

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL (*EMOTIONAL QUOTIENT*)
TERHADAP TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR**



NURFITRIA WULANDARI .D.

10542 0509 13

**Skripsi ini diajukan sebagai satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Kedokteran**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

2017

PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

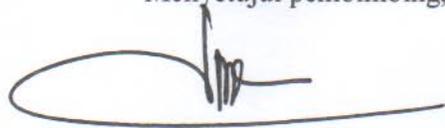
**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP TINGKAT STRES PADA
MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**NURFITRIA WULANDARI DIASWARA
NIM 10542 0509 13**

Usulan penelitian skripsi ini telah diperiksa, disetujui dan siap untuk dipertahankan
dihadapan tim penguji proposal penelitian skripsi Fakultas Kedokteran Universitas
Muhammadiyah Makassar

Makassar, 27 Februari 2017

Menyetujui pembimbing,

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized loop followed by several vertical strokes and a horizontal line extending to the right.

dr. Ummu Kalzum Malik, M. Med. Ed

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR**

TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK



Judul Skripsi:

**“HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES
PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR”**

MAKASSAR, 27 Februari 2017

PEMBIMBING :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Ummu Kalzum Malik', written over a horizontal line.

dr.Ummu Kalzum Malik,M.Med.Ed

PANITIA SIDANG UJIAN

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR**

Skripsi dengan judul **“HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR”** Telah diperiksa, disetujui, serta dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar pada:

Hari/tanggal : Senin, 27 Februari 2017

Waktu :10.00-selesai

Tempat :Ruang Seminar Fakultas Kedokteran Unismuh

Ketua Tim Penguji


dr. Ummu Kalzum Malik, M.Med.Ed

Anggota Tim Penguji:

Anggota I



(dr. Ami Febriza, M.Kes)

Anggota II



(Dr. H. Darwis Muhdina, M.Ag)

PERNYATAAN PENGESAHAN

DATA MAHASISWA:

Nama Lengkap : Nurfitria Wulandari Diaswara
Tanggal Lahir : 30 Juli 1994
Tahun Masuk : 2013
Peminatan : Kedokteran Klinis
Nama Pembimbing Akademik : dr.Dara Ugi,M.Kes
Nama Pembimbing Skripsi : dr.Ummu Kalzum Malik,M.Med.Ed

JUDUL PENELITIAN:

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Menyatakan bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan tahap ujian usulan skripsi, penelitian skripsi dan ujian akhir skripsi untuk memenuhi persyaratan akademik dan administrasi untuk mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

Makassar, 27 Februari 2017

Mengesahkan,
Koordinator Skripsi UNISMUH


Juliani Ibrahim, Ph.D

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama Lengkap : Nurfitria Wulandari Diaswara
Tanggal Lahir : 30 Juli 1994
Tahun Masuk : 2013
Peminatan : Kedokteran Klinis
Nama Pembimbing Akademik : dr.Dara Ugi,M.Kes
Nama Pembimbing Skripsi : dr.Ummu Kalzum Malik,M.Med.Ed

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP TINGKAT
STRES PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 27 Februari 2017

Nurfitria Wulandari diaswara



NIM 10542045013

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
Skripsi, Februari 2017**

NURFITRIA WULANDARI .D. (10542050913)

**“HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL (EMOTIONAL QUOTIENT)
TERHADAP TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
MAKASSAR”**

(53 halaman + 4 Tabel + 5 Lampiran)

ABSTRAK

TUJUAN: untuk mengetahui hubungan tingkat stres terhadap kecerdasan emosional pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

METODE: Penelitian ini menggunakan desain *Cross sectional*, dengan jumlah sampel 49 mahasiswa yang diukur tingkat stresnya dengan DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scale 42*) dan Kuesional Kecerdasan Emosional. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*.

HASIL: Hasil yang didapatkan yaitu nilai $p = 0.024$ ($p < 0.05$). Artinya terdapat hubungan terhadap kecerdasan emosional dengan tingkat stres mahasiswa angkatan 2016 FK Unismuh Makassar.

KESIMPULAN: Dari hasil yang didapatkan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

KATA KUNCI: kecerdasan emosional, tingkat stres, mahasiswa tahun pertama, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Makassar.

**FACULTY OF MEDICINE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR**
Thesis, Februari 2017

NURFITRIA WULANDARI .D. (10542050913)

**“THE CORRELATION BETWEEN AN EMOTIONAL QUOTIENT AND
STRESS LEVELS IN FIRST YEAR STUDENT MEDICAL FACULTY OF
MUHAMMADIYAH MAKASSAR UNIVERSITY”**
(53 Pages + 4 Table + 5 Appendix)

ABSTRACT

OBJECTIVE: To know the relation between an emotional quotient and stress level in first year student Medical Faculty of Muhammadiyah University Makassar.

METHODS: This study used a cross-sectional design, with 49 students who measured levels of stress with DASS 42 (Depression Anxiety Stress Scale 42) and Emotional Intelligence questionnaire. The sampling technique is total sampling.

RESULT: The result of the research showed that $p = 0.024$ ($p < 0.05$) which mean that there was a relation between emotional quotient and stress level in first year students Medical Faculty of Muhammadiyah University Makassar.

CONCLUSION : it can be concluded that there was a relation between an emotional quotient and stress level in first year student medical faculty of Muhammadiyah Makassar University.

KEYWORDS: Emotional quotient, stress level, in first year student Medical Faculty, Of Muhammadiyah Makassar University

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar”**.

Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun materil secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai, terutama kepada yang saya hormati:

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Makassar, Dr.H.Rahman Rahim,SE,MM
2. Dekan Fakultas Kedokteran, Bapak dr.H.Mahmud Ghaznawie, Ph.D., Sp.PA(K).
3. Ibunda dr. Ummu Kalzum Malik,M.Med.Ed., selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memberikan kritik dan saran bimbingan maupun arahan yang sangat berguna dalam penyusunan skripsi ini.
4. dr. Ami Febriza, M.Kes., dan DR. Rusli Malli, M.Ag., sebagai dosen penguji, yang banyak memberikan masukan untuk perbaikan skripsi saya
5. Teristimewa kepada kedua orang tua saya, Bapak Kopol. Tamam Hadi Kisworo S.sos dan Ibu Hj. Rosdiati yang senantiasa mendoakan dan memberikan semangat.

6. Sahabat-sahabat seperjuangan saya, terima kasih untuk menjadi bagian dari perjalanan meraih cita-cita saya.

Penulis menyadari skripsi ini belum sempurna. Baik dari segi materi maupun tata cara penulisannya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk lebih menyempurnakan tulisan ini.

Akhirnya penulis mengharapkan skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua dan semoga Allah memberikan Ridha-Nya kepada kita semua. *Amiin ya Rabbal Alamin.*

Makassar, 27 Februari 2017

Nurfitria Wulandari Diaswara

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori 6	
1. Kecerdasan Emosional	7
2. Tingkat Stres	12
B. Kerangka Teori	24
BAB III KERANGKA KONSEP	25
A. Kerangka Konsep	25
B. Definisi Operasional	26
C. Hipotesis Penelitian	28
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	29
C. Tempat Pengumpulan Data	29
D. Teknik Pengumpulan Data	29
E. Populasi dan Sampel	30
F. Besar Sampel	30
G. Alur Penelitian	32
H. Teknik Analisa Data	32
I. Etika Penelitian	33

BAB V HASI PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	34
B. Gambaran Umum Polpulasi Sampel	35
C. Analisa Univariat	36
D. Analisa Bivariat	37
BAB VI PEMBAHASAN.....	39
BAB VII TINJAUAN KEISLAMAN.....	44
VIII PENUTUP	
A. Kesimpulan	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Goleman mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan dalam memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi. Kemampuan mengendalikan dorongan hati, tidak melebih-lebihkan kesenangan, kemampuan mengatur suasana hati dan menjaga stress agar tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, serta kemampuan dapat berempati dan berdoa.^{1,2} Adapun faktor-faktor kecerdasan emosional menurut goleman terbagi atas lima faktor yaitu : kecerdasan emosi, pengendalian emosi, motivasi diri, empati dan hubungan sosial.³

Saat seseorang mengalami beban tugas yang berlebih atau mengalami stres, peran kecerdasan emosional sangat dibutuhkan. Orang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat mengelolah stres dan menemukan cara yang tepat menghadapi stres tersebut. Namun akan terjadi sebaliknya jika seseorang memiliki kecerdasan emosional yang rendah, mereka akan sulit menemukan cara menghadapi stres tersebut. Kecerdasan emosional juga dapat digunakan dalam pengambilan keputusan dan tindakan. Mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan mengambil keputusan dan melakukan tindakan yang tepat saat situasi kritis dan mendesak.

