

## Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Strategi *Coping* Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter (PSPD) Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Serra Meilawati<sup>1</sup>, Denny Andika Kurniawan<sup>1</sup>, Dwita Oktaria<sup>2</sup>, Merry Indah Sari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>2</sup>Bagian Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

### Abstrak

Tingkat stres mahasiswa kedokteran sangat tinggi apabila dibandingkan dengan program studi lain di sektor non-medis dengan masalah terkait akademis menjadi stressor utama. Tingkat stres sedang merupakan tingkat stres yang paling banyak dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Stres dapat menimbulkan dampak negatif seperti sulit berkonsentrasi dan gangguan kesehatan. Penting untuk mengembangkan strategi *coping* dalam mengatasi stres agar dampak negatif tidak timbul. Usaha atau reaksi yang timbul apabila individu menghadapi stres disebut strategi *coping*. Pemilihan strategi *coping* dapat dipengaruhi berbagai faktor yang salah satunya adalah kecerdasan emosional. Kemampuan mengenali dan mengelola emosi yang dirasakan diri sendiri maupun orang lain disebut kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional yang tinggi yang dimiliki seorang individu akan membuat individu tersebut dinilai dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan strategi *coping* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter (PSPD) Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Data pada penelitian ini diambil dengan menggunakan kuesioner kecerdasan emosional dan strategi *coping* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik stratified random sampling digunakan dalam pengambilan sampel dari mahasiswa PSPD FK Unila angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020 sebanyak 255 sampel. Analisis univariat menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang paling banyak dimiliki responden adalah kecerdasan emosional tinggi 76%, sedang 24%, dan tidak ada kecerdasan emosional rendah. Responden yang memilih *problem focused coping* 96% dan *emotional focused coping* 4%. Analisis bivariat dengan uji Fisher Exact didapatkan hasil  $p < 0,05$  sehingga kesimpulannya terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan strategi *coping* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter (PSPD) Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

**Kata Kunci** : Kecerdasan emosional, strategi *coping*, mahasiswa.

## The Relationship Between Emotional Intelligence With Coping Strategy In Students Of Medical Education Study Program (PSPD) At Faculty Of Medicine, Lampung University

### Abstract

The stress level of medical students is very high when compared to other study programs in the non-medical sector with academic-related problems being the stressor main. Medium stress level is the stress level most experienced by students of the Faculty of Medicine, University of Lampung. Stress can have negative effects such as difficulty concentrating and health problems. It is important to develop coping strategies in dealing with stress so that negative impacts do not arise. Efforts or reactions that arise when individuals face stress are called coping strategies. The choice of coping strategies can be influenced by various factors, one of which is emotional intelligence. The ability to recognize and manage emotions that are felt by oneself and others is called emotional intelligence. High emotional intelligence possessed by an individual will make the individual considered able to solve the problem well. The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and coping strategies in students of the Medical Education Study Program (PSPD), Faculty of Medicine, University of Lampung. The data in this study were collected using emotional intelligence questionnaires and coping strategies that had been tested for validity and reliability. The stratified random sampling technique was used in taking 255 samples of the PSPD FK Unila students class of 2017, 2018, 2019, and 2020. Univariate analysis showed that the level of emotional intelligence most respondents had was 76% high emotional intelligence, 24% medium emotional intelligence, and no low emotional intelligence. Respondents who chose problem focused coping 96% and emotional focused coping 4%. Bivariate analysis with Fisher Exact test obtained  $p < 0.05$ , so the conclusion is that there is a relationship between emotional intelligence and coping strategies in students of the Medical Education Study Program (PSPD), Faculty of Medicine, University of Lampung.

