



STIKES BETHESDA YAKKUM

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA TINGKAT I SARJANA KEPERAWATAN**

STIKES BETHESDA YAKKUM

TAHUN 2024

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan sebagai salah satu kelengkapan syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Keperawatan

APRIYANTI DOLORATA

2002014

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA 2023/2024

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA TINGKAT I SARJANA KEPERAWATAN

STIKES BETHESDA YAKKUM

TAHUN 2024

Disusun oleh:

APRIYANTI DOLORATA

2002014

Telah melalui Sidang Skripsi pada: 28 Agustus 2024

Ketua Penguji

(Vivi Retno I. S. Kep., Ns.,
MAN.)

Penguji I

(Ignasia Yunita Sari, S.Kep.,
Ns., M.Kep)

Penguji II

(Reni Pusptasari, S. Kep.,
Ns., MSN)

Mengetahui,

Ketua Program studi Sarjana keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Indah Pravesti, S. Kep., Ns., M. Kep

**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND STRESS
LEVELS IN LEVEL I STUDENTS OF UNDERGRADUATE NURSING AT STIKES
BETHESDA YAKKUM IN 2024"**

Apriyanti Dolorata¹, Reni Puspitasari²

ABSTRACT

Background: *Students' inability to control emotional intelligence can trigger students to experience stress. Students who experience stress are usually characterized by physical, emotional, intellectual and interpersonal symptoms. The results of a preliminary study conducted by researchers showed that 7 out of 11 students felt unable to control their feelings of anger, often felt sad, had difficulty adjusting to a new environment, and had difficulty interacting with new people*

Objective: *To determine the relationship between emotional intelligence and stress levels in first-level students of STIKES Bethesda Yakkum in 2024.*

Research Methods: *Correlation quantitative research with a cross sectional approach. The research population of 73 first-year students of Bachelor of Nursing at STIKES Bethesda was taken using the total sampling method. Data analysis uses the spearman rank test. The measuring tools used are (TEIQue) Short Form and the DASS-42 questionnaire*

Results: *The results of the emotional intelligence test showed a high percentage 52.05% and the stress level test showed a medium category percentage of 32.87%. The results of the spearman rank test showed that the p-value (0.003) < $\alpha = 0.05$ with a weak correlation value of -0.339.*

Conclusion: *There is a relationship between emotional intelligence and stress levels in first-year students of the Bachelor of Nursing at STIKES Bethesda in 2024.*

Suggestion: *Researchers are further advised to examine factors that can increase emotional intelligence and reduce stress levels.*

Keywords: *Emotional intelligence – stress level – students*

xii + 65 pages + 13 tables + 2 schematics + 16 appendices

Literature: 33, 2015-2024

¹*Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute For Health Sciences*

²*Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences*

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES
PADA MAHASISWA TINGKAT I SARJANA KEPERAWATAN
STIKES BETHESDA YAKKUM TAHUN 2024**

Apriyanti Dolorata¹, Reni Puspitasari²

ABSTRAK

Latar belakang: Kecerdasan Emosional merupakan kemampuan mengekspresikan, merasakan dan mengelola emosi. Ketidakmampuan mahasiswa mengendalikan kecerdasan emosional dapat memicu mahasiswa mengalami stres. Mahasiswa yang mengalami stres biasanya ditandai dengan gejala fisik, emosional, intelektual dan interpersonal. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terdapat 7 dari 11 mahasiswa merasa tidak dapat mengendalikan perasaan marah, sering merasa sedih, sulit untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru, dan sulit untuk berinteraksi dengan orang baru.

Tujuan: Mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stress pada mahasiswa tingkat I STIKES Bethesda Yakkum tahun 2024.

Metode: Penelitian kuantitatif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian 73 mahasiswa tingkat I Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum menggunakan metode total sampling. Analisis data menggunakan uji *spearman rank*. Alat ukur yang digunakan adalah *The Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) Short Form* dan kuesioner DASS-42

Hasil: Hasil uji kecerdasan emosional mayoritas menunjukkan persentase tinggi yaitu 38 responden (52,05%) dan uji tingkat stress mayoritas menunjukkan presentase kategori sedang yaitu terdapat 24 responden (32,87%). Hasil uji spearman rank menunjukkan menunjukkan p-value (0,003) < $\alpha = 0,05$ dengan nilai korelasi lemah -0,339.