Mahasiswa adalah salah satu bagian dari civitas akademika pada perguruan tinggi yang merupakan calon pemimpin bangsa yang akan datang.⁴

Bagi beberapa mahasiswa, memasuki tingkat pendidikan di universitas merupakan hal yang membuat stres, hal ini dikarenakan akan terjadi banyak perubahan dibandingkan waktu di sekolah menengah. Perubahan tuntutan belajar dari masa sebelumnya yang mengharuskan mahasiswa mandiri dalam segala hal aktivitas akademiknya baik itu materi perkuliahan, tugas, laporan, praktikum, tugas akhir serta syarat kelulusan untuk menghindari *Drop Out* (DO) yang menyebabkan timbulnya stres.

Kebanyakan pekerjaan dengan waktu yang sangat sempit, ditambah lagi dengan tuntutan harus serba cepat dan tepat membuat orang hidup dalam ketegangan atau stres. Allah SWT berfirman dalam surat Al Baqarah ayat 155,

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالْأَمْوَالِ وَالنَّمْرِ ۗ وَبَشِيرٍ لِّلصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

“ Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. “

Ayat di atas memberitahukan kepada manusia bahwa tiada hidup tanpa cobaan, oleh karena itu perbanyaklah kesabaran agar mampu mengatasi berbagai pengalaman hidup yang tidak selamanya menyenangkan seperti stres, cemas, dan depresi.

Mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat stres lebih tinggi apabila dibandingkan dengan mahasiswa lain, karena mahasiswa tahun pertama akan dihadapkan dengan kejadian menekan seperti konflik hubungan dengan orang tua, pasangan, dan teman serta prestasi akademik rendah dan masalah keuangan.⁵ Penyebab stres pada mahasiswa tersebut berbeda antara individu dengan yang lain. Faktor-faktor yang menyebabkan stres dapat dibagi atas faktor internal dan faktor eksternal.⁶ Stres merupakan suatu ketidak seimbangan yang besar antara permintaan yang berupa fisik ataupun psikologis dengan kemampuan respon dimana terjadinya kegagalan untuk memenuhi permintaan yang memberi konsekuensi yang esensial.⁶

Hasil survey yang dilakukan oleh American College Health Association (ACHA) pada tahun 2013 di Amerika, menjelaskan salah satu masalah besar yang dihadapi mahasiswa dalam dunia perkuliahan adalah stres. Sebanyak 27,9% dari total 32.964 mahasiswa mengakui bahwa stress menjadi penghalang bagi performa akademik mereka.⁷

Penelitian mengenai stres pada mahasiswa kedokteran sudah pernah dilakukan di beberapa universitas. Pada penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa kedokteran universitas Lampung ditemukan hasil bahwa dari 242 responden, terdapat 84 responden (34,7%) mengalami stres ringan, 131 responden (54,1%) mengalami stres sedang dan 27 responden (11,2%) mengalami stres berat.⁵

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sugiarto ditemukan hasil adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan daya tahan mahasiswa terhadap stres, jika kecerdasan emosi meningkat maka daya tahan terhadap stres mahasiswa akan mengalami peningkatan dan jika kecerdasan emosi menurun maka daya tahan terhadap stres akan menurun.⁸

Dari data yang diperoleh sebelumnya, maka penelitian tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres. Penelitian ini melibatkan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2016. Hal ini didasarkan oleh karena angkatan 2016 yang merupakan angkatan baru di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar tahun ajaran 2016/2017 dan merupakan angkatan yang sedang menjalani tahun pertamanya sebagai mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa Tahun Pertama Fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa Tahun Pertama fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
- b. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.
- c. Untuk mengetahui adanya hubungan tingkat kecerdasan emosional terhadap tingkat stres mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini bagi beberapa pihak sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Jika sudah diketahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres, diharapkan penelitian ini berguna untuk mahasiswa agar dapat mengembangkan kecerdasan emosionalnya sehingga bisa lebih baik dalam mengelola emosinya. Selain itu, jika ada mahasiswa yang tertarik dengan penelitian yang sama, penelitian ini dapat dijadikan sebagai pembandingan atau sebagai tambahan pustaka.

2. Bagi institusi: Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada institusi mengenai tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2016.

Sehingga dapat dipertimbangkan untuk membantu mengembangkan kecerdasan emosional mahasiswa.

3. Bagi peneliti: Penelitian ini sendiri berguna bagi peneliti untuk lebih menambah wawasan dan pengetahuan tentang kecerdasan emosional dalam mengelola stres.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Kecerdasan Emosional

a. pengertian Kecerdasan Emosional

Akar kata *emosi* adalah : *movere* kata kerja bahasa latin yang berarti “*menggerakkan, bergerak*” ditambah awalan “e” untuk memberi arti “*bergerak menjauh*”, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi.⁹Pada awalnya emosi sering diartikan dengan marah. Istilah yang salah ini perlu diluruskan bahwa marah hanyalah satu bagian dari sebuah emosi negatif.Masih banyak emosi negatif lainnya seperti sedih, kecewa, takut, cemburu, benci, dan sebagainya. Disisi lain, ada pula emosi positif yang jelas-jelas bisa membawa manusia kedalam perilaku yang positif pula, seperti bahagia, cinta, sayang, suka, semangat, dan sebagainya. Orang sering menghubungkan pengelolaan emosi yang baik dengan istilah kecerdasan emosional/EQ (Emotional Question). Bahkan disebut-sebut bahwa EQ menyumbang sebuah keberhasilan seseorang sebesar 80%.¹⁰

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas

emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan (Goleman,2006). Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ sebagai :

“himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan”.¹¹

Kecerdasan emosi adalah kemampuan memahami perasaan diri sendiri, kemampuan memahami perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri, dan dalam hubungan dengan orang lain.¹ Adapun dalam buku yang lain Daniel Goleman mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengandalkan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan dalam kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar bebas dari stres, tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati, dan berdoa.⁹

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional

Kecerdasan emosi selain dapat dipengaruhi oleh kepribadian individu juga dapat dipupuk dan diperkuat dalam diri individu. Kecerdasan emosi tidak dapat ditentukan sejak lahir tetapi melalui pembelajaran. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang menurut Goleman, yaitu:¹²

1) Lingkungan keluarga

Kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi. Hal ini peran orang tua sangat penting. Orang tua adalah subyek pertama yang perilakunya diidentifikasi oleh anak dan kemudian diinternalisasi yang akhirnya akan menjadi bagian dari kepribadian anak. Kehidupan emosional yang dipupuk dalam keluarga sangat berguna bagi anak kelak di kemudian hari, sebagai contoh kebiasaan hidup, disiplin, bertanggung jawab, kemampuan berempati, kepedulian, dan sebagainya.

2) Lingkungan Non Keluarga

Faktor lainnya adalah lingkungan masyarakat dan lingkungan penduduk. Kecerdasan emosi ini berkembang sejalan dengan perkembangan fisik dan mental anak. Pembelajaran ini biasanya ditunjukkan dalam aktivitas bermain anak seperti bermain peran, dimana biasanya berperan sebagai seseorang diluar dirinya dengan emosi yang menyertainya. Sehingga anak akan mulai belajar mengerti keadaan orang lain.

c. Aspek-aspek Pendukung Kecerdasan Emosional

Goleman dalam bukunya *Emotional Intelligence* memaparkan lima komponen pendukung kecerdasan emosional yang tentu saja dapat dijadikan oleh individu bila ingin sukses, yakni⁹:

1). Mengenal Emosi Diri

Kemampuan memantau perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologi dan pemahaman diri. Ketidakmampuan mencermati perasaan kita sesungguhnya membuat kita berada dalam kekuasaan perasaan. Orang yang memiliki keyakinan yang lebih tentang perasaannya adalah pilot yang handal bagi kehidupan mereka, karena mempunyai kepekaan lebih tinggi akan perasaan mereka, yang sesungguhnya atas pengambilan keputusan.

