dan tekanan dari orangtua yang mengharuskan lulus tepat waktu.12,13

METODE

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif jenis analitik korelasional dengan pendekatan potong lintang yang dilakukan pada bulan Maret-Oktober 2021. Pengambilan data dilakukan secara daring menggunakan aplikasi *Zoom* sebagai media pertemuan dan *Google Form* untuk pengisian kuesioner. Sebanyak 79 mahasiswa menjadi responden melalui metode *consecutive sampling*. Kuesioner kecerdasan emosional digunakan untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional dan Beck Anxiety Inventory untuk mengukur tingkat kecemasan. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman.

HASIL

Distribusi responden (Tabel 1.1) berdasarkan jenis kelamin dan usia menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak (54,4%) dan responden terbanyak berada di usia 20 tahun (60,8%).

Distribusi Kecerdasan Emosional Responden (Tabel 1.2) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura didominasi oleh kecerdasan emosional tingkat sedang pada semua variabel.

Kecerdasan emosional responden berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh kecerdasan emosional tingkat sedang baik pada laki-laki maupun perempuan serta pada usia remaja maupun dewasa (Tabel 1.3). Berdasarkan hasil uji beda non-parametrik *Mann-Whitney*, didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan bermakna untuk tingkat kecerdasan emosional antara laki-laki dan perempuan (p>0,05). Terdapat perbedaan bermakna antara kecerdasan emosional dengan usia responden pada variabel pengenalan diri dengan nilai p = 0,036 (p<0,05) namun tidak terdapat perbedaan bermakna pada variabel pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial (p>0,05).

Kecemasan mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 didominasi oleh kecemasan tingkat ringan yaitu sebanyak 58 orang (73,4%), disusul oleh kecemasan tingkat sedang sebanyak 19 orang (24,1%) dan kecemasan tingkat berat sebanyak 2 orang (2,5 %). Penelitian ini juga mencoba menggali hal-hal apa saja yang menimbulkan kecemasan pada mahasiswa melalui pertanyaan yang diajukan pada lembar *screening*. Melalui beberapa pertanyaan pada lembar screening didapatkan daftar berbagai faktor yang menurut responden menyebabkan kecemasan. Banyak responden mengungkapkan faktor yang sama yang membuat mereka cemas. Setiap faktor selanjutnya dicari intensitas kemunculannya (disebutkan oleh responden). Faktor yang sama disebutkan oleh responden akan meningkatkan intensitas faktor tersebut. Berdasarkan jawaban responden, penulis selanjutnya memfokuskan pada lima penyebab terbanyak (Tabel 1.4).

Kecemasan responden berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh kecemasan tingkat ringan baik pada laki-laki maupun perempuan serta pada usia remaja maupun dewasa (Tabel 1.5). Berdasarkan hasil uji beda non-parametrik Mann-Whitney, didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan bermakna untuk tingkat kecemasan antara laki-laki dan perempuan (p>0,05) serta tidak terdapat perbedaan bermakna untuk tingkat kecemasan antara usia remaja dan dewasa (p>0,05).

Analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman* pada Tabel 1.6 menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang cukup antara kecerdasan emosional dengan tingkat kecemasan pada variabel pengenalan diri (p = 0,006;r = -0,307). Tidak terdapat hubungan bermakna antara kecerdasan emosional dengan tingkat kecemasan pada variabel lainnya

PEMBAHASAN

Tingkat Kecerdasan Emosional Mahasiswa Program Studi Kedokteran Angkatan 2019 Universitas Tanjungpura