Kesimpulan: Ada hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2024.

Saran: Peneliti selanjutnya disarankan meneliti faktor – faktor yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan mengurangi tingkat stres.

Kata Kunci: Kecerdasan emosional – tingkat stres – mahasiswa

xii + 65 halaman + 13 tabel + 2 skema + 16 lampiran

Kepustakaan: 33, 2015-2024

¹Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

PENDAHULUAN

Kecerdasan Emosional merupakan kemampuan individu dalam mengekspresikan, merasakan dan mengelola emosi. Kecerdasan emosional yang dimiliki, seseorang mampu berkomunikasi dengan baik, membentuk seseorang menjadi pemimpin yang bijak dan humoris, mampu beradaptasi dengan lingkungan, dan dapat memotivasi diri sendiri untuk mencapai suatu tujuan⁽²⁾. kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengelola emosi, pertahanan dalam menghadapi kekecewaan maupun kegagalan, dapat memotivasi diri, dan mengatur kejiwaannya. Dengan memiliki kecerdasan emosional yang baik maka individu dapat menempatkan emosinya pada² tempat yang tepat dan dapat mengatur suasana dalam hati individu⁽²⁾.

Stres merupakan suatu keadaan individu yang terjadi akibat adanya interaksi antar individu dengan lingkungan, menyebabkan adanya suatu tekanan dan mempengaruhi fisik, pola perilaku, kognitif dan emosional⁽³⁾. Stres ditandai dengan gejala fisik, emosional, intelektual dan interpersonal. Sulit tidur, mudah lelah, sering terasa letih, ketegangan otot bahkan sampai diare merupakan gejala fisik dari stres. Terdapat beberapa faktor yang dapat dilakukan untuk mengatasi stres seperti manajemen waktu, tingkat kepribadian dan mekanisme koping⁽³⁾. Prevalensi stres siswa di dunia sebesar 38,91% di Asia 61,3% dan Indonesia sebesar 71,6% (Sandi, 2021). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 jumlah penduduk Indonesia pada umur ≥ 15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional atau stres mengalami peningkatan menjadi 7%, dan prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sebesar 36,7 – 71,6%.

Hasil wawancara didapatkan hasil 7 dari 11 mahasiswa merasa tidak dapat mengendalikan perasaan marah, sering merasa sedih, sulit untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru, dan sulit untuk berinteraksi dengan orang baru

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan desain kuantitatif-korelasi dengan menggunakan pendekatan *Cross-sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Tahun 2024. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 30 Juli – 01 Agustus 2024 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah 73

mahasiswa tingkat I prodi sarjana keperawatan dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Penelitian ini sudah mendapatkan *Ethical Clearance* dengan nomor 113/KEPK.02.01/VII/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan usia, jenis kelamin dan asal daerah Mahasiswa Tingkat I Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2024.

No	Karakteristik responden	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Usia	< 20 tahun	55	73.3%
		20-21 tahun	14	19.2%
		>21 tahun	4	5.5%
Jumlah			73	100
2.	Jenis kelamin	Laki-laki	17	23.3%
		Perempuan	56	76.6%
Jumlah			73	100
3.	Asal daerah	Pulau Jawa	40	54.8%
		Luar Pulau Jawa	33	45.2%
Jumlah			73	100

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Analisis: Tabel 1 menunjukkan bahwa 73 responden sebagian besar berusia pada rentang < 20 tahun sebanyak 75.3%. mayoritas responden dengan jenis kelamin perempuan 76.6% dan responden berjenis kelamin laki – laki 23.3%. Mayoritas responden sebanyak 76.6% berasal dari Pulau Jawa.