2). Mengelola Emosi

Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri. Orang-orang yang buruk dalam keterampilan ini akan terus-menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

3). Mengelola Emosi

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri, dan untuk berkreasi. Kendali diri emosional menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang.

Menurut Daniel Goleman, ada empat kemampuan motivasi yang harus dimiliki yaitu¹ :

1. Dorongan prestasi, yaitu dorongan untuk meningkatkan atau memenuhi standar keunggulan.
2. Komitmen, yaitu menyelaraskan diri dengan sasaran kelompok atau lembaga.
3. Inisiatif (*Initiative*), yaitu kesiapan untuk memanfaatkan kesiapan.
4. Optimisme, yaitu kegigihan dalam *memperjuangkan* sasaran
5. kendati ada halangan dan kegagalan.

4). Mengenali Emosi Orang Lain (Empati)

Empati, kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emotional, merupakan “keterampilan bergaul” dasar. Orang yang empatik, lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.

Menurut Daniel Goleman, empati adalah memahami perasaan dan masalah orang lain dan berfikir dengan sudut pandang mereka, menghargai perbedaan perasaan orang mengenai berbagai hal. Tingkat empati tiap individu berbeda-beda. Menurut Daniel Goleman, pada tingkat yang paling rendah, empati mempersyaratkan kemampuan membaca emosi orang lain, pada tataran yang lebih tinggi, empati mengharuskan seseorang mengindra sekaligus menanggapi kebutuhan atau perasaan seseorang yang tidak diungkapkan lewat kata-kata. Di antara tingkat empati yang paling tinggi adalah menghayati masalah atau kebutuhan-kebutuhan yang tersirat di balik perasaan seseorang.

5). Membina Hubungan

Seni membina hubungan, sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain.

d. Seni penilaian Kecerdasan Emosional¹³

Kecerdasan emosi pada penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala kecerdasan emosi (EQ) yang didasarkan atas aspek-aspek yang dikemukakan oleh Salovey dan Meyer yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.

2. Tingkat Stres

a. Pengertian Stres

Menurut Charles D. Spielberger menyebutkan bahwa stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal mengenai seseorang, misalnya objek-objek dalam lingkungan atau suatu stimulus yang secara objektif adalah berbahaya. Stres juga biasa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, atau gangguan tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang.¹⁴

Marawis mendefinisikan stres adalah sebagai segala masalah atau tuntutan penyesuaian diri yang mengganggu jika masalah tersebut tidak

dapat diatasi dengan baik atau tuntas maka akan menyebabkan gangguan badani atau gangguan jiwa.¹⁵

Yang dimaksud dengan stres adalah respons tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Misalnya bagaimana respons tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila ia sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stress. Tetapi sebaliknya bila ternyata ia mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka ia disebut mengalami distress.¹⁶

b. Bentuk dan Gejala Stres

Menurut Lazarus (dalam Lumongga 2009:17-18) terdapat dua bentuk stres yaitu distress dan *eustress*:

1) *Distress* (stres negatif) yaitu stres yang mengganggu individu yang tidak mampu mengatasi keadaan emosinya akan mudah terserang *distress*. *Distress* juga memiliki pengertian stress yang merusak dan merugikan. Ciri-ciri individu yang telah mengalami *distress* yaitu mudah marah, cepat tersinggung, sulit berkonsentrasi, sukar mengambil keputusan, pelupa, pemurung, tidak energik, dan cepat bingung.

2) *Eustres* (stres positif) yaitu stres baik atau stress yang tidak mengganggu dan memberikan perasaan bersemangat. Stress yang bermanfaat dan konstruktif.¹⁷

Adapun menurut Braham (2001), gejala stres dapat berupa tanda-tanda berikut ini :

- 1) Fisik, yaitu sulit tidur atau tidur tidak teratur, sakit kepala, adanya gangguan pencernaan, radang usus, kulit gatal-gatal, punggung terasa sakit, keringat berlebihan, berubah selera makan, tekanan darah tinggi, atau serangan jantung, kehilangan energy.
- 2) Emosional, yaitu marah-marah, mudah tersinggung, dan terlalu sensitive, gelisah dan cemas, suasana hati mudah berubah-ubah, sedih, mudah menangis, dan depresi, gugup, agresif terhadap orang lain dan mudah bermusuhan serta mudah menyerang, dan kelesuan mental.
- 3) Intelektual, yaitu mudah lupa, kacau pikirannya, daya ingat menurun, sulit untuk berkonsentrasi, suka melamun berlebihan, pikiran hanya dipenuhi oleh satu pikiran saja.
- 4) Interpersonal, yaitu acuh dan mendiamkan orang lain, kepercayaan pada orang lain menurun, mudah mengingkari janji pada orang lain, senang mencari kesalahan orang lain atau menyerang dengan kata-kata, menutup diri secara berlebihan, dan mudah menyalahkan orang lain.^{10\}

c. Penyebab Stres

Stresor psikososial adalah setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang, sehingga orang itu terpaksa mengadakan adaptasi atau penyesuaian diri untuk menanggulangnya. Namun, tidak semua orang mampu melakukan adaptasi dan mengatasi stressor tersebut sehingga timbulah keluhan-keluhan berupa stres.¹⁸

Banyak sekali jenis stressor yang dapat menyebabkan stres. Hawari dalam bukunya Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi menuliskan beberapa faktor yang dapat menyebabkan Stres antara lain sebagai berikut¹⁸:

a). Perkawinan

Berbagai permasalahan perkawinan merupakan sumber stress yang dialami seseorang, misalnya pertengkaran, perceraian, kematian salah satu pasangan dan ketidaksetiaan.

b). Problem orang tua

Problem yang sering dihadapi orang tua misalnya tidak mempunyai anak, dan problem manakala anak terlibat kenakalan remaja, pergaulan bebas, atau penyalahgunaan obat-obat terlarang.

c). Hubungan interpersonal (antar pribadi)

Hubungan antar sesama yang tidak baik dapat merupakan sumber stress. Misalnya hubungan yang tidak serasi, konflik dengan kawan dekat atau kekasih.

d). Pekerjaan

Masalah pekerjaan merupakan sumber stress kedua setelah perkawinan, misalnya pekerjaan terlalu banyak, pekerjaan tidak cocok, mutasi, jabatan, pensiun, dan kehilangan pekerjaan.

e). Lingkungan hidup

Kondisi lingkungan hidup yang buruk besar pengaruhnya bagi kesehatan seseorang. Misalnya masalah perumahan, polusi, penghijauan, dan lain-lain yang merupakan sarana dan prasarana pemukiman hendaknya memenuhi syarat kesehatan lingkungan.

f). Keuangan

Masalah keuangan dalam kehidupan sehari-hari ternyata merupakan salah satu sumber stressor utama. Misalnya pendapatan lebih kecil dari pengeluaran, terlibat hutang, kebangkrutan usaha, soal warisan, dan lain sebagainya.

g). Hukum

Keterlibatan seseorang dalam masalah hukum dapat merupakan sumber stress. Misalnya tuntutan hukum, pengadilan, penjara, dan lain sebagainya. Selain dari pada itu tidak ditegakkannya supremasi hukum yang berdampak pada ketidakadilan dapat pula merupakan sumber stress.

h). Perkembangan

Yang dimaksudkan disini adalah tahapan perkembangan fisik maupun mental seseorang. Dan apabila tahapan perkembangan tersebut tidak sesuai dengan baik, yang bersangkutan dapat mengalami stres.

i). Penyakit fisik atau cedera

Berbagai penyakit fisik terutama yang kronis dan atau cedera yang mengakibatkan invaliditas dapat menyebabkan stres pada diri seseorang.

j). Faktor keluarga

Anak dan remaja dapat pula mengalami stres yang disebabkan karena kondisi keluarga yang tidak harmonis.

k). Trauma

Seseorang yang mengalami bencana lama, kecelakaan transportasi, kebakaran, kerusakan, peperangan, kekerasan, penculikan, perampokan, perkosaan, kehamilan di luar nikah dan lain sebagainya merupakan pengalaman traumatis yang pada gilirannya yang bersangkutan dapat mengalami stres.¹⁸

d. Tingkat Stres

Menurut Rasmun stress dibagi menjadi tiga tingkatan.¹⁹

1. Stres Ringan, adalah stress yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stress ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya lupa, ketiduran, dikritik, dan kemacetan. Stress ringan biasanya hanya

terjadi dalam beberapa menit atau beberapa jam. Situasi ini tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus.

