



HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROFESI NERS UNIVERSITAS KLABAT

James Richard Maramis¹
Virna Velly Moku²

^{1,2} Fakultas Keperawatan Universitas Klabat, Airmadidi, Minahasa Utara, Indonesia
email: jmaramis@unklab.ac.id

Abstrak

Kecerdasan emosional individu akan mempengaruhi mekanisme koping dalam memecahkan suatu masalah, terutama sebagai mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa Profesi Ners tahun terakhir di Universitas Klabat. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi, dengan pendekatan cross-sectional. Proses pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan angket kecerdasan emosional dan angket mekanisme koping yang diberikan kepada 96 mahasiswa akhir Profesi Ners di Universitas Klabat. Gambaran kecerdasan emosional siswa sebagian besar berada pada kategori rendah dengan 67 responden (69,8%). Terdapat 95 responden (99,0%) yang memiliki mekanisme koping adaptif, sedangkan 1 responden (1,0%) dengan mekanisme koping maladaptif. Uji Korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan mekanisme koping mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$, derajat hubungan Cukup ($r = 0,541$). Lembaga pendidikan harus menyediakan program untuk meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa mereka agar dapat membantu mengatasi stres di lapangan.

Kata kunci: Kecerdasan emosional, mekanisme koping, Mahasiswa Profesi Ners

Abstract

Individual emotional intelligence will affect the coping mechanism in solving a problem, especially as a student. The purpose of the study was to determine the relationship between emotional intelligence and coping mechanisms in final year of nursing profession students at the Universitas Klabat. The research method used was descriptive correlation, with a cross-sectional study approach. The sampling process in this research was a total sampling technique. Data collected using an emotional intelligence questionnaire with a coping mechanism questionnaire given to 96 students at the end of the nursing profession practicum at the Universitas Klabat. The description of the emotional intelligence of students is mostly in the low category with 67 respondents (69.8%). There are 95 respondents (99.0%) who have adaptive coping mechanisms, while 1 respondent (1.0%) with maladaptive coping mechanisms. Pearson Correlation test showed a positive relationship between emotional intelligence and the coping mechanism of the Nursing Profession student at the University of Klabat with p value = $0.000 < 0.05$, with a Moderate degree relationship ($r = 0.541$). Educational institutions should provide programme to increase the emotional intelligence of their students to help them cope with stressors in the field.

Keywords: Emotional Intelligence, Coping Mechanism, Nurse Profession student



PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan suatu nama yang disandang oleh seseorang yang sedang menempuh suatu pendidikan pada suatu program studi tertentu di suatu perguruan tinggi. Seorang mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan masa studinya (Giyarto, 2018). Pada umumnya mahasiswa tingkat akhir di beri tugas yang diajukan guna memenuhi persyaratan untuk meraih suatu gelar. Adapun beberapa masalah yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yaitu salah satunya adalah stres akademik.

Dalam studi yang dilakukan Giyarto (Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta Dalam Mengerjakan Skripsi) menjelaskan beban kerja mengakibatkan stres negatif yaitu gejala fisik berupa tidur tidak teratur, makan tidak teratur, sakit kepala, mata bengkak, pegal-pegal, dan mudah lelah, serta gejala emosional yaitu kegelisahan yang berangsur lama, tertekan dan mudah marah, adapun gejala kognitif terdiri dari hilangnya konsentrasi, suka melamun, pikiran meloncat-loncat dan tidak bisa fokus, gejala interpersonal timbulnya dalam wujud kurang berkontribusi pada lingkungan sekitar, teman-teman dan keluarga.

Pada tahun 2016, *World Health Organization* menyebutkan bahwa sekitar 450 juta orang di dunia mengalami stress (Perwitasari, Nurbeti & Armyanti, 2016). Data Riset kesehatan dasar tahun 2013 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional termasuk stres untuk usia lebih dari 15 tahun mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah 703,946 penduduk Indonesia. Sedangkan untuk Sulawesi Utara tercatat sebanyak 5,9% dari 14 juta orang mengalami gangguan mental emosional. Survei yang dilakukan oleh *American College Health Association* (2018), menjelaskan bahwa stres merupakan keadaan yang sering dialami mahasiswa di dunia perkuliahan, dimana dari total 26,181 mahasiswa di Amerika

rata-rata 33,1% mahasiswa mengalami stres dan berpengaruh pada akademik mereka.