b. Variabel penelitian

No	Variabel Penelitian	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Kecerdasan Emosional	Ringan	0	0
		Sedang	35	47.9%
		Tinggi	38	52.1%
Jumlah			73	100
2.	Tingkat Stres	Normal	7	9.6%
		Ringan	17	23.3%
		Sedang	24	32.9%
		Berat	16	21.9%
		Sangat Berat	9	12.3%
Jumlah			73	100

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Analisis: Sebagian besar memiliki kecerdasan emosional yang tinggi sebanyak 38 responden dengan presentase 52.1% dan sebagian responden memiliki kecerdasan emosional sedang sebanyak 35 responden dengan presentase 47.9%.

sebagian besar tingkat stres mahasiswa adalah kategori sedang sebanyak 24 responden (32.9%), kategori berat 16 responden (21.9%), dan kategori sangat berat 9 responden (12.3%).

2. Analisis Bivariat

Kecerdasan Emosional	Tingkat Stres					Σ	p-value	α	Correlation coefficient
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat				
Rendah	0	0	0	0	0	0	0.03	0,05	-0,339
Sedang	1	7	10	13	4	35			
Tinggi	6	10	14	3	5	38			
Total	7	17	24	16	9	73			

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Analisis:

- a. Tabel 3 menunjukkan bahwa kecerdasan emosional terbanyak adalah kategori tinggi berjumlah 38 responden (52.1%) dan tingkat stres terbanyak adalah kategori sedang sebanyak 24 responden (32.9%).
- b. Dari 73 responden kecerdasan emosional, sebagian besar responden dalam kategori tinggi berjumlah 38 responden (52.1%), kategori sedang berjumlah 35 responden (47.9%).
- c. Dari 73 responden tingkat stres, sebagian besar responden dalam kategori sedang berjumlah 24 responden (32.9%), kategori ringan 17 responden (23.3%), kategori berat 16 responden (21.9%), kategori sangat berat 9 responden (12.3%) dan kategori normal 7 responden (9.6%).
- d. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,003$ lebih kecil dari α atau $0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Tahun 2024. Nilai *contingency coefficient* yaitu sebesar $-0,339$ diinterpretasikan bahwa keeratan hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres adalah tingkat keeratan lemah.

B. Pembahasan

1. Pada tabel 1. Hasil penelitian berdasarkan karakteristik responden bahwa dari 73 responden berdasarkan usia terbanyak adalah pada rentang > 20 tahun dengan jumlah 55 responden (73.3%). Berdasarkan data kemendikbud tahun 2020 mendapatkan hasil rata-rata usia mahasiswa dalam menempuh pendidikan sarjana di perguruan tinggi berada pada rentang usia 18-24 tahun⁽⁵⁾. Usia menjadi salah satu factor mempengaruhi kecerdasan emosional karena bertambah usianya seseorang menyebabkan kemampuan untuk mengenali emosinya dengan lebih baik, sehingga kecerdasan emosional yang dimiliki baik⁽²⁾. Jenis kelamin mayoritas adalah perempuan dengan jumlah 56 responden (76.6%). perempuan memiliki kepekaan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Keadaan psikologis tersebut menjadikan perempuan memiliki sifat *caring* yang tinggi dibandingkan laki-laki. Wanita secara *inheren* lebih *sensitive* dibandingkan laki-laki, wanita lebih cenderung menunjukkan minat dan motivasi untuk berhasil dalam keterampilan dan hubungan social, sedangkan pria lebih mencoba keberhasilan dalam intelektuak atau yang kompetitif⁽⁶⁾. Berdasarkan asal daerah mayoritas responden

berasal dari Pulau Jawa sebanyak 40 responden (45.2%). Salah satunya ketidaksamaan Bahasa dalam satu daerah serta perbedaan cara bicara yang dapat menjadi salah satu sumber kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan dan orang sekitar.