2. Stres sedang, dapat memicu terjadinya penyakit. Stres sedang terjadi lebih lama, dari beberapa jam hingga beberapa hari. Contoh dari stressor yang dapat menimbulkan stres sedang adalah kesepakatan yang belum selesai, beban kerja yang berlebihan, mengharapkan pekerjaan baru, dan anggota keluarga yang pergi dalam waktu yang lama.
3. Stres berat, adalah stress kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun. Contoh dari stresor yang dapat menimbulkan stres berat adalah hubungan suami istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial dan penyakit fisik yang lama.

e. Skala Penilaian tingkat Stres²⁰

Untuk mengetahui tingkat stres seseorang digunakan alat ukur DASS (Depression Anxiety Stress Scale) yang pertama kali diperkenalkan oleh Lovibond tahun 1995. Nilai yang penting dalam DASS yang digunakan dalam tatacara klinis adalah untuk mengklarifikasi letak gangguan emosional, sebagai bagian dan tugas penilaian klinis yang lebih luas. Fungsi esensial dari DASS adalah untuk mengenali gejala inti dari gejala depresi, kecermasan, dan stres. Itu bisa diketahui bahwa seseorang yang secara klinis mengalami depresi, cemas, atau stres.

DASS dibuat tidak hanya dibuat seperti perangkat skala yang lain untuk mengukur keadaan emosi seseorang secara konvensional, tetapi juga mengembangkan proses penentuan, pemahaman, dan pengukuran keadaan

emosi signifikan yang secara klinis dan digambarkan seperti depresi, kecemasan, dan stres.

Setiap dari tiga skala DASS mengandung 14 item, terbagi menjadi 2 sampai 5 subskala dengan konten yang hampir sama. Skala depresi menilai disphoria, putus asa, anhedonia, inersia. Skala kecemasan menilai gairah otonom, efek otot skeletal, situasi kecemasan, dan pengalaman subyektif dari pengaruh kecemasan. Skala stress sensitive terhadap pengaruh level gairah non spesifik kronis. Skala ini menilai kesulitan bersantai, gairah nervous, dan menjadi jengkel/gelisah dengan mudah, pemarah/rekasi berlebihan, dan tidak sabar.

Dalam Kuesioner DASS ini terdapat 42 butir pernyataan, dimana dari setiap pernyataan dikelompokkan dalam skalanya masing-masing dan jawaban dari hasil pernyataan yang telah diisi responden akan dinilai sesuai skoring dari masing-masing skala, seperti sebagaimana berikut:

- a. Skala depresi : pernyataan 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42.
- b. Skala kecemasan : pernyataan 2, 4, 7, 19, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41.
- c. Skala stres : pernyataan 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39.

3. Hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat Stres

Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan diri kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain. Gejala emosional atau perilaku dapat terjadi sebagai respon peristiwa kehidupan yang menimbulkan stres. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah biasanya selalu mementingkan perasaannya daripada perasaan orang lain sehingga banyak yang memberikan penilaian yang buruk tentangnya. Sehingga terkadang seseorang dengan kecerdasan emosional rendah cenderung tidak memiliki keharmonisan dengan orang-orang sekitarnya.²¹

Para pemilik tingkat kecerdasan emosional tinggi dapat mengatasi segala kesulitan yang dihadapinya .Ini adalah sifat mental yang tidak dapat ternilai yang dapat dikembangkan melalui pengalaman hidup yang berat.Orang-orang yang memiliki skor tinggi dalam skala kecerdasan emosional ini cenderung untuk mengatasi semua hal yang dilemparkan hidup kepada mereka. Mereka dapat mengatasi masalah dan dapat terkendali.Mereka mungkin terjatuh tapi tidak sampai terpuruk sehingga memudahkan mereka untuk mengaami stres berat.²²

4. Mahasiswa Tahun Pertama

Mahasiswa termasuk dalam kelompok masa remaja akhir dan masa dewasa dini, yang merupakan periode penyesuaian terhadap pola-pola

kehidupan dan harapan-harapan sosial yang dituntut untuk memainkan perannya secara baik dalam berbagai aspek kehidupan. Dalam tahun-tahun awal masa dewasa dini banyak masalah yang harus dihadapi. Masalah-masalah yang dihadapi ini berbeda dari masalah yang sudah dialami sebelumnya.¹⁹

Problem akademik pada tingkat pertama adalah berlakunya Sistem Kredit Semester yang merupakan salah satu perubahan yang dialami. Sistem kredit Semester adalah suatu system penyelenggaraan pendidikan dengan menggunakan Satuan Kredit Semester (SKS) untuk menyatakan beban studi peserta didik, beban kerja dosen, pengalaman belajar, dan beban penyelenggaraan program. Sistem kredit Semester menuntut mahasiswa untuk menentukan mata kuliah yang sesuai dengan kemampuannya dan mahasiswa harus giat dan serius menyelesaikan program studi yang telah ditentukan dalam waktu sesingkat mungkin. Sistem ini meminta tanggung jawab yang besar pada mahasiswa dalam menentukan mata kuliah dan jumlah SKS yang akan diambil.

Mahasiswa tahun pertama perkuliahan adalah mahasiswa dalam tahap remaja akhir atau dewasa dini. Menurut Gunarsa dan Gunarsa dalam buku Psikologi praktis, mahasiswa yang berada dalam tahapan remaja akhir menghadapi berbagai kesulitan penyesuaian dan tidak semua mampu mengatasinya sendiri sehingga cenderung untuk mengalami stres. Kesulitan penyesuaian tersebut berkisar pada:

1. Perbedaan sifat pendidikan di Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan Perguruan Tinggi, perbedaan itu antara lain:

a. Kurikulum

Isi kurikulum perguruan tinggi biasanya lebih sedikit tapi lebih mendalam. Jika kebetulan senang dengan bidang yang dipilih, kelanjutan dan kegairahan belajar akan lebih lancar. Sebaliknya jika tidak sesuai, kegairahan akan menurun, bahkan bisa menimbulkan gangguan pada kepribadian.

b. Disiplin

Di perguruan tinggi biasanya tidak sedisiplin di SMA karena dianggap sudah lebih dewasa dan tanggung jawab diserahkan kepada mahasiswa yang bersangkutan. Hal ini mengubah cara belajar dan bisa menyebabkan kesulitan tersendiri.

2. Hubungan dosen Mahasiswa

Pola hubungan sangat berbeda dibandingkan ketika di SMA. Dialog langsung pada tingkat awal yang jumlah mahasiswanya besar, cenderung jarang dilakukan di ruangan. Karena itu mahasiswa harus menyesuaikan cara dosen memberi kuliah.

3. Hubungan Sosial

Pada remaja lanjut, pola pergaulan sudah bergeser dari pola pergaulan yang homoseksual ke arah heteroseksual sehingga masalah pergaulan biasmenjadi masalah yang penting, baik mengenai percintaan, kesulitan penyesuaian diri, dan keterlibatan pengaruh kelompok pergaulan yang bisa bersifat negatif.