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kecerdasan emosional tingkat sedang untuk semua variabel. Hasil ini sejalan dengan penelitian Dinan14 yang menyatakan bahwa mayoritas mahasiswa semester 3-6 memiliki kecerdasan emosional yang tergolong sedang (49.73%). Hal ini juga didukung oleh Ewaiwe, *et al*,15 yang mengatakan bahwa seiring kemajuan mahasiswa kedokteran dari tahap dasar ke tahap klinis, kesadaran mereka akan perasaan dan emosi mereka sendiri akan semakin berkurang. Beberapa variabel kecerdasan emosional seperti pengenalan diri dan empati dapat menurun seiring dengan mahasiswa yang melanjutkan jenjang studi mereka. Penurunan ini dapat dikaitkan dengan banyak faktor seperti perbedaan antara harapan sebelumnya terhadap apa yang akan didapatkan mahasiswa selama studi

dengan kenyataan yang mereka dapatkan sebenarnya seringkali menimbulkan kekecewaan, menurunnya harga diri dan kepercayaan diri, perubahan lingkungan sosial, dan tantangan pendidikan kedokteran itu sendiri yang semakin tinggi jenjangnya akan semakin berat.15 Mahasiswa kedokteran hari ini adalah seorang dokter di masa depan kelak. Fondasi yang kuat baik dalam intelektual maupun emosional sangatlah penting untuk menjadikan seorang dokter yang terampil dan mampu membina hubungan baik dengan pasien sehingga dapat meningkatkan kepercayaan dan kepuasan dari kedua belah pihak. Kecerdasan emosional yang tinggi diyakini penting bagi kehidupan praktik dokter dimana hal ini memungkinkan mereka untuk menjadi lebih baik dalam menangani pasien dengan menggunakan emosi untuk menyelidiki dan mencapai diagnosis yang benar serta dapat membantu dokter untuk memahami sudut pandang yang berbeda secara bersamaan, memahami reaksi mereka sendiri terhadap pasien, dan dapat menangani stres dengan cara yang tepat.15 Distribusi kecerdasan emosional mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa pada mahasiswa laki-laki dan perempuan sama-sama didominasi oleh kecerdasan emosional tingkat sedang. Tidak terdapat perbedaan bermakna pada tingkat kecerdasan emosional laki-laki dan perempuan dengan nilai p = 0,355 untuk variabel pengenalan diri, p = 0,378 untuk variabel pengendalian diri, p = 0,741 untuk variabel motivasi, p = 0,250 untuk variabel empati, dan p = 0,593 untuk variabel keterampilan sosial. Hasil ini sesuai dengan penelitian Shadiqi, Attiyeh, dan Erlyani16 yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *mean* skor kecerdasan emosional laki-laki dengan perempuan, juga penelitian Irmawati, Tayeb, dan Idris17 dimana tidak ditemukannya hubungan kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian Bariyyah dan Latifah18 menunjukkan hasil yang berbeda dimana didapatkan hasil perbedaan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional antara laki-laki dan perempuan. Tidak terdapatnya hubungan antara kecerdasan emosional dengan jenis kelamin pada penelitian ini dapat disebabkan karena masing-masing jenis kelamin baik laki-laki maupun perempuan memiliki keunggulan dalam komponen kecerdasan emosional seperti pada laki-laki lebih baik dalam pengaturan emosi dan mengendalikan stres sedangkan perempuan dianggap lebih terampil dalam hal empati.16 Berdasarkan pembagian usia menurut WHO,19 mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura terbagi menjadi dua kelompok usia yakni usia remaja (10-19 tahun atau < 20 tahun) dan usia dewasa (≥ 20 tahun). Distribusi kecerdasan emosional mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 berdasarkan usia menunjukkan bahwa kecerdasan emosional tingkat sedang didominasi oleh mahasiswa yang sudah berusia dewasa. Didapatkan perbedaan yang bermakna pada variabel pengenalan diri p = 0,036 namun tidak terdapat perbedaan bermakna antara kecerdasan emosional dengan nilai p = 0,743 untuk variabel pengendalian diri, p = 0,720 untuk variabel motivasi, p = 0,965 untuk variabel empati, dan p = 0,905 untuk variabel keterampilan sosial. Adanya perbedaan bermakna pada variabel pengenalan diri dengan usia dapat disebabkan karena usia dewasa akan menyebabkan seseorang memiliki kemampuan untuk mengenali emosinya dengan lebih baik sehingga kecerdasan emosionalnya juga akan baik. Seperti yang diungkapkan oleh Goleman dalam Triwik,20 bahwa orang yang cerdas secara emosi tidak berada di apapun situasi yang menghadang dan tahu cara menenangkan diri bawah kekuasaan emosi. Mereka akan cepat kembali bersemangat. Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional. Tidak adanya hubungan kecerdasan emosional dengan usia pada variabel pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial dapat dikarenakan pada variabel-variabel tersebut terdapat faktor eksternal yang memengaruhi seseorang dalam pengembangan kemampuan serta proses pembelajaran seperti faktor lingkungan dan pendidikan sehingga tidak terdapat hubungan yang bermakna terhadap usia. Hal ini berbeda dengan variabel pengenalan diri yang lebih berorientasi terhadap diri sendiri untuk memahami konsep diri yang tepat.21

Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran Angkatan 2019 Universitas Tanjungpura selama Masa Pandemi Covid-19

Distribusi tingkat kecemasan mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura didominasi oleh kecemasan tingkat ringan 73,4% disusul oleh kecemasan tingkat sedang 24,1% dan tingkat berat 2,5%. Mahasiswa angkatan 2019 merupakan mahasiswa semester 5 yang sedang menempuh pendidikan tingkat 3 dimana hal ini sejalan dengan penelitian Yuniarti, Handayani, dan Andriyani22 yang menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat 3 memiliki kecemasan tingkat ringan (62,8%). Hasil penelitian Anggraeni23 juga menunjukkan hal yang serupa yaitu hampir setengah dari mahasiswa mengalami kecemasan tingkat ringan (48,0%). Kecemasan ringan dapat disebabkan oleh ketegangan yang ada dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut dapat menyebabkan seseorang menjadi lebih waspada. Kecemasan ringan ini dapat menjadi motivasi untuk belajar dan menghasilkan kreativitas dalam diri seseorang. Penelitian di Indonesia terkait kecemasan mahasiswa di masa pandemi Covid-19 juga menunjukkan hasil serupa bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan ringan dan normal (41,58%).24 Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Magdalina, Sinaga, dan Armyanti25, kecemasan tingkat sedang justru menjadi yang

