

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pemerintah negara Indonesia mulai meringankan aturan pembatasan pencegahan penyebaran virus Covid-19, transisi dari pandemi menuju endemi ini dilakukan secara bertahap. Langkah pertama yang dilakukan oleh pemerintah adalah dengan mengizinkan pelanggaran aktivitas masyarakat, di mana sarana pembelajaran luring, pusat kebugaran atau fasilitas olahraga, serta pusat perbelanjaan mulai dapat diakses kembali. Dengan adanya kebijakan ini, kita dapat memanfaatkan aturan tersebut guna meningkatkan tingkat aktivitas fisik yang sebelumnya dibatasi. Dengan diberlakukannya peraturan baru ini, mahasiswa diharuskan untuk melakukan pembelajaran tatap muka kembali setelah satu tahun.

Perubahan situasi belajar yang signifikan ini membutuhkan kemampuan beradaptasi, ada penelitian yang menyebutkan bahwa kecerdasan emosi yang baik dibutuhkan untuk membantu seorang mahasiswa menghadapi tantangan baru dalam proses studinya. Kecerdasan emosi ini dapat dipengaruhi oleh banyak faktor yang dapat merubah performa belajar dan bersosialisasi seseorang. Sebuah penelitian di India

menyebutkan bahwa orang yang memiliki tingkat aktivitas lebih tinggi mempunyai kecerdasan emosional yang lebih tinggi.¹

Berdasarkan penelitian penelitian yang dijadikan acuan utama peneliti, subjek adalah kelompok mahasiswi perempuan, di mana pada penelitian ini peneliti mau melihat hubungan dua variabel tersebut dengan mengikutsertakan laki-laki sehingga hasilnya bisa berubah.¹ Pada penelitian terdahulu yang dilakukan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang, target populasinya merupakan pelajar dari sekolah olahraga atau atlet pencak silat yang memiliki tingkat intensitas olahraga tinggi sehingga hasil penelitian mengenai hubungan antara intensitas olahraga dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa kedokteran yang memiliki waktu lebih terbatas untuk berolahraga akan berbeda. Lalu, terdapat penelitian serupa yang dilakukan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan untuk menilai hubungan antara kecerdasan emosional dengan performa olahragawan atau atlet sedangkan di sini peneliti ingin meneliti hal sebaliknya, yaitu hubungan antara olahraga dengan kecerdasan emosional.

Terlebih lagi, penelitian ini dapat dilakukan untuk mengedukasi mahasiswa terutama mahasiswa fakultas kedokteran mengenai manfaat olahraga dan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional mereka. Penelitian ini meneliti pengaruh intensitas olahraga dengan tingkat kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan dalam masa transisi COVID-19.

1.2 Rumusan Masalah

- Pengaruh intensitas olahraga dengan tingkat kecerdasan emosional belum banyak diteliti pada mahasiswa fakultas kedokteran.
- Penelitian sebelumnya belum dilakukan di masa transisi new normal.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah intensitas olahraga berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama masa transisi Covid-19?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah intensitas olahraga berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama masa transisi Covid-19.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui intensitas olahraga mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama masa transisi Covid-19.
- Untuk mengetahui tingkat emosional kecerdasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama masa transisi Covid-19.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Klinis

- Menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya terkait pengaruh intensitas olahraga terhadap tingkat kecerdasan emosional.
- Diharapkan penelitian ini dapat berguna untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa mengenai pengaruh intensitas olahraga terhadap tingkat kecerdasan emosional.
- Sebagai parameter untuk menilai pemahaman mahasiswa dalam melakukan penelitian.

1.5.2 Manfaat Umum

Memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat mengenai pengaruh intensitas olahraga terhadap tingkat kecerdasan emosional, dengan harapan dapat dijadikan acuan untuk mengoptimalkan kecerdasan emosional.