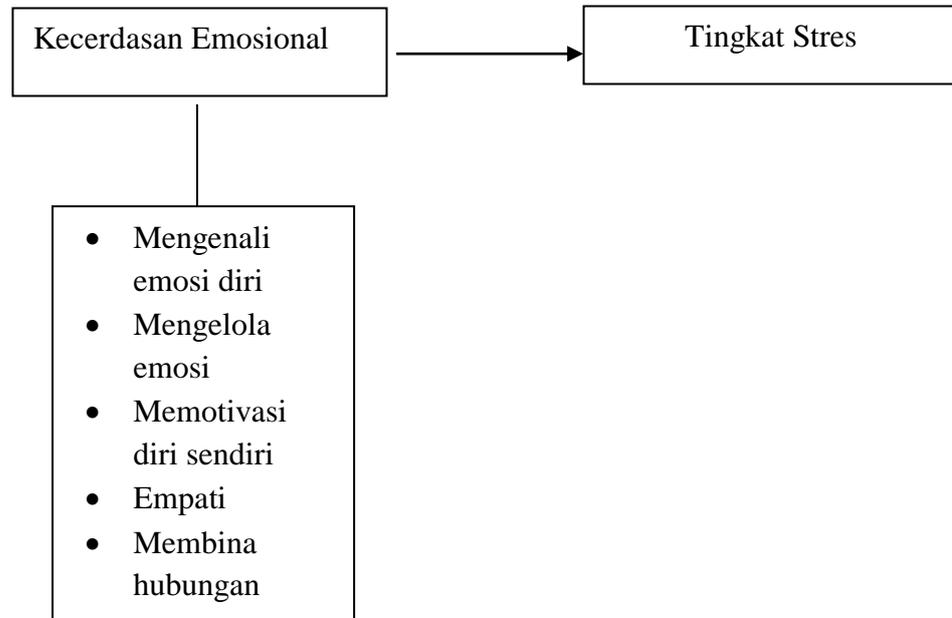
4. Masalah Ekonomi

Sekalipun mahasiswa sudah bisa melepaskan diri dari ketergantungan psikis, ketegantungan ekonomi masih ada karena pada umumnya belum berpenghasilan. Kelonggaran untuk mempergunakan uang tidak sebebaskan menentukan tingkah laku dan sikap.

5. Pemilihan Jurusan

Antara bakat dan minat dengan kesempatan sering tidak sejalan dengan sehingga merasa salah pilih jurusan. Tahap mencoba-coba memilih jurusan sesuai dengan keinginan orang tua sering dialami mahasiswa tahun pertama.¹⁹

B. Kerangka Teori



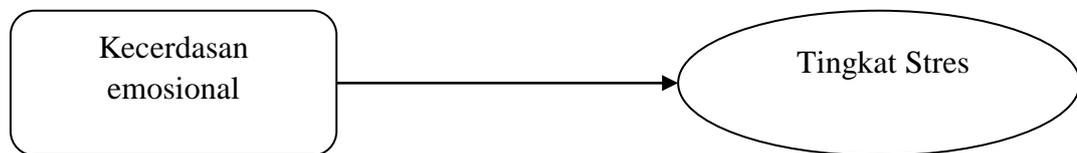
Gambar : Dikutip berdasarkan teori Daniel Goleman dan Hawari Fk UI

BAB III

KERANGKA KONSEP

Setelah berbagai aspek disajikan secara rinci dan terfokus dalam tinjauan pustaka, selanjutnya dibuat rangkuman sebagai dasar untuk membuat kerangka konsep. Lazimnya kerangka konsep dibuat dalam bentuk diagram yang menunjukkan jenis serta hubungan antar variabel yang diteliti dan variabel lain yang terkait. Maka penelitian ini dapat digambarkan dalam kerangka konsep sebagai berikut :

A. Kerangka Konsep



Keterangan:

-  :Variabel bebas
-  :Variabel tergantung
-  :Hubungan yang diteliti

B. Definisi Operasional

1. Variabel bebas

Kecerdasan emosional adalah kemampuan mahasiswa dalam mengenali emosi dirinya maupun orang lain, kemampuan memotivasi dirinya sendiri dan kemampuan dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

- a. Alat ukur : Kecerdasan emosional pada penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala kecerdasan emosional (EQ) yang didasarkan atas aspek-aspek yang dikemukakan oleh Salovey dan Mayer yaitu mengenai emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.

Dalam kuesioner kelima aspek tersebut tersebar ke dalam 15 pertanyaan, dengan pembagian sebagai berikut :

No.	Aspek	Nomer pernyataan Kuesioner	Jumlah
1.	Mengenali emosi diri	1, 8, 13	3
2.	Mengelola emosi	3, 4, 5	3
3.	Memotivasi diri sendiri	2, 6, 7	3
4.	Mengenali emosi orang lain	9, 11, 15	3
5.	Mengelola hubungan	10, 12, 14	3
	Total	15	15

- b. Hasil ukur : Kuesioner EQ berisi 15 butir pertanyaan untuk dijawab responden. Dengan pilihan jawaban dan skor yang diberikan: Tidak pernah (1), hampir tidak pernah (2), kadang-kadang (3), sering (4), selalu (5).
- c. Kriteria penilaian :
 - Kecerdasan Emosional Tinggi : 46-75
 - Kecerdasan Emosiolan Rendah : 1-45
- d. Skala pengukuran : Kategorik Ordinal

2. Variabel Terikat

Tingkat stress merupakan hasil penilaian terhadap berat ringannya stres yang dialami seseorang, diukur dengan alat ukur DASS (Depression Anxiety Stress Scale) dan stress berat.

- a. Alat ukur : diukur dengan alat ukur DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*).
- b. Cara ukur : Skala DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) terdiri dari 42 pertanyaan. Jumlah skor dalam pertanyaan tersebut memiliki makna tingkatan stres. Tingkatan stres pada alat ukur ini normal, sedang, berat dan sangat berat. Semakin tinggi jumlah nilai skor, semakin berat tingkatan stresnya.
 - Pilihan jawaban dan skor penilaian :
 - 0 : Tidak ada atau tidak pernah
 - 1 : Sesuai dengan apa yang pernah dialami, kadang-kadang

2 : Sering

3 : Selalu

c. Kriteria penilaian :

Ringan :0-18

Berat : 19-34

2. Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis null : Tidak ada hubungan antara Kecerdasan Emosional terhadap tingkat stress pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar
2. Hipotesis Alternative : ada hubungan antara Kecerdasan Emosional terhadap tingkat stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik, dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional Study* dimana pengambilan data untuk variable bebas dan terikat dilakukan dalam waktu bersamaan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar pada November 2016 – Maret 2017.

C. Tempat Pengumpulan Data

Fakultas kedokteran Muhammadiyah Makassar

D. Teknik Pengumpulan Data

Langkah-langkah pengumpulan data :

1. Setiap responden diberi lembar persetujuan mengisi kuesioner.
2. Tiap sampel diberi 2 macam Kuesioner (Skala Inventori EQ dan Skala DASS) secara bersamaan. Setiap skala diminta untuk diisi secara lengkap sesuai petunjuk.
3. Perhitungan skala Inventori EQ. pemberian skor untuk tiap subjek didasarkan atas sifat pernyataan dan alternative jawaban yang dipilih. Nilai Emotional Question (EQ) diperoleh dari jawaban subjek pada skala inventory EQ.

4. Kemudian perhitungan DASS (Depression Anxiety Stress Scale). Skor total penilaian bergerak dari angka 0 sampai angka 34. Dengan tingkatan stres berupa normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Semakin tinggi skor total yang diperoleh subjek menunjukkan tingkat stres yang semakin tinggi, begitu pula sebaliknya.

E. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian adalah Mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar.

b. Sampel dan Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan adalah Total Sampling/Sampling Jenuh yang berarti seluruh anggota populasi dijadikan sampel, yaitu jumlah sampel sebanyak 51 mahasiswa angkatan pertama. Penggunaan total populasi diharapkan akan lebih mewakili fakta yang ada.

Kriteria Sampel :

Kriteria inklusi :

1. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun Pertama Angkatan 2016.
2. Bersedia menjadi responden.