terbanyak dialami oleh mahasiswa khususnya mahasiswa kedokteran (32,1% dari 64,3% mahasiswa yang mengalami kecemasan). Perbedaan dapat terjadi karena penelitian ini dilakukan pada mahasiswa tingkat I. Mahasiswa tingkat I memang dinilai lebih rentan mengalami kecemasan dibandingkan mahasiswa tingkat dua atau lebih. Hal ini karena mahasiswa tingkat lanjut sudah berhasil untuk beradaptasi dengan lingkungan kampus dan kurikulum yang baru. Faktor yang memengaruhi perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran meliputi tiga area yakni permasalahan gaya hidup, gaya belajar, dan faktor psikologis seperti pemikiran negatif akan suatu hal. Permasalahan pada gaya hidup mencakup kurangnya istirahat, asupan nutrisi, dan aktivitas fisik mahasiswa serta manajemen waktu yang tidak efisien. Gaya belajar sendiri meliputi strategi belajar yang tidak efektif seperti belajar sepanjang malam sebelum ujian, kurangnya pemahaman materi, dan waktu yang sangat terbatas untuk mengulang kembali pelajaran juga merupakan faktor penting dalam terjadinya kecemasan. Faktor psikologis yang berperan dalam terjadinya kecemasan ialah pemikiran negatif dan irasional mengenai jalannya perkuliahan terutama saat menjalani ujian serta ketakutan tidak mampu mengendalikan keadaan pada saat ujian.26 Berdasarkan hasil *screening* yang dilakukan, didapatkan beberapa hal yang menjadi penyebab kecemasan pada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 seperti yang ditampilkan pada Tabel 1.4. Penyebab kecemasan umum yang paling banyak ialah terkait dengan perkuliahan. Hal-hal terkait perkuliahan yang paling banyak disebutkan ini termasuk diantaranya adalah perubahan sistem perkuliahan secara daring, jadwal kuliah yang padat, materi kuliah yang semakin sulit, persiapan tugas video Keterampilan Klinik Dasar (KKD) yang memerlukan banyak peralatan, dan cemas karena takut terlambat presensi saat kuliah. Penyebab kecemasan kedua ialah terkait dengan penyusunan proposal tugas akhir. Mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 saat ini banyak yang sedang dalam proses penyusunan proposal dan bahkan ada yang sudah akan maju ujian proposal dalam waktu dekat. Hal ini dianggap stresor tersendiri bagi responden. Ujian menjadi penyebab kecemasan terbanyak ketiga yang dianggap menyebabkan kecemasan pada responden. Jadwal ujian yang sudah dekat saat pengambilan data dilakukan membuat responden banyak merasa cemas. Beberapa responden ada yang mengatakan bahwa belum memiliki persiapan yang matang untuk menghadapi ujian sehingga sangat takut akan hasil ujian yang jelek atau bahkan tidak dapat lulus modul yang sedang dijalaninya. Penyebab kecemasan terbanyak berikutnya adalah keluarga. Beberapa responden mengaku cemas karena orang tua, adik yang sedang sakit, dan masalah internal keluarga yang turut menambah beban pikirannya sehingga menimbulkan perasaan cemas. Ketakutan mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 akan nilai modul yang sedang dijalani ini menjadikan nilai modul sebagai penyebab kecemasan terbanyak yakni berada pada peringkat kelima. Jadwal perkuliahan yang padat dan banyaknya tugas yang harus dikerjakan membuat mereka merasa kurang memiliki waktu untuk belajar sehingga mereka khawatir akan hasil ujian dan nilai modul nantinya. Selain penyebab kecemasan secara umum dalam satu bulan terakhir, penulis juga mencoba untuk menggali hal-hal apa saja yang menyebabkan kecemasan pada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 selama pandemi Covid-19. Selama masa pandemi ini, lima hal yang menjadi penyebab kecemasan terbanyak menurut responden yaitu perkuliahan, kesehatan, sosialisasi, organisasi, dan berita-berita yang terkait dengan kasus Covid-19 (Tabel 1.4). Perkuliahan bukan hanya menjadi penyebab kecemasan secara umum bagi mahasiswa namun juga menjadi penyebab kecemasan paling banyak disebutkan oleh responden selama masa pandemi Covid-19 ini. Mayoritas responden menyebutkan bahwa selama pandemi Covid-19 berlangsung, kegiatan perkuliahan menjadi semakin sulit. Perkuliahan yang dilakukan secara daring tentunya membuat mahasiswa perlu beradaptasi lagi terhadap sistem perkuliahan yang baru. Penyebab lain yang dapat memicu munculnya masalah kecemasan mahasiswa di masa pandemi Covid-19 terkait dengan perkuliahan daring yaitu diakibatkan oleh beban tugas pembelajaran yang berat dan juga kecemasan terhadap prestasi belajar selama perkuliahan jarak jauh yang dipengaruhi oleh situasi lingkungan sekitar, kesiapan mahasiswa dalam proses pembelajaran, minat dan konsentrasi mahasiswa dalam belajar, serta waktu belajar.27 Masalah kesehatan menjadi hal yang paling banyak disebutkan responden sebagai penyebab mereka mengalami cemas di masa pandemi Covid-19 setelah masalah perkuliahan. Kesehatan diri sendiri, keluarga, dan orang-orang di sekitar menjadi hal yang paling dikhawatirkan. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 ini dapat terjadi karena mahasiswa kesehatan lebih memahami tentang patofisiologi Covid-19, bahaya yang dapat ditimbulkan, serta masih banyak masyarakat yang tidak percaya dengan penyakit Covid-19 sehingga mengabaikan protokol kesehatan yang telah dianjurkan. Hal tersebut mengakibatkan mahasiswa di bidang kesehatan lebih waspada dan cemas tertular oleh penyakit ini.28 Sosialisasi menjadi penyebab kecemasan terbanyak ketiga yang disebutkan oleh responden selama pandemi Covid-19. Pembatasan Sosial Berskala Besar atau PSBB karena pandemi Covid-19 menyebabkan mobilitas mereka terbatas hanya di rumah saja. Pola interaksi sosial yang berubah tentunya menyebabkan perasaan cemas dimana hubungan pertemanan dapat menjadi renggang, komunikasi dengan teman menjadi terhambat, dan tidak bisa keluar rumah untuk sekadar bersosialisasi dengan orang sekitar ataupun bermain