Koping adalah usaha-usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi stress psikologis (Potter & Perry, 2010). Menurut Stuart (2009) ketika individu menghadapi stress, maka mekanisme koping yang digunakan yaitu berfokus pada masalah, berfokus pada kognitif, dan mekanisme koping yang berfokus pada emosi. Berdasarkan penelitian Al- Dubai, et al., (2011) mahasiswa yang sedang mempelajari ilmu kesehatan menggunakan berbagai strategi koping, yaitu strategi koping yang positif (adaptif) seperti, koping keagamaan (religious) 15%, aktif koping 13%, dan penerimaan 13%, selebihnya menggunakan strategi negatif (maladaptif) seperti, penolakan 15%, mencela diri sendiri (16%), merokok (14%), dan konsumsi alkohol atau obat-obatan terlarang (14%).

Menurut Model Adaptasi Stres Stuart respon individu terhadap stres dievaluasi dalam suatu rentang yaitu adaptif atau maladaptif (Stuart, 2009). Respon mekanisme koping adaptif adalah respon yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar, dan mencapai tujuan, seperti berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, tehnik relaksasi, latihan seimbang dan aktifitas konstruktif. Respon mekanisme koping maladaptif adalah respon yang menghambat fungsi integrasi, memecah pertumbuhan, menurunkan otonomi dan cenderung menghalangi penguasaan terhadap lingkungan, seperti makan berlebihan atau bahkan tidak makan, kerja berlebihan, menghindar, marah-marah, mudah tersinggung, dan menyerang. Mekanisme koping yang maladaptif dapat memberi dampak buruk bagi seseorang seperti isolasi diri, berdampak pada kesehatan diri, bahkan terjadinya resiko bunuh diri yang berhubungan dengan kecerdasan emosional.

Menurut Amalia (2017) kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk



memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati, dan berdoa. Jelaskan bagaimana caranya kecerdasan emosional dapat berhubungan dengan mekanisme koping. Kemampuan koping seseorang dapat dipengaruhi oleh kecerdasan emosional, karena dengan kecerdasan emosional seseorang mampu mengendalikan diri, bertahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, mampu memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati (kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan), kemampuan berempati, dan membina hubungan dengan orang lain (Rahmawati, 2016).

Menurut Goleman dalam Bradberry dan Greaves (2009) terdapat beberapa komponen keterampilan yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional, yaitu: Pengendalian emosi, adalah kemampuan untuk mengatur reaksi secara emosional terhadap situasi dan orang lain untuk tetap fleksibel dan menuntun kepada perilaku yang positif; Motivasi diri, merupakan dorongan pribadi untuk menerima dan meningkatkan usaha serta komitmen terhadap suatu tujuan, inisiatif, kesiapan saat akan bertindak di setiap kesempatan dan selalu optimis; Empati, adalah kemampuan untuk memilih dengan tepat emosi orang lain dan memahami apa yang terjadi, memahami apa yang orang lain pikirkan dan rasakan, dan; Hubungan social, merupakan kemampuan untuk mengatur reaksi terhadap sebuah situasi dan orang lain untuk tetap fleksibel sehingga menuntun kepada perilaku yang positif.

Pada penelitian Purnomo, Subiwati, dan Rosidah (2019) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping di mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan Stikes Muhammadiyah Kudus bahwa kecerdasan emosional pada mahasiswa tingkat akhir mempunyai

hubungan dengan mekanisme koping. Demikian penelitian yang dilakukan Rahmawati (2016) didapati adanya hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa.