Kriteria Eksklusi :

1. Tidak melengkapi kuesioner atau tidak menjawab secara lengkap
2. Tidak hadir saat penelitian

F. Besar Sampel

Rumus besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah rumus penelitian analitik kategorik tidak berpasangan dengan desain cross sectional yaitu :

$$n_1 = n_2 = \frac{(Z_\alpha \sqrt{2PQ} + Z_\beta \sqrt{P_1Q_1 + P_2Q_2})^2}{(P_1 - P_2)^2}$$

Kesalahan tipe 1 sebesar 10% hipotesis satu arah, $Z_\alpha = 1,282$

Kesalahan tipe 2 sebesar 20% maka $Z_\beta = 0,842$

P_2 = Prevalensi kejadian stres pada mahasiswa kedokteran di indonesia 0,71

$$P_1 = P_2 + 0,2 = 0,71 + 0,2 = 0,91$$

$$P_1 - P_2 = 0,91 - 0,71 = 0,2$$

$$P = \frac{P_1 + P_2}{2} = \frac{0,91 + 0,71}{2} = 0,81$$

$$2 \qquad \qquad 2$$

$$Q_1 = 1 - P_1 = 1 - 0,91 = 0,09$$

$$Q_2 = 1 - P_2 = 1 - 0,71 = 0,29$$

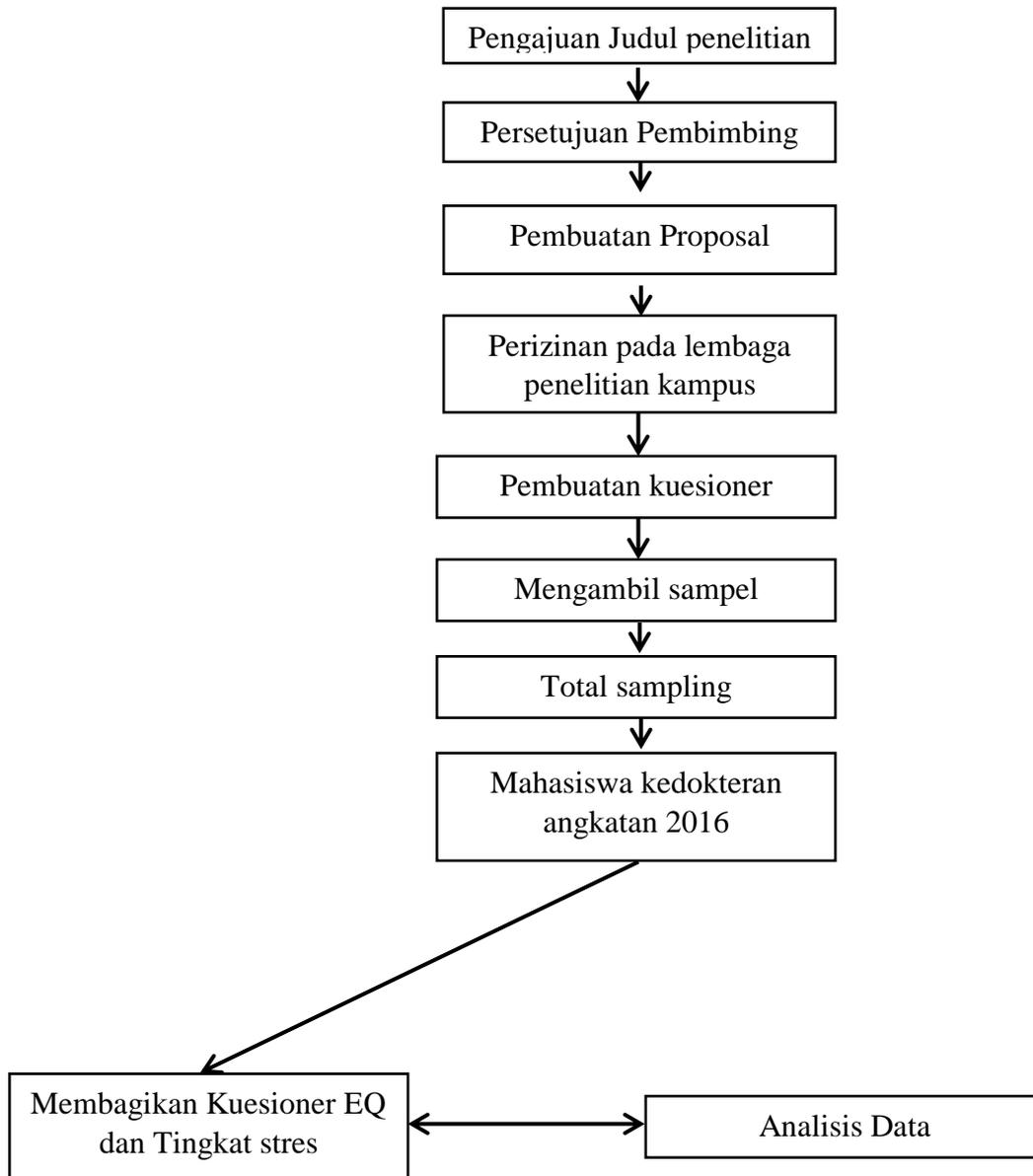
$$Q = 1 - P = 1 - 0,81 = 0,19$$

$$n = \frac{(1,282\sqrt{2 \times 0,81 \times 0,19} + 0,842\sqrt{0,91 \times 0,09 + 0,71 \times 0,29})^2}{(0,91 - 0,71)^2}$$

$$n = \frac{(0,711 + 0,451)^2}{(0,2)^2}$$

$$n = 33,75 \approx 34$$

G. Alur Penelitian



H. Teknik Analisis Data

Dari hasil penelitian yang didapat, kemudian akan dianalisis menggunakan uji statistic. Uji statistik yang digunakan yaitu :

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap variable dari hasil penelitian. Disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi masing-masing variable dalam penelitian.

b. Analisis Bivariat

Analisis ini digunakan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan yaitu mempelajari hubungan antar variabel dengan menggunakan Uji Chi-Square.

I. Etika Penelitian

1. Lembar persetujuan

Lembar persetujuan diberikan kepada subjek yang akan diteliti. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian. Jika responden bersedia untuk diteliti, maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan tersebut. Jika responden menolak untuk diteliti, maka peneliti tidak akan memaksa dan tetap menghormati hak-haknya.

2. Anonymity

Untuk menjaga kerahasiaan, peneliti tidak mencantumkan nama responden dalam lembar pengumpulan data.

3. Confidentiality

Kerahasiaan informasi dijamin peneliti. Hanya kelompok data tertentu saja yang akan disajikan dan dilaporkan sebagai hasil penelitian.

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Provinsi Sulawesi Selatan merupakan salah satu provinsi yang berada di negara Indonesia yang beribukota di Makassar. Terletak antara $0^{\circ}12 - 8^{\circ}$ Lintang Selatan dan $116^{\circ}48 - 122^{\circ}36$ Bujur Timur, yang berbatasan dengan Provinsi Sulawesi Barat di sebelah utara, Teluk Bone dan Sulawesi Tenggara di sebelah timur, batas sebelah barat dan timur masing-masing adalah Selat Makassar dan Laut Flores. Terdapat kurang lebih 123 Universitas di Provinsi Sulawesi Selatan yang tersebar di setiap kabupaten/kota. Satu diantaranya yang dijadikan sebagai tempat lokasi penelitian ini yaitu Universitas Muhammadiyah (Unismuh) Makassar.

Unismuh Makassar di Provinsi Sulawesi Selatan memiliki tiga cabang yaitu kampus II Unismuh Makassar yang beralamat di jalan Letjen Andi Mapoeddang No. 17 Makassar, kampus III Unismuh Makassar yang beralamat di jalan Ranggong Dg Romo No. 21 Makassar, dan kampus pusat Unismuh Makassar yang beralamat di jalan Sultan Alauddin No. 259 Makassar. Adapun yang dijadikan lokasi penelitian ini adalah kampus pusat Unismuh Makassar yang beralamat di jalan Sultan Alauddin No. 259 Makassar.

Unismuh Makassar memiliki 8 Fakultas dan program pasca sarjana yang terdiri dari 27 program studi. Satu diantaranya yang dijadikan tempat

pengambilan sampel penelitian ini yaitu Fakultas Kedokteran Unismuh Makassar (FK Unismuh Makassar) yang terletak di gedung F Unismuh Makassar Fakultas Kedokteran Unismuh Makassar. Program studi strata S- 1 Pendidikan Dokter FK Unismuh ini berdiri pada sejak tahun 2008, yang dirancang melalui pemikiran yang sangat cermat untuk dapat menghasilkan para dokter yang berkualitas dan berdedikasi tinggi, beriman dan bertakwa kepada Allah SWT.

B. Gambaran Umum Populasi/ Sampel

Telah dilakukan penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 FK Unismuh Makassar pada tanggal 02 Januari 2017. Responden yang dipilih menjadi sampel adalah mahasiswa angkatan 2016, dan telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Adapun jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 49 orang.