bersama teman.29 Selain sosialisasi, masalah organisasi juga menjadi penyebab kecemasan terbanyak keempat selama masa pandemi Covid-19. Organisasi bagi mahasiswa menjadi salah satu bekal softskill dimana hal ini dapat membantu mahasiswa menyiapkan diri mereka untuk mampu dan siap melaksanakan tugasnya di dalam masyarakat serta menampung minat dan bakat mahasiswa agar berkembang dan dapat menjadi kemampuan yang berguna di kemudian hari. Namun semenjak pandemi Covid-19 berlangsung, kegiatan organisasi yang awalnya dilakukan secara luring beralih menggunakan sistem daring. Perubahan dalam manajemen organisasi ini tentunya akan menimbulkan kecemasan tersendiri bagi mahasiswa apakah organisasi tersebut akan tetap dapat berjalan sebagaimana mestinya.30 Hal terakhir yang paling banyak disebutkan oleh responden sebagai penyebab kecemasan di masa pandemi Covid-19 ialah mengenai ketakutan mereka terhadap pemberitaan kasus Covid-19 di media massa. Berita mengenai pandemi Covid-19 di media massa maupun media sosial banyak menampilkan kondisi yang mengkhawatirkan. Banyaknya informasi yang mengandung unsur negatif tersebut dapat menimbulkan kekhawatiran pada diri mahasiswa. Badan Pusat Statistik melakukan survei yang berjudul "Survei Sosial Demografi Dampak Covid-19" dimana di dalamnya mengandung data tentang pemberitaan media mempengaruhi tingkat kekhawatiran masyarakat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden khawatir atau sangat khawatir dengan kondisi dan pemberitaan mengenai Covid-19.31 Kecemasan mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 selama masa pandemi Covid-19 berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh kecemasan tingkat ringan baik pada laki-laki maupun perempuan serta pada usia remaja maupun dewasa (Tabel 1.5). Berdasarkan hasil uji beda non-parametrik *Mann-Whitney*, didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan bermakna untuk tingkat kecemasan antara laki-laki dan perempuan (p>0,05). Hasil ini sejalan dengan penelitian Magdalina, Sinaga, dan Armyanti48 yang menunjukkan tidak ada hubungan antara kecemasan dan jenis kelamin. Perbedaan hasil ini dapat terjadi karena subjektivitas responden penelitian saat pengisian data. Hasil penelitian ini juga tidak terdapat perbedaan bermakna untuk tingkat kecemasan antara usia remaja dan dewasa (p>0,05). Hal ini menunjukkan bahwa setiap responden dengan usia yang berbeda mempunyai kesempatan yang sama untuk mengalami kecemasan.

Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran Angkatan 2019 Universitas Tanjungpura selama Masa Pandemi Covid-19