Studi awal yang dilakukan melalui wawancara kepada mahasiswa Profesi Ners mendapati adanya keluhan untuk mengerjakan tugas akhir mandiri dan tugas lainnya dalam mencari informasi seputar topik kuliah, tugas lebih banyak dan lebih sulit. Jadi respon mahasiswa ada yang pusing, sulit tidur, mudah terbangun, dan emosional. Koping yang dilakukan ada banyak cara seperti berdoa, berbicara dengan orangtua, bergaul dengan teman dan bermain gadget banyak juga mahasiswa yang akhirnya memutuskan untuk dropout mata kuliah. Hal ini menyebabkan peneliti tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping Pada mahasiswa tingkat akhir Profesi Ners Universitas Klabat.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif *correlation* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yakni penelitian variabel sebab akibat atau resiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian, diukur dan dikumpulkan secara simultan, sesaat atau satu kali saja dalam satu waktu dan tidak ada *follow up* (Hidayat, 2009)

Cara pengambilan sample dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dimana seluruh responden dijadikan *sample* dalam penelitian kecuali yang tidak ingin berpartisipasi Nursalam (2014). Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Profesi Ners tingkat akhir Universitas Klabat yang aktif berkuliah sepanjang tahun 2020, yang berjumlah 96 mahasiswa.

Peneliti mengadopsi kuesioner kecerdasan emosi dari penelitian yang dilakukan Mulyani (2008) dengan hasil uji



validitas *cronbach alpha* sebesar 0,8513. Kuesioner kecerdasan emosional terdiri dari lima komponen yaitu kesadaran emosi, pengendalian emosi, motivasi diri, empati dan hubungan sosial. Pernyataan kuesioner bersifat positif dan negatif. Jawaban terdiri dari 4 yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai. Adapun pengukuran pernyataan pada kuesioner ini menggunakan *Likert scale* dimana pernyataan positif dengan jawaban sangat sesuai diberi nilai 4, sesuai 3, tidak sesuai 2 dan sangat tidak sesuai 1. Untuk pernyataan negatif, jawaban sangat sesuai diberi nilai 1, sesuai 2, tidak sesuai 3 dan sangat tidak sesuai 4. Sedangkan untuk mengukur mekanisme koping menggunakan kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti sesuai dengan model mekanisme koping menurut Stuart (2009) yaitu mekanisme koping berfokus pada masalah, berfokus pada kognitif, dan berfokus pada emosi, dengan hasil uji validitas *cronbach alpha* sebesar 0.796. Pada pernyataan yang *favorable* jawaban SS dinilai dengan skor 5, jawaban S dinilai dengan skor 4, jawaban KS dinilai dengan skor 3, jawaban TS dinilai dengan skor 2, jawaban STS dinilai dengan skor 1. Sebaliknya pada jawaban pernyataan *unfavorable*, jawaban SS dinilai dengan skor 1, jawaban S dinilai dengan skor 2, jawaban KS dinilai dengan skor 3, jawaban TS dinilai dengan skor 4, jawaban STS dinilai dengan skor 5. Mekanisme koping diinterpretasikan menjadi adaptif dan maladaptif.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan berawal dari mendapatkan izin dari institusi untuk melakukan penelitian, memilih subjek penelitian, bertemu dengan subjek penelitian dan penelitian dilaksanakan pada tanggal 14 Febuari 2019 pada mahasiswa Profesi Ners tingkat akhir di Universitas Klabat yang sementara melaksanakan praktek di RSUP Prof Kandou Malalayang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Frekuensi dan presentase Kecerdasan Emosional pada mahasiswa Profesi Ners tingkat akhir Universitas Klabat

		Frequency	Percent
Valid	sangat rendah	11	11,5
	rendah	67	69,8
	cukup	18	18,8
	Total	96	100,0

Tabel 1 menunjukkan 67 responden (69,8%) memiliki kecerdasan emosional dengan kategori rendah dan 18 responden (18,8%) memiliki kecerdasan emosional cukup dan 11 responden (11,5%) memiliki kecerdasan emosional sangat rendah.