Data yang ada dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Setelah data terkumpul, selanjutnya data tersebut disusun dalam tabel induk (master table) dengan menggunakan program komputerisasi yaitu Microsoft Excel. Dari tabel induk tersebutlah kemudian data dipindahkan dan diolah menggunakan program SPSS 21 dan kemudian disajikan dalam bentuk tabel frekuensi maupun tabel silang (*cross table*).

C. Analisa Univariat

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian observasional analitik yaitu suatu rancangan penelitian dengan melakukan pengamatan terhadap objek yang diteliti dengan pendekatan studi potong lintang (*cross sectional study*).

Setelah data terkumpul, kemudian data diolah, maka berikut ini analisa data univariat terhadap setiap variabel dengan menghasilkan distribusi frekuensi dan persentasi serta analisa bivariat untuk mengetahui hubungan dari variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan uji statistik *Pearsonchi-square*.

1. Kecerdasan Emosional

Tabel.5.1
Distribusi Responden Berdasarkan Kecerdasan Emosional

Kecerdasan Emosional	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	31	63,3
Rendah	18	36,7
Total	49	100

Sumber: Data Primer 2017

Table 5.1 menunjukkan bahwa distribusi kecerdasan emosional yang rendah adalah sebanyak 18 responden (36,7%) sedangkan kecerdasan emosional yang tinggi adalah sebanyak 31 responden (63,3%).

2. Tingkat Stres

Tabel.5.2
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	24	49,0
Berat	25	51,0
Total	49	100

Sumber : Data Primer 2017

Table 5.2 menunjukkan bahwa distribusi tingkat stress ringan adalah sebanyak 24 responden (49,0%), dan tingkat stress berat adalah sebanyak 25 responden (51,0%).

D. Analisa Bivariat

Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres. Setelah data diolah dan dikelompokkan berdasarkan kategori diatas, selanjutnya dilakukan analisa statistik dengan melihat tabulasi silang (*cross-tab*)

Variabel	Tingkat Stres						P	OR	CI
	Total		Ringan		Berat				
Kecerdasan Emosional	n	%	n	%	n	%			
Tinggi	31	100,0	19	61,3	12	38,7	0,024	4,177	1,168-
Rendah	18	100,0	5	27,8	13	72,2			14,508
	49		24		25				

Sumber : Data primer 2017

*Enrollment in local colleges, 2005

Table 5.3 menunjukkan bahwa jumlah responden yang mempunyai kecerdasan emosional yang rendah adalah sebanyak 18 responden, dimana 5 responden (27,8%) memiliki tingkat stress Ringanl, 13 responden (72,2%) stress berat. Jumlah responden yang mempunyai kecerdasan emosional tinggi adalah sebanyak 31 responden, dimana 19 responden (61,3%) memiliki tingkat stres ringanl, 12responden (38,7%) stress berat.

Dari hasil uji statistic menggunakan chi square diperoleh nilai $p < 0.05$ (0.024), yang berarti bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres. Dengan odd ratio 4.117 dengan confident interval 1,168-14.504 yang artinya secara signifikan kecerdasan emotional merupakan 4 kali sebagai faktor resiko terhadap tingkat stress.

BAB VI

PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar (FK Unismuh Makassar) pada angkatan 2016 yang berjumlah 51 orang. Penelitian ini dilakukan dari bulan Januari sampai bulan Februari 2017. Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres mahasiswa.

A. Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa

Berdasarkan hasil uji pearson Chi-Square memperlihatkan bahwa $p=0.0024$ ($p<0.05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat hubungan antara Kecerdasan emosional dengan tingkat Stres pada Mahasiswa angkatan 2016 FK Unismuh.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wira Oktavia (2013), yang meneliti Hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stress pada mahasiswa tahun pertama Fakultas kedokteran Universitas Riau, dengan nilai korelasi menunjukkan $p=-0.213$ ($p<0,05$), adanya hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada mahasiswa.²³

Kemudian sesuai juga dengan hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Diana Janice (2011), yang meneliti hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres belajar pada mahasiswa keperawatan Universitas Advent Indonesia

bandung, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa/i keperawatan tingkat III Tahun ajaran 2010/2011 UNAI Bandung memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dengan tingkat stress sedang, dan Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stress belajar mahasiswa keperawatan.³

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Clarasinta Duri kartika (2015), yang meneliti hubungan kecerdasan emosi dengan stres akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dimana diperoleh koefisien korelasi yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan stres akademik. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin rendah stres akademik mahasiswa dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi mahasiswa maka akan semakin tinggi stres akademik mahasiswa.²⁴

Hal ini sesuai dengan pendapat Goleman bahwa kecerdasan emosional mencakup kemampuan memotivasi diri sendiri dalam bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, pandai mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir. Menurut Goleman, motivasi diri sendiri adalah salah satu dasar kecerdasan emosional, dengan adanya motivasi dapat mendorong seseorang untuk selalu mengambil sisi yang positif dalam menghadapi setiap masalah, dan membiasakan diri untuk senantiasa menciptakan pikiran-pikiran yang positif sehingga tidak mudah terjebak dalam emosi yang negatif seperti stres.⁹

Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang konsisten dengan hipotesa penelitian, yaitu kecerdasan emosional mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa Fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. pada hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecerdasan emosional pada umumnya tinggi, namun bila dilihat pada hasil data yang diperoleh bahwa kecerdasan emosional yang tinggi tingkat stresnya masih tinggi. Ini menunjukkan bahwa ada faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stress selain kecerdasan emosional seperti kecerdasan spiritual, kecerdasan intelektual, coping stres dan manajemen emosi.

Salovey dan Meyer dalam Goleman (2005) membagi kecerdasan emosi dalam 5 ranah yaitu: (1), ranah Intrapribadi yang terkait dengan kemampuan seseorang untuk mengelola dan mengendalikan diri sendiri, (2) ranah antarpribadi yang berkaitan dengan kemampuan seseorang berinteraksi dengan orang lain, (3) ranah penyesuaian diri yang menggambarkan kemampuan untuk bersikap lentur dan realistis untuk memecahkan masalah yang muncul, (4) ranah pengendalian stres, yang berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk tahan menghadapi stres dan mengendalikan impuls, dan (5) ranah susasana hati umum yang didalamnya terdapat sikap optimisme dan bahagia. Dari kelima ranah tersebut dapat dilihat bahwa kecerdasan emosi yang baik mampu untuk mengatasi stres dan kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam menghadapi masalah.^{9,21}

B.Keterbatasan penelitian

Penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional terhadap tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama Fakultas kedokteran Unismuh, memiliki keterbatasan dalam memperoleh data. Peneliti telah berusaha sebaik mungkin dalam memperoleh data dan mengontrol kondisi yang berkaitan dengan proses dalam pengambilan data atau penelitian, adanya beberapa kendala yang muncul sehingga terdapat kelemahan dan keterbatasan pada saat melaksanakan penelitian ini antara lain ;

1. Pengumpulan data dengan menggunakan metode penyebaran angket (kuesioner) memiliki keterbatasan, yaitu pengumpulan data dengan kuesioner memungkinkan responden tidak menjawab pertanyaan sesuai dengan kondisi yang dialami dan dapat berubah pada waktu yang lain.
2. Responden sering tidak teliti dalam menjawab, sehingga ada pertanyaan yang terlewat tidak terjawab.
3. Selain kecerdasan emosional, masih banyak variabel yang dapat dihubungkan dengan tingkat stres mahasiswa. Namun, karena keterbatasan waktu, tenaga, serta kemampuan analisis data yang masih kurang, sehingga peneliti hanya pada satu variabel.

BAB VII

TINJAUAN KEISLAMAN

A. Kecerdasan Emosional

Selama ini pembelajaran dalam dunia pendidikan hanya berorientasi pada kecerdasan intelektual ditinjau dari delapan Standar Pendidikan Nasional dengan biaya 20% dari total APBN, karena aspek intelektual ini tolak ukurnya memang jelas semua dapan di desain dan terukur.

Sementara pembelajaran berbasis emosi dan spiritual merupakan aspek penting yang sulit di formulasikan oleh pusat pengambilan keputusan di negeri ini karena menjadi doomain kearifan lokal. Sedangkan dalam AL-Qur'an keterpaduan tiga kecerdasan telah digambarkan secara seimbang dan sempurna sekaligus adanya tuntutan pertanggungjawaban kelak dihari kiamat bagi yang memberikan keseimbangan dalam penggunaan ketiganya.