Hasil uji hipotesis menggunakan uji korelasi Spearman menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna dengan arah korelasi negatif antara kecerdasan emosional dengan tingkat kecemasan pada variabel pengenalan diri. Arah korelasi negatif berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah tingkat kecemasan dan sebaliknya. Berdasarkan nilai korelasinya, variabel pengenalan diri memiliki kekuatan korelasi yang cukup dengan tingkat kecemasan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di oleh Mahaur, *et al*,32 dimana didapatkan korelasi yang negatif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan tingkat kecemasan. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memahami emosi diri dan orang lain. Seseorang yang cerdas secara emosi berarti individu tersebut mampu memahami dan mengartikan kondisi yang dialaminya. Setelah memahami kondisi yang ada selanjutnya individu tersebut akan mengambil tindakan yang tepat menurut dirinya. Selain itu dengan kecerdasan emosional yang baik, seseorang cenderung memiliki kemampuan untuk menjalin hubungan interpersonal yang baik, mudah bergaul, mampu beradaptasi ketika berada di situasi stress serta mampu melibatkan diri dengan masalah yang ada untuk melaksanakan tanggung jawab.33 Kecerdasan emosional terutama pada komponen pengenalan diri dibutuhkan dalam manajemen kecemasan terlebih lagi di masa pandemi Covid-19. Pengenalan diri yang baik akan dirinya sendiri akan mencerminkan prinsip hidup dan kehidupannya dimana individu akan paham dengan apa yang diinginkannya. Tujuan pengenalan diri sendiri adalah agar individu mampu mengembangkan kesadaran mengenai diri sendiri dan sekaligus mengembangkan kemampuan untuk menampilkan diri tanpa mengganggu keberadaan orang lain serta agar individu dapat mengenali aspek-aspek positif dan aspek negatif. Dengan demikian seseorang dapat mengoptimalkan potensi dirinya secara penuh dalam mencapai tujuan hidupnya sehingga dapat beradaptasi dan mengatasi situasi yang dianggap merugikan.34 Kemampuan pengenalan diri yang baik juga dapat membuat seseorang berpikir terlebih dahulu sebelum menyebarkan suatu informasi yang tidak diketahui sumbernya. Hal ini sangat membantu selama masa pandemi Covid-19 sehingga dapat mengurangi penyebaran hoax mengenai Covid-19 yang seringkali menimbulkan kegaduhan di masyarakat. Terlebih lagi bagi mahasiswa kedokteran, pengenalan diri sangat penting bagi seorang dokter dalam menjalani profesinya agar tidak menyebabkan depersonalisasi, *burnout*, dehumanisasi, depresi, dan frustasi.35 Belum ditemukan alasan yang jelas terkait tidak adanya hubungan yang signifikan antara komponen pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial terhadap tingkat kecemasan namun hal ini bisa saja terjadi karena kecerdasan emosional bukanlah satu-satunya faktor yang berhubungan dengan tinggi rendahnya tingkat kecemasan. Banyak faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan seperti faktor psikoanalisis, interpersonal, perilaku, perspektif keluarga dan biologis serta ancaman terhadap integritas fisik maupun sistem diri.36

SIMPULAN

Tingkat kecerdasan emosional selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura didominasi oleh tingkat sedang dan terdapat perbedaan bermakna antara kecerdasan emosional dengan usia responden pada variabel pengenalan diri dan tidak terdapat perbedaan bermakna antara tingkat kecerdasan emosional laki-laki dan perempuan. Tingkat kecemasan selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura didominasi oleh tingkat ringan dan tidak terdapat perbedaan bermakna antara tingkat kecemasan antara laki-laki dan perempuan serta antara usia remaja dan dewasa. Terdapat hubungan signifikan secara statistik yang berlawanan arah antara kecerdasan emosional pada variabel pengenalan diri dengan tingkat kecemasan selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa Program Studi Kedokteran angkatan 2019 Universitas Tanjungpura.

DAFTAR PUSTAKA

1. Cucinotta D, Vanelli M. WHO Declares COVID-19 a Pandemic. Acta Biomedica. 2020;91(1):157–60. https://doi.org/10.23750/abm.v91i1.9397

2. Worldometers. Coronavirus Cases [Internet]. 2021 [cited 2021 Apr 13]. Available from: https://www.worldometers.info/coronavirus/?utm_campaign=homeAdvegas1?