Tabel 2. Frekuensi dan presentase Mekanisme Koping pada mahasiswa profesi ners tingkat akhir Universitas Klabat

		Frequency	Percent
Valid	maladaptif	1	1,0
	adaptif	95	99,0
	Total	96	100,0

Tabel 2 menunjukkan mekanisme koping adaptif ada 95 responden (99%), dan maladaptif 1 responden (1,0%).

Tabel 3. Hasil uji hubungan Kecerdasan Emosional dengan Mekanisme Koping pada mahasiswa profesi ners tingkat akhir Universitas Klabat

		Coping	koping
Kecerdasan emosional	Pearson Correlation	1	.541 **
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	96	96



Tabel 3 memperlihatkan hasil uji pearson correlation $p= 0.000 < 0.05$ yang berarti ada hubungan yg signifikan antara kecerdasan emosional dengan mekanisme koping mahasiswa Profesi Ners tingkat akhir Universitas Klabat. Selain itu nilai $r=0.541$ memperlihatkan arah hubungan yang positif dengan derajat keeratan yang Cukup.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pada tabel 1. didapati kecerdasan emosional pada mahasiswa tingkat akhir profesi ners universitas klabat berada pada kategori rendah dengan jumlah responden sebanyak 67 orang atau 69.8%. Hasil dalam penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alfiah, Opod dan Sinolungan (2013) yang menemukan bahwa mahasiswa pada penelitiannya cenderung memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Terjadinya perbedaan hasil pada penelitian ini dikarenakan responden dalam penelitian berada pada jurusan, lokasi maupun lingkungan yang berbeda. Menurut Siby (2020), mahasiswa profesi ners cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi yang akan mempengaruhi kecerdasan emosionalnya. O'Neill (2015) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional sangat penting untuk dimiliki oleh individu baik untuk bersosialisasi dengan orang lain, sehingga individu dengan kecerdasan emosional tinggi akan memiliki hasil yang memuaskan dalam pekerjaan.

Berdasarkan hasil disajikan dalam tabel 2, didapati bahwa hampir seluruh mahasiswa tingkat akhir Profesi Ners Universitas Klabat memiliki mekanisme koping yang adaptif yaitu sebanyak 95 responden atau 99%, sedangkan hanya 1 responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif. Hasil dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Somoked, Wowiling, Rompas (2019) bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki mekanisme koping yang adaptif. Menurut Stuart (2013), mekanisme koping adaptif

dapat mendukung fungsi integrasi dan pertumbuhan belajar untuk mencapai suatu tujuan dengan ciri yaitu mampu berbicara dengan orang lain, dapat memecahkan masalah dengan afektif, dan dapat melakukan aktifitas konstruktif dalam menghadapi stressor.

Berdasarkan data dari tabel 3, peneliti mendapati bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Kecerdasan emosional dengan mekanisme koping mahasiswa tingkat akhir Profesi Ners tingkat akhir Universitas Klabat dengan nilai p -value sebesar 0.000 (<0.05). Kemudian bila ditinjau dari nilai keeratan antar variabel, hasilnya adalah 0.541 yang artinya hubungan korelasi berada pada kategori Cukup dan bersifat positif, sehingga semakin tinggi kecerdasan emosional maka mekanisme kopingpun akan meningkat. Hasil penelitian ini menguatkan temuan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2016) yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan mekanisme koping dengan p -value sebesar 0.000 (<0.05). Hasil dalam penelitian ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Goleman (2009) bahwa individu dengan tingkat kecerdasan yang tinggi bila dihadapkan pada suatu masalah atau situasi yang menegangkan maka individu tersebut dapat mengendalikan emosi dengan baik dan menggunakan mekanisme koping yang positif dalam menyelesaikan masalah tersebut.

Keterbatasan Studi

Peneliti hanya mengambil responden pada semester 2 dan tidak mengambil pada semester 1.

Implikasi Studi

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan memperluas wawasan mengenai mekanisme koping serta kecerdasan emotional dapat juga menjadi acuan pertimbangan bagi mahasiswa dalam



menghadapi serta mengambil keputusan untuk setiap masalah yg dihadapi.