**Keywords**: Emotional intelligence, coping strategies, students

**Korespondensi**: Serra Meilawati | Jl. Pinus 3 No. 17 Blok C2 Pondok Rejeki Kutabaru, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten | HP 0895605757799 | e-mail: serrameilawati@gmail.com

## Pendahuluan

Stres pada mahasiswa kedokteran dari berbagai penelitian menunjukkan tingkat stres yang tinggi dibandingkan program studi di sektor non-medis.<sup>1</sup> Penyebab stres utama pada mahasiswa kedokteran adalah masalah terkait akademik seperti sistem pembelajaran student centered yang menjadi kurikulum yang digunakan oleh Pendidikan Kedokteran. Kurikulum tersebut mengharuskan mahasiswa berperan aktif dalam mendapat pengetahuan yang terkadang diminta untuk dilakukan dalam waktu singkat ditambah perkuliahan yang padat.<sup>2</sup> Prevalensi stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung menunjukkan sebesar 70,8% mengalami stres sedang, 22,6% stres ringan, dan 6,6% stres berat.<sup>3</sup>

Dampak negatif berupa sulit berkonsentrasi sehingga membuat penyelesaian tugas kuliah menjadi terhambat, sulit memotivasi diri hingga menyebabkan gangguan kesehatan karena menurunnya daya tahan tubuh. Hal tersebut dapat timbul pada mahasiswa yang mengalami stres. Dalam mengatasi stres penting sekali untuk mengembangkan strategi *coping* agar dampak negatif tidak timbul.<sup>4,5</sup>

Pada dasarnya individu akan melakukan berbagai usaha untuk mengatasi ketidakseimbangan antara tuntutan-tuntutan yang dirasakan yang menimbulkan stres. Bagaimana individu bereaksi atau melakukan usaha untuk menangani stres disebut strategi *coping*. Individu dituntut dapat memilih strategi *coping* yang tepat karena penyelesaian setiap masalah pasti berbeda. Terdapat perbedaan kemampuan dalam mencari strategi *coping* pada setiap individu. Ada yang membutuhkan waktu lama untuk menemukan strategi *coping* dan ada yang cepat. Dalam menentukan strategi *coping* hendaknya individu memiliki kemampuan mengenal karakteristik masalah dan menemukan inti masalah agar strategi *coping* yang dipilih tepat.<sup>6,7</sup>

Faktor yang mempengaruhi strategi *coping* salah satunya adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional termasuk faktor internal yang dominan dalam memengaruhi individu memilih strategi *coping* yang tepat. Dengan memiliki kecerdasan

emosional yang tinggi individu dinilai dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik karena dapat melihat dan menilai tingkat emosinya sendiri, tahu bagaimana dan kapan untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan serta mengatur perasaannya sendiri secara efektif.<sup>6,8</sup> Faktor lainnya adalah tingkat pendidikan. Penelitian Salam et al., menyebutkan adanya perbedaan penggunaan strategi *coping* berorientasi pada tugas yang signifikan antara mahasiswa kedokteran tingkat pertama dan ketiga karena mahasiswa tingkat pertama butuh kerja keras untuk beradaptasi dengan lingkungan barunya.<sup>9</sup>

Kemampuan dalam berempati, mengendalikan diri dan tekanan, memotivasi diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi masalah, mengatur suasana hati serta membina hubungan dengan orang lain disebut kecerdasan emosional. Individu yang memiliki kompetensi kecerdasan emosional diyakini juga kompeten dalam melakukan *coping* karena individu mampu mengidentifikasi emosi, meregulasi emosi, dan mengendalikan diri yang akan berakibat bagaimana penyesuaian individu terhadap masalah.<sup>6</sup> Tinggi rendahnya kecerdasan emosional seseorang dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Penelitian Mahmoud et al., menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan tingkat pendidikan yang ditunjukkan dengan mahasiswa kedokteran tingkat pertama memiliki kecerdasan emosional paling tinggi sedangkan pada mahasiswa kedokteran tingkat kelima memiliki kecerdasan emosional paling rendah. Adanya pengaruh lingkungan belajar yang menuntut dan menantang yang berbeda di setiap fase pendidikan kedokteran dapat menjadi alasan hal tersebut terjadi.<sup>10</sup>

Penelitian ini belum pernah dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan kecerdasan emosional dengan strategi *coping* mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