3. Sofiyanti I, Adawiyah R, Pratiwi MA. Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak di Masa Pandemi. In: Call for Paper Seminar Nasional Kebidanan. 2020. p. 26–34. Available from: http://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/641

4. Sabir A, Phil M. Gambaran Umum Persepsi Masyarakat Terhadap Bencana. Jurnal Ilmu Ekonomi dan Sosial. 2016;5(3):304–26. https://dx.doi.org/10.22441/jies

5. Dewi EU. Pengaruh Kecemasan Saat Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Stikes William Surabaya. Jurnal Keperawatan. 2020;9(1):18–23. https://doi.org/10.47560/kep.v9i1.210

6. Sari MK. Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu dalam Menghadapi Wabah Covid-19 dan Perkuliahan Daring di STIKES Karya Husada Kediri. Jurnal Ilmiah Pamenang. 2020;2(1):31–5. https://doi.org/10.53599/jip.v2i1.36

7. Syarlita AZ, Yuliyanasari N, Prijambodo T, Subagyo R. Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Dua dan Delapan Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya Berdasarkan Beck Anxiety Inventory (BAI). Magna Medica. 2020;7(1). https://doi.org/10.26714/magnamed.7.1.2020.1-7

8. Kumbara H, Metra Y, Ilham Z. Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin pada Porprov 2017. Jurnal Ilmu Keolahragaan. 2019;17(2):28. https://doi.org/10.24114/jik.v17i2.12299

9. Hogeveen J, Salvi C, Grafman J. 'Emotional Intelligence': Lessons from Lesions. Trends in Neurosciences. 2016;39(10):694–705. https://doi.org/10.1016/j.tins.2016.08.007

10. Fikry TR, Khairani M. Kecerdasan Emosional Dan Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Skripsi di Universitas Syiah Kuala. JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa. 2017;1(2):108. https://dx.doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.60

11. Parsons T, Rizzo AA. Affective Outcomes of Virtual Reality Exposure Therapy for Anxiety and Specific Phobias: a Meta-analysis. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry. 2008;39:250-261. https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2007.07.007

12. Cheung T, Wong S, Wong K, Law L, Ng K, Tong M, et al. Depression, Anxiety, and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursing Students in Hong Kong: a Cross-Sectional Study. Journal of Environmental and Public Health. 2016;13(8). https://doi.org/10.3390/ijerph13080779

13. Ramadhan AF, Sukohar A, Saftarina F. Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal dengan Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Medula. 2019;9(1):78–82. Available from: http://repository.lppm.unila.ac.id/id/eprint/20106

14. Dinan AN. Gambaran Profil Kecerdasan Emosi Pada Mahasiswa S1 Universitas Padjadjaran Semester 3-6 [skripsi]. Bandung: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. 2020. Available from: http://repository.unpad.ac.id/frontdoor/index/index/docId/29247

15. Ewaiwe B, Attiyeh R, Niroukh E, Hijazi B, Adawi S, Heba, et al. Emotional Intelligence Among Medical Students and Residents in Palestine: A Cross-sectional Study. Authorea. 2020. https://doi.org/10.22541/au.158809487.70957539

16. Shadiqi MA, Anward HH, Erlyani N. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Pro-Lingkungan Serta Perbedaannya Berdasarkan Jenis Kelamin. Jurnal Ecopsy. 2013;1(1):1-6. http://dx.doi.org/10.20527/ecopsy.v1i1.478

17. Irmawati I, Tayeb T, Idris R. Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Jurusan Pendidikan Matematika Uin Alauddin Makassar. MaPan: Jurnal Matematika dan Pembelajaran. 2016;4(2):156-170. https://doi.org/10.24252/mapan.2016v4n2a1

18. Bariyyah K, Latifah L. Kecerdasan Emosi Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenjang Kelas. Jurnal Penelitian Guru Indonesia. 2019;4(2):68-75. http://dx.doi.org/10.29210/02379jpgi0005 19. WHO [Internet]. 2021 [cited 2021 Okt 15]. Available from: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