Simpulan dan Rekomendasi

Penelitian ini menemukan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan mekanisme koping mahasiswa Profesi Ners tingkat akhir di Universitas Klabat, dimana semakin tinggi kecerdasan emosional seorang mahasiswa maka akan semakin tinggi juga mekanisme koping mahasiswa tersebut.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi mahasiswa untuk meningkatkan kecerdasan emosionalnya karena dari hasil masih termasuk kategori rendah dan tambahan informasi supaya mahasiswa dapat mengatasi stress di dalam setiap kegiatan perkuliahan dan dalam praktek di rumah sakit supaya dapat menyelesaikan tugas dan tanggung jawab dalam perkuliahan dan dalam bersosialisasi dengan sesama. Bagi peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk menambahkan variabel lain seperti konsep diri, tingkat pengetahuan, dan dukungan sosial.

REFERENCES

Al-Dubai, S. A. N. (2011). Stress and Coping Strategies of Students in a Medical Faculty in Malaysia. *Malaysian J Med Sci.* 18(3). 57-64

Amalia, W. (2017). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kemampuan masalah pada siswa sma aisyiyah 1 palembang. *Skripsi* tidak dipublikasi. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Islam Raden Fatah, Palembang.

American College Health Association. (2018). American college health association national college health assesment (11). American College Health Association: Hanover. https://www.google.co.id/?gws_rd=cr,ssl&ei=5P6YVuzOcOQaKTXu9gE#q =American

+College+Health+Association+Nati onal+ College+Health+ Assessment+11:+ Reference+Group+Executive+Summ a ry+Fall+2013.+Hanover

Bradberry, T., & Greaves, J. (2009). *Emotional intelligence (2.0)*. San Diego: Talent Smart.

Giyarto. (2018). Stres pada mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dalam mengerjakan skripsi. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Goleman, D. (2009). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. London: Bloomsburry.

Mulyani, S. (2008). Analisis pengaruh factor-faktor kecerdasan emosi terhadap komunikasi interpersonal perawat dengan pasien di unit rawat inap RSJD Dr. Amino Gondohutu Semarang. *Skripsi* Universitas Diponegoro, Semarang.

Purnomo, M., Subiwati., & Rosidah, E. M. (2019). Hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Kudus Tahun 2017/2018. *University Research Colloquium*. Diakses dari <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/713/696>

Nursalam. (2014). *Konsep dan penereapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Salemba Medika; Jakarta.

O’Neill, B. (2015). *What is emotional intelligence and why is it important*. Diakses dari <https://collegeforadulthoodlearning.edu.au/emotional-intelligence/>

Opod, A. G., & Sinolungan, J. (2013). Gambaran kecerdasan emosional dan prestasi belajar pada siswa SMA Negeri XI Manado. *E-biomedik*, 1 (67) <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/1164>



- Perwitasari, D. T., Nurbeti, N., & Armyanti, I. (2016) Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkatan stress pada tenaga kesehatan di RS Universitas Tanjungpura Pontianak Tahun 2015. *Jurnal Cerebellum*, (2).
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik* (4, 1). EGC: Jakarta.
- Rahmawati. (2016). Hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tahun pertama program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Siby, O. P. (2020) Gambaran tingkat stress mahasiswa profesi ners semester II. *Skripsi*. Universitas Klabat, Manado.
- Sipayung, N. (2016). Studi deskriptif pada mahasiswa angkatan 2012 program studi bimbingan dan konseling Universitas Sanata Dharma Tahun Ajaran 2015/2016. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Sumoked, A., Wowiling, F., & Rompas, S. (2019). Hubungan mekanisme koping dengan kecemasan pada mahasiswa semester III program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran yang akan mengikuti praktek klinik keperawatan. *E-journal Keperawatan (e-Kp)*, 7(1). 1-7.
- Stuart, G. W. (2009). *Principles and practice of psychiatric nursing*. 7th ed. Mosby A Harcourt Health Sciences Company: USA.
- Stuart, G. W. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. 5th ed. Jakarta: EGC