## Metode

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di Fakultas

Kedokteran Universitas Lampung pada bulan September 2020 sampai dengan Januari 2021. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020. Pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*. Dengan menggunakan rumus slovin diperoleh sampel sebanyak 255 mahasiswa dengan angkatan 2017 yaitu 80 responden, 2018 yaitu 66 responden, 2019 yaitu 54 responden, dan 2020 yaitu 55 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020 PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dan bersedia menjadi responden melalui *informed consent*. Kriteria eksklusinya adalah mahasiswa tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Schutte Emotional Intelligence (SEIS)* dan *Brief Cope*. Kuesioner SEIS mempunyai Cronchbach alpha sebesar 0,9277 dan kuesioner Briep Cope mempunyai Cronchbach alpha sebesar 0,947 sehingga kuesioner dapat digunakan pada penelitian. Data pada penelitian ini kemudian dilakukan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan strategi *coping* mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan menggunakan uji *Fisher Exact*. Penelitian menunjukkan hubungan yang bermakna apabila nilai  $p < 0,05$ .

## Hasil

Dari tabel 1 menunjukkan karakteristik responden bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan lebih banyak memiliki kecerdasan emosional tingkat tinggi dengan persentase masing-masing sebesar 18% dan 58%. Dan juga responden laki-laki maupun perempuan lebih banyak menggunakan *problem focused coping* sebanyak 25% dan 71%.

Dari tabel 2 terlihat hasil penelitian menunjukkan frekuensi kecerdasan emosional terbanyak adalah mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi sebanyak 193 orang (76%) diikuti kecerdasan emosional sedang 62 orang (24%) dan tidak ada yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Tabel 2

juga menunjukkan bahwa frekuensi strategi *coping* yang paling banyak digunakan adalah *problem focused coping* sebanyak 245 orang (96%) dan sebanyak 4 orang (10%) menggunakan *emotional focused coping*.

Dari tabel 3 menunjukkan data dianalisis menggunakan uji *Fisher Exact* karena tidak memenuhi syarat uji *chi-square*. Hasil uji *Fisher Exact* menunjukkan *p-value* 0,015. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan strategi *coping* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter (PSPD) Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

## Pembahasan

Dari data yang diperoleh didapatkan hasil tingkat kecerdasan emosional yang paling banyak dimiliki oleh mahasiswa adalah tingkat kecerdasan emosional yang tinggi sebanyak 193 mahasiswa (76%) diikuti tingkat kecerdasan emosional sedang sebanyak 62 mahasiswa (24%) dan tidak ada mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Hasil pada penelitian ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan Dewi<sup>11</sup> pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dan Pangestika<sup>12</sup> pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret yaitu kecerdasan emosional terbanyak ada pada kecerdasan emosional yang tinggi.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan merasakan, memahami dan menggunakan emosi yang ada pada diri sendiri maupun orang lain secara efektif se sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi.<sup>13</sup> Tinggi rendahnya kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang banyak dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya jenis kelamin. Hasil pada penelitian ini menunjukkan responden berjenis kelamin baik laki-laki maupun perempuan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa baik laki-laki maupun perempuan mampu memahami, mengenali, dan mengelola emosi mereka sendiri dan orang lain.<sup>14</sup> Faktor lainnya adalah empati. Empati merupakan salah satu komponen dari kecerdasan emosional yang berpengaruh secara langsung terhadap kecerdasan emosional.

**Tabel 1.** Gambaran Kecerdasan Emosional dan Strategi *Coping* Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	
	Laki-laki	Perempuan
<b>Kecerdasan Emosional</b>	46 (18%)	147 (58%)
Tinggi	20 (8%)	42 (16%)
Sedang	6 (26%)	189 (74%)
Jumlah		
<b>Strategi Coping</b>		
<i>Problem Focused Coping</i> (PFC)	64 (25%)	181 (71%)
<i>Emotional Focused Coping</i> (EFC)	2 (1%)	8 (3%)
Jumlah	66 (26%)	189 (74%)

Tabel 2. Hasil Analisis Univariat

Kecerdasan Emosional	n	%
Rendah	0	0
Sedang	62	24
Tinggi	193	76
Total	255	100
<b>Strategi Coping</b>		
<i>Problem Focused Coping</i>	245	96
<i>Emotional Focused Coping</i>	10	4
Total	255	100