2. Pada tabel 2. Menunjukkan bahwa kecerdasan emosional sebagian besar dalam kategori tinggi sebanyak 38 responden (52.1%). kecerdasan emosional adalah upaya seseorang untuk mengelola, dan mengenal emosi sendiri, hal ini sejalan dengan penelitian Manafe & Kristianingsih (2023) menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki kecerdasan emosional yang tinggi sebanyak 34 responden dengan presentase 45,9%⁽⁶⁾. Berdasarkan variabel tingkat stres menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat stres sedang sebanyak 24 responden (32.9%) hal ini sejalan dengan penelitian penelitian Rifai (2023) menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat stres sedang sebanyak 36 responden dengan presentase 52,9%⁽⁸⁾.
3. Pada tabel 3. Menunjukkan bahwa berdasarkan uji statistik menggunakan *spearman rank* secara komputersasi dengan menggunakan tingkat kemaknaan $\alpha = 0.05$ didapatkan nilai $p\text{-value} = 0.003 < 0.05$ yang berarti ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2024. Nilai koefisien korelasi sebesar -0.339 diinterpretasi bahwa keeratan hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stress adalah lemah. Hal ini diperkuat oleh penelitian Nikmatul (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar mahasiswa. Kecerdasan emosional yang tinggi pada seseorang akan membuat seseorang dapat mengontrol emosi yang dimiliki seperti perasaan marah, sedih, cemas dan penerimaan diri, sehingga individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi mempunyai kualitas yang lebih baik dan sebaliknya⁽⁹⁾. Hasil penelitian ini menjawab asumsi peneliti yaitu semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah tingkat stres dan sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2024, sebagai berikut:

1. Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan usia adalah sebagian besar responden berumur < 20 tahun, karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan yaitu dan karakteristik berdasarkan asal daerah sebagian besar berasal dari Pulau Jawa.
2. Hasil penelitian berdasarkan pada kecerdasan emosional adalah sebagian besar responden masuk kategori tinggi (52,05%) dan berdasarkan tingkat stres adalah sebagian besar responden masuk kategori sedang (32,87%).
3. Hasil penelitian ini adalah ada hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa tingkat I Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Tahun 2024 Tingkat keeratn hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa memiliki tingkat keeratn korelasi lemah

B. Saran

1. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
 - a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam mengembangkan pembelajaran terkait dengan cara mengelola emosi dan tingkat stress.
 - b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam melakukan seminar tentang cara mengendalikan emosi dan tingkat stress.

2. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi mahasiwa untuk meningkatkan kecerdasan emosional dengan mengenali dan mengelola emosio diri, memotivasi diri, dan berempati. Mahasiswa juga diharapkan dapat menerapkan di dalam lingkungan.

3. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti terkait dengan hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stress pada mahasiswa.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan seta referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya. Peneliti lain dapat meneliti lebih lanjut terkait faktor – faktor yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan mengurangi tingkat stress

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS, selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Vivi Retno I. S. Kep., Ns., MAN, selaku Ketua Penguji.
5. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Koordinator Riset STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan Penguji I.
6. Ibu Reni Puspitasari, S. Kep., Ns., MSN, selaku Penguji II dan Pembimbing.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bairizki, Perilaku Dan Budaya Organisasi, Seval Literindo Kreasi, 2022.
- [2] D. Goleman, Emotional Intelegence, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2015.
- [3] S. A. Wahyudi, Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar, Mitra Wacana Media, 2016.

- [4] Burharudin, Pengaruh Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Stress, Yogyakarta: Fakultas Ekonomi Universitas Janabadra, 2017.
- [5] Kemendikbud, "Statistik Pendidikan Tinggi (Higer Education Statistics)," 2020.
- [6] Walgito, "Pengantar Psikologi Umum," Yogyakarta, 2016, pp. 102-109.
- [7] Y. C. S. Manafe and S. A. Kristianingsih, "Hubungan kecerdasan emosional dengan penyesuaian sosial mahasiswa rantau dari Indonnesia Timur," *Open Journal System*, vol. vol.17 no. 10, 2023.
- [8] S. I. Rifai, I. Herawati and Y. Mulyani, "Tingkat Stres Berhubungan Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat I Sarjana Keperawatan," *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, pp. 86-87, 2023.
- [9] W. B. and N. Mustari, "Pengaruh kecerdasan emosional terhadap kinerja pegawai di kantor Kecamatan Sape Kabupaten Bima," *Journal Unimush*, pp. 141-154, 2021.

STIKES BETHESDA YAKKUM