20. Mulati TS. Hubungan Kecerdasan Emosional dan Umur Mahasiswi Semester I Div Kebidanan Tahun 2017. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional. 2017;2(1):1-59. https://doi.org/10.37341/jkkt.v2i1.32
21. John Robert Powers. Pelatihan Program Pengembangan Pribadi. Jakarta: Departemen Kesehatan RI;1997.
22. Yuniarti T, Handayani RT, Andriyani A. Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat 3 DIII Keperawatan Dalam Menghadapi Uji Kompetensi. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa. 2020;3(2):143-148. https://doi.org/10.32584/jikj.v3i2.544
23. Anggraeni N. Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Tiga Prodi D3 Keperawatan Dalam Menghadapi Uji Kompetensi Di Universitas Pendidikan Indonesia. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia. 2015;1(2):131-139. https://doi.org/10.17509/jpki.v1i2.9752
24. Hasanah, U, Ludiana, Immawati, PH L. Gambaran Psikologis Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. Jurnal Keperawatan Jiwa. 2020;8(3):299–306. Available from: https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/6095/pdf
25. Magdalina YY. Sinaga JP, Armyanti I. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Gejala Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran tingkat I Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Jurnal CDK. 2019;46(9):571-579. Available from: http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/417
26. Siti M, Hasibuan T, Rian R. Pengaruh Tingkat Gejala Kecemasan terhadap Indeks Prestasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Jurnal Biomedik. 2019;11(3):137-14. https://doi.org/10.35790/jbm.11.3.2019.26303
27. Dewi EU. Pengaruh Kecemasan Saat Pembelajaran Daring masa Pandemi Covid-19 Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa STIKES William Surabaya. Jurnal keperawatan. 2020. https://doi.org/10.47560/kep.v9i1.210
28. Laksmini P, Annashr NN, Atmadja TFA. Kecemasan Mahasiswa di Pulau Jawa pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal. 2021;12(1):63-70. https://doi.org/10.34305/Jikbh.V12i1.274
29. Christianto LP, Kristiani R, Franztius DN, Santoso SD, Winsen, Ardani A. Kecemasan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Selaras. 2020;3(1):67-82. https://doi.org/10.33541/Jsvol2iss1pp1
30. Hermawan H, Safitri DA, Balbisi DNA. Manajemen Organisasi Kampus di Era Pandemi Covid-19 (Studi pada UKK KSR-PMI Unit IAIN Pekalongan) Institute Agama Islam Negeri (IAIN) Pekalongan. Jurnal Manajemen dan Ekonomi. 2021;4(1):2620-7680. Available from: https://jurnal.unugha.ac.id/index.php/amn/article/view/84
31. Pratama Y, Herieningsih SW. Hubungan Terpaan Berita COVID-19 di Televisi dan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Kecemasan Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi COVID-19. Interaksi Online. 2020;9(1):254-258. Available from: https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/29728
32. Mahaur, R., Jain, P. and Jain, A.K. Emotional Intelligence of Medical Students and Its Association With Their Psychological Health. South-East Asian Journal of Medical Education. 2018;12(2):25–34. http://doi.org/10.4038/seajme.v12i2.49
33. Illahi U, Neviyarni, Said A, Ardi Z. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Agresif Remaja dan Implikasinya Dalam Bimbingan dan Konseling. Jurnal Riset Tindakan Indonesia. 2018;3(2);68-73. DOI: http://dx.doi.org/10.29210/3003244000 34. Goleman D. Kecerdasan Emosional. Jakarta: Penerbit Gramedia Pustaka Utama; 2016.
35. Castro JM, Neto IG, Lobao MJ. Self-Awareness among Doctors: The Importance of Reflecting on Medical Practice. Medicina Interna. 2017;24(1): 56-59. Available from: https://www.researchgate.net/publication/315824431_Self-Awareness_among_Doctors_The_Importance_of_Reflecting_on_Medical_Practic
36. Fauziah N, Rafiyah I, Solehati T. Parent's Anxiety Towards Juvenile Deliquency Phenomenon in Bandung. Indonesia. NurseLine Journal. 2018;3(2):52. https://doi.org/10.19184/nlj.v3i2.7286

naspub rev.docx

ORIGINALITY REPORT

11%	11%	0%	0%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	jurnalmka.fk.unand.ac.id Internet Source	5%
2	cdkjournal.com Internet Source	4%
3	repository.ubharajaya.ac.id Internet Source	3%

Exclude quotes	On	Exclude matches	Off
Exclude bibliography	On		