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat

Kecerdasan Emosional	Strategi Coping				Total		P-value
	EFC		PFC		n	%	
	n	%	n	%			
Rendah-sedang	6	60	56	22,9	62	24,3	0,015
Tinggi	4	40	189	77,1	193	75,7	

Penelitian Hajibabae et al., menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara empati dan kecerdasan emosional yang artinya semakin tinggi empati semakin tinggi juga kecerdasan emosional yang dimiliki.<sup>15</sup>

Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan membuat individu tersebut mampu mengenali dirinya sendiri dan menggunakan emosi sebagai informasi untuk membimbing pikiran dan tindakan yang akan dilakukan sehingga suasana perasaan yang dimiliki dalam melakukan kegiatan akan berpengaruh. Kecerdasan emosional yang dimiliki seorang dokter secara perlahan terbentuk pada saat menjadi mahasiswa karena kecerdasan emosional akan terus berkembang seiring dengan tingkat pendidikannya.<sup>16</sup>

Dari data yang diperoleh juga didapatkan hasil mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Lampung paling banyak menggunakan *problem focused coping* sebagai strategi coping yaitu sebanyak 245 mahasiswa (96%) diikuti sebanyak 10 mahasiswa (4%)

menggunakan *emotional focused coping*. Hasil pada penelitian ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan Wu et al.,<sup>17</sup> pada mahasiswa kedokteran DUKE-NUS Medical School dan Rizky<sup>18</sup> pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau yaitu persebaran mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping* lebih banyak.

*Problem focused coping* merupakan upaya melakukan tindakan untuk mengatasi situasi yang menimbulkan stres yang bertujuan untuk mengurangi stress dengan cara memaksimalkan sumber daya yang dimiliki individu tersebut. Individu akan mengubah persepsi yang dimiliki tentang situasi yang menimbulkan stres dapat dijadikan sebagai kesempatan untuk belajar. Sedangkan, mengatur respons emosional untuk menghadapi dampak yang ditimbulkan dari situasi yang menimbulkan stres disebut *emotional focused coping*.<sup>19</sup>

Pemilihan strategi coping banyak dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti jenis

kelamin. Pada penelitian ini didapatkan hasil responden yang berjenis kelamin baik laki-laki maupun perempuan lebih banyak memilih menggunakan *problem focused coping* sehingga dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin tidak begitu mempengaruhi dalam pemilihan strategi *coping*. Banyaknya mahasiswa kedokteran yang memilih *problem focused coping* dapat dikarenakan kurikulum berbasis kompetensi dengan student-centered yang membuat lingkungan pembelajaran membutuhkan keaktifan dan kompetitif, ujian yang dilakukan selama minggu terakhir pada setiap blok, pembelajaran yang berbasis masalah dengan menyajikan suatu kasus dan pertanyaan yang terkait untuk dipecahkan, dan adanya latihan untuk mengembangkan keterampilan dan kecerdasan klinis yang berulang membuat mahasiswa melihat hal tersebut sebagai tantangan dan kesempatan untuk belajar.<sup>20,21</sup>

Pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dan strategi *coping*. Dengan adanya kecerdasan emosional yang dimiliki individu akan mengidentifikasi, memahami dan mengatur emosi untuk membantu menentukan tindakan yang akan dilakukan sehingga dapat mempengaruhi pemilihan strategi *coping*. Individu yang tidak dapat melihat dan menilai keadaan emosi dirinya sendiri akan menghadapi kesulitan dalam mengatasi situasi yang menyebabkan stres sehingga strategi *coping* yang dipilih mungkin tidak berhasil dan stres menjadi tidak terkontrol yang kemudian menimbulkan masalah psikologis.<sup>22</sup>

### Simpulan

Adapun kesimpulan yang dapat ditarik berdasarkan hasil penelitian ini bahwa terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan strategi *coping* mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dengan nilai  $p < 0,05$ . Kecerdasan emosional yang tinggi yang paling banyak dimiliki yaitu sebanyak 193 mahasiswa (76%) diikuti tingkat kecerdasan emosional sedang sebanyak 62 mahasiswa (24%) dan tidak ada mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Strategi *coping* yang paling banyak digunakan adalah *problem focused coping* sebanyak 245 mahasiswa (96%)

dan sisanya sebanyak 10 mahasiswa (4%) menggunakan *emotional focused coping*.

