

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

World Health Organization (WHO) secara resmi mendeklarasikan *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) sebagai pandemi pada tahun 2020. Penyakit COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2) yang muncul pertama kali di Wuhan, China pada akhir Desember 2019. Negara pertama setelah China yang melaporkan kasus ini adalah negara Thailand diikuti dengan Korea dan Jepang<sup>[1]</sup>. Kasus COVID-19 di dunia per tanggal 10 November telah dilaporkan sebanyak 50.248.521 kasus<sup>[2]</sup>. Di Indonesia, kasus ini pertama kali dilaporkan sebanyak 2 orang pada tanggal 2 Maret 2020 kemudian dilaporkan pada tanggal 10 November 2020 telah mencapai 440.569 kasus dengan kasus tertinggi terdapat di Daerah Khusus Ibukota Jakarta sebanyak 112.743 kasus<sup>[3,4]</sup>. Dalam menekan laju pertumbuhan kasus COVID-19 maka pemerintah melalui Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020 menerapkan proses belajar dari rumah melalui sistem daring atau pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi<sup>[5]</sup>. Telah banyak dilaporkan bahwa pandemi dapat menyebabkan stres<sup>[6,7]</sup>.

Stres didefinisikan sebagai gangguan dalam homeostasis yang memicu perubahan pada keseimbangan fisiologis yang dihasilkan dari adanya rangsangan terhadap fisik maupun psikologis<sup>[8]</sup>. Stres digambarkan sebagai perasaan kewalahan, khawatir, kehancuran, tekanan, kelelahan, dan kelesuan. Oleh karena itu, stres dapat mempengaruhi orang dalam segala usia, jenis kelamin, ras, dan situasi<sup>[9]</sup>. Sumber stres atau yang disebut stresor adalah suatu keadaan, situasi objek atau individu yang dapat menimbulkan stres. Stresor pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya yang merupakan tuntutan eksternal dan tuntutan internal yang berupa harapannya sendiri<sup>[10]</sup>. Komponen kunci dari sistem stres adalah sumbu hipotalamus-

hipofisis-adrenal (HPA) yang berinteraksi dengan pusat vital lainnya di sistem saraf pusat dan jaringan/organ di perifer untuk memobilisasi respons adaptif terhadap pemicu stres. Efek pertama dari respons stres adalah aktivasi segera dari sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal (HPA) dengan pelepasan hormon adrenokortikotropik (ACTH). Stimulasi ACTH dikendalikan oleh hormon kortikotropin (CRH) yang ada di hipotalamus dan dilepaskan sebagai respons terhadap berbagai stresor<sup>[11]</sup>. Telah dilaporkan penelitian mengenai dampak pandemi terhadap stres, antara lain penelitian yang dilakukan oleh Changwon Son dan teman-teman (2020) di Amerika Serikat, melaporkan bahwa pada 195 mahasiswa di kota Texas didapatkan 71% mahasiswa mengalami peningkatan stres dan kecemasan selama masa pandemi akibat wabah COVID-19<sup>[6]</sup>. Liviana dan teman-teman (2020) melibatkan 1129 responden mahasiswa dari beberapa provinsi di Indonesia mengungkapkan bahwa pada sistem pembelajaran jarak jauh, mahasiswa lebih rentan mengalami stres yang disebabkan oleh beberapa faktor berupa adanya tingkat kebosanan, proses dalam belajar daring yang tidak menarik, keterbatasan signal untuk mengikuti kelas daring, tidak dapat melakukan hobi dan faktor penyebab stres paling sering adalah tugas pembelajaran<sup>[7]</sup>. Sebelum pandemi, telah banyak penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa di bidang kesehatan memiliki angka kejadian stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa bidang lain. Beberapa penelitian melaporkan bahwa insiden stres pada mahasiswa kedokteran cukup tinggi, antara lain persentase stres pada mahasiswa kedokteran di Nepal sekitar 20.9%, di Saudi Arabia sekitar 57%, dan di Malaysia sekitar 78.3%. Di Indonesia tingkat stres ringan sebesar 35%, stres sedang sebesar 61%, dan stres berat sebesar 4%<sup>[12]</sup>. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Saiful dan teman-teman (2010) di Malaysia pada mahasiswa kedokteran dikembangkan kuesioner stres yang mengelompokkan stresor menjadi enam kategori: stresor terkait akademik (ARS), stresor terkait interpersonal dan intrapersonal (IRS), stresor terkait pengajaran dan pembelajaran (TLRS), stresor terkait sosial (SRS), stresor terkait dorongan dan keinginan (DRS), dan stresor terkait kegiatan kelompok (GARS)<sup>[13]</sup>. Dampak stres yang dirasakan ditentukan oleh

kemampuan individu dalam mengatasi situasinya<sup>[14]</sup>. Salah satu cara dalam mengurangi dampak stres adalah dengan memiliki regulasi emosi atau kecerdasan emosional<sup>[15]</sup>.

Kecerdasan emosional terdiri atas aspek kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, dan manajemen hubungan. Seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang baik dapat menerapkan strategi yang aktif dan efektif dalam menghadapi stres sehingga terdapat pengaruh kecerdasan emosional yang tinggi dalam mengurangi stres<sup>[16]</sup>. Pada penelitian Deepa (2016) di India melaporkan bahwa mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah<sup>[17]</sup>. Pada penelitian yang dilakukan oleh Muhnia dan teman-teman (2016) pada 74 mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres tahun pertama mahasiswa, dengan nilai signifikansi  $p < 0,036$ <sup>[18]</sup>. Penelitian yang dilakukan oleh Gebby (2015) di Institut Seni Indonesia Yogyakarta pada 98 mahasiswa tingkat pertama mengungkapkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan menangani stres<sup>[19]</sup>. Pada penelitian yang dilakukan oleh Mohammad R dan teman-teman (2013) di Iran pada 260 mahasiswa fakultas kesehatan menunjukkan tidak ada korelasi yang signifikan antara skor kecerdasan emosional dan stres akademik<sup>[20]</sup>.

Di masa sebelum pandemi, telah banyak diteliti tentang hubungan antara kecerdasan emosional dan stres, namun masih menunjukkan signifikansi yang berbeda. Oleh sebab itu, di masa pandemi akan dilakukan penelitian mengenai hubungan antara kecerdasan emosional tinggi dengan stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di masa pandemi COVID-19.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Meskipun telah pernah dilaporkan penelitian mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan stres dengan signifikansi yang berbeda pada saat masa sebelum pandemi, namun belum banyak diungkapkan hubungan antara kecerdasan emosional tinggi dengan rata-rata stres selama masa pandemi COVID-19.

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional tinggi yang diukur dengan *Emotional Intelligence Appraisal* (EIA) terhadap rata-rata stres yang diukur dengan *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi COVID-19?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

- Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama masa pandemi COVID-19.
- Mengetahui tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kecerdasan emosional tinggi yang diukur dengan EIA dengan rata-rata stres yang diukur dengan MSSQ pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan saat pandemi COVID-19.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Akademis**

- Menjadi pengalaman dan pembelajaran mahasiswa dalam penyusunan skripsi secara sistematis.
- Menjadi referensi tambahan untuk penelitian selanjutnya.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

- Memberikan informasi dan menambah wawasan kepada mahasiswa mengenai kecerdasan emosional sebagai salah satu aspek dalam menangani stres.