Ajaran Al-Qur'an selalu mengikat kecerdasan intelektual dan emosional dengan spiritual. Contoh keduanya sebagaimana ayat-ayat berikut:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٠١﴾ الَّذِينَ
يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا
خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٠٢﴾

“Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi serta dalam pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda kekuasaan Allah, bagi orang-orang yang mempunyai hati. Yaitu orang-orang yang mengingat Allah ketika berdiri, duduk dan di atas pembaringan serta berfikir dalam penciptaan langit dan bumi, seraya berdoa Ya Tuhan kami ini semua Engkau ciptakan tidak sia-sia. Maha suci Engkau, peliharalah kami dari siksa neraka.” (QS.Ali-Imran: 190-191)

Dalam ayat tersebut jelas bahwa kecerdasan intelektual tugasnya membaca ayat/tanda Tuhan dalam upaya memperkuat spiritualitas. Ayat tersebut juga melibatkan kecerdasan emosi dengan munculnya kekaguman terhadap keindahan ciptaan seraya memposisikan diri dan berdoa (munculnya pengakuan). Sehingga dalam Islam dua kecerdasan itu pasti bermuara dan berorientasi kepada kecerdasan spiritual.

A. Tingat Stres

Stres merupakan suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang . Kondisi yang cenderung menyebabkan stres disebut *stressor*. Stres juga dapat diartikan akumulasi dari reaksi tubuh terhadap situasi atau lingkungan sekitar yang tampak berbahaya atau sulit.³³

Adapun ayat Al-Qur’an tentang stres:

1. Al-Baqarah: 153-157

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۗ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾ وَلَا تَقُولُوا لِمَنْ
يُقْتَلُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ءَمُوتٌ ۗ بَلْ ءَحْيَاءٌ وَلَكِن لَّا تَشْعُرُونَ ﴿١٥٤﴾ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ
وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ ٱلْأَمْوَالِ وَٱلْأَنْفُسِ وَٱلثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ ٱلَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ
مُصِيبَةٌ قَالُوا ءَإِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾ ٱوَلْتَبَيَّنْ عَلَيَّهِمْ صَلَواتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۗ وَأُوَلِّتِكَ
هُمُ ٱلْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

153. Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar; 154. Dan janganlah kamu mengatakan terhadap orang-orang yang gugur di jalan Allah, (bahwa mereka itu) mati; bahkan (sebenarnya) mereka itu hidup, tetapi kamu tidak menyadarinya; 155. Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar; 156 (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillahi wa ina ilaihi raaji'uun"; 157. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.

Ayat ini turun berkenaan dengan kaum muslimin yang gugur dalam perang badar. Mereka berjumlah beberapa belas orang. Delapan diantaranya dari kaum anshar dan enam dari kaum muhajirin. Peristiwa itu merupakan ujian bagi kaum muslimin untuk menguji mereka dan menampakkan siapa yang benar-benar beriman dan siapa yang munafik dan dusta imannya.

Pada ayat-ayat tentang stres yang telah dijelaskan sebelumnya, Allah SWT menjelaskan pada QS. Al-Baqarah 153-157 untuk tetap menegakkan penghambaan terhadap Allah, walau berbagai cobaan yang dihadapi, karena Allah SWT juga menjanjikan kemenangan bagi orang-orang yang bersabar. Dengan demikian, orang-orang yang percaya pada janji Allah ini akan senantiasa optimis dalam menjalani setiap cobaan dan berusaha untuk tidak mengalami stres.

Pada surah ini tersebut, dapat dipahami bahwa apa saja yang ada milik Allah dan berada di bawah kehendak-Nya. Harus diketahui juga bahwa, apa yang Allah berikan kepada mereka berdasarkan hikmah-Nya, dan ketika Allah mengambilnya maka Dia akan memberikan dengan yang lebih baik. Diriwayatkan dari nabi Muhammad SAW yang bersabda, ” Seseorang yang terkena musibah dan kemudian setiap kali teringat akan musibah tersebut hendaknya mengucapkan *Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un*, maka Allah akan memberi pada hari ketika mendapat musibah tersebut. Beliau juga bersabda dalam hadis lain kepada orang-orang yang bersabar bahwa Allah akan menggantikan hal tersebut dengan hal yang lebih baik daripada sebelumnya.

Dalam Surah Al-Insyirah dijelaskan bahwa, bagi manusia yang sabar dan mempunyai iman yang kuat meyakini bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan yang mengiringinya. Manusia yang bersabar selalu meyakini bahwa Allah selalu menyertai setiap gerak langkahnya dan selalu membantu manusia yang bersabar,

Sabar yang sebenarnya adalah ketika mengatakan yang hak dan melaksanakannya. Siap menanggung resiko penderitaan di jalan Allah karena mengatakan dan mengamalkan kebenaran, tanpa berpaling, bersikap lemah atau bersifat lunak terhadap masalah. Sabar terhadap cobaan dan qadha adalah sesuatu yang akan menuntun menuju konsisten, bukan yang labil. Sabar yang akan mendorong untuk senantiasa berpegang teguh pada Al-Qur'an dan semakin menambah kedekatan seorang terhadap hamba-Nya. ³⁶

قَالُوا أَإِنَّكَ لَأَنْتَ يُوسُفُ قَالَ أَنَا يُوسُفُ وَهَذَا أَخِي قَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَيْنَا إِنَّهُ مَنْ يَتَّقِ وَيَصْبِرْ
فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ

“Sesungguhnya barangsiapa yang bertakwa dan bersabar, maka sesungguhnya Allah tidak akan menyia-nyiakan pahala orang-orang yang berbuat baik.

BAB VIII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil uji statistik didapatkan:

- 1 Diketahui kecerdasan emosional pada mahasiswa angkatan 2016 FK Unismuh adalah pada umumnya memiliki kecerdasan emosional tinggi.
- 2 Diketahui tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 FK Unismuh adalah pada umumnya memiliki tingkat stres ringan dan sedang.
- 3 Terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2016 FK Unismuh.
- 4 Allah SWT menjelaskan pada QS. Al-Baqarah 153-157 untuk tetap menegakkan penghambaan terhadap Allah, walau berbagai cobaan yang dihadapi, karena Allah SWT juga menjanjikan kemenangan bagi orang-orang yang bersabar. Dengan demikian, orang-orang yang percaya pada janji Allah ini akan senantiasa optimis dalam menjalani setiap cobaan dan berusaha tidak mengalami stress.

B. Saran

- 1 Kepada peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti kecerdasan emosional dan tingkat stres agar meneliti juga faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat stres selain kecerdasan emosional.
- 2 Kecerdasan emosional mahasiswa FK Unismuh Makassar dapat ditingkatkan dengan memasukkan materi-materi motivasi dalam

kurikulum pendidikan, dapat juga dilakukan training ESQ dalam setiap penyambutan mahasiswa baru.

DAFTAR PUSTAKA

1. Istiani R. Konsep Kecerdasan Emosi Daniel Goleman dan Relevansinya Terhadap Kesehatan mental Manusia. *Al-Tazkiah*. 2013;(1)17-32
2. Lestari, P Wahyu. Afifah RD. Pengaruh Self Efficacy dan Kecerdasan Emosi Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa SMK PGRI 1 Madiun. *Vil* 2. 2012.p.16.
3. Janice D. Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia Bangung Emotional Intelligence Connection With Stres Level Student Learning In Nursing Adventist University Indonesia. *J Chem Inf Model*. 2013;53:1689-99
4. Kholidah E, Alsa a. Berpikir Positif Untuk Menurunkan Stres Psikologis. *J psikolInternet*].2012;39(1):67-75.availablefrom:
<http://jurnal.psikologi.ugm.ac.id/index.php/fpsi/article/view/180>
5. Augesti G,Lisiswanti R,Saputra O,Nisa K. Differences In Stress Level Between First Year and Last Year Medical Students in Medical Faculty of Lampung.2015;4:50-6.
6. Sutjiato M et al. Internal and External Factors Correlated With Stress