### Daftar Pustaka

1. Navas PS. Stress among medical students. Kerala Medical Journal. 2012;5(2):34-37.
2. Buku Kurikulum Pendidikan Tinggi. Jakarta: Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan dan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan;2014.
3. Prakasa AB. Hubungan tingkat stres dengan derajat kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung [skripsi]. Bandar Lampung: Universitas Lampung;2016.
4. Augesti G. Perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung [skripsi]. Bandar Lampung: Universitas Lampung;2015.
5. Susanto DM. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan, kemampuan coping dan resiliensi remaja. Jurnal Sains dan Praktik Psikologi. 2013;1(2):101-113.
6. Felix T, Marpaung W, Akmal ME. Peranan kecerdasan emosional pada pemilihan strategi coping pada mahasiswa yang bekerja. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia. 2019;8(1):39-56.
7. Indriani Y. Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kemampuan pemecahan masalah pada siswa [skripsi]. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan;2007.
8. Rahim A. Hubungan antara kecerdasan emosional dengan strategi coping dalam program belajar di sekolah pada siswa MAN 1 Pekanbaru [skripsi]. Riau: Universitas Islam Negeri Riau;2010.
9. Salam A, Harith AAA, Abdullah N, Shan CP, Rahman ABA, Mahadevan R. Coping strategies among first and third year medical students in a Malaysian public university. J Medicinie. 2019;20(1):5-11.
10. Mahmoud ASK, Rahim AFA, Yusoff MSB. Emotional intelligence of USM medical students emotional intelligence. Education in Medicine Journal. 2015;7(4):26-38.
11. Dewi IA. Hubungan kecerdasan emosional dengan kesiapan belajar mandiri mahasiswa di Fakultas Kedokteran

- Universitas Lampung [skripsi]. Bandar Lampung: Universitas Lampung;2019
12. Pangestika AAL. Hubungan kecerdasan emosional dengan keterampilan manajemen waktu pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Sebelas Maret [skripsi]. Surakarta: Universitas Sebelas Maret;2014.
  13. Cooper RK, Sawaf A. Executive EQ kecerdasan emosional dalam kepemimpinan dan organisasi. Jakarta: Gramedia Pustaka;2002.
  14. Sundararajan S, Gopichandran V. Emotional intelligence among medical students: a mixed methods study from Chennai, India. BMC Medical Education. 2018;2018(18):1-9.
  15. Hajibabae F, Farahani MA, Ameri Z, Salehi T, Hosseini AF. The relationship between empathy and emotional intelligence among Iranian nursing students. International Journal Medical Education. 2018;(9):239-43.
  16. Chun KH, Park E. Diversity of emotional intelligence among nursing and medical students. Osong Public Health Res Perspect. 2016;7(4): 261265.
  17. Wu L, Farquhar J, Ma J, Vidyarthi AR. Understanding Singaporean medical students' stress and coping. 2018;59(4):172-6.
  18. Rizky E. Hubungan efikasi diri dengan coping stress pada mahasiswa angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau. JOM FK. 2014;1(2):18.
  19. Jayusman RA. Hubungan antara dukungan sosial dan coping stress pada mahasiswa perantau di Yogyakarta [skripsi]. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia;2018.
  20. Faye A, Tadke R, Gawande S, Kirpekar V, Bhave S, Pakhare A, et al. Assessment of resilience and coping in undergraduate medical students: A need of the day. Journal of Education Technology in Health Sciences. 2018;5(1):36-44.
  21. Soliman M. Perception of stress and coping strategies by medical students at King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia. Journal of Tarbiah University Medical Sciences. 2014;9(1):30-35.
  22. Salovey P, Bedell BT, Detweiler J, Mayer JD. Coping intelligently: Emotional intelligence and the coping process. New York: Oxford University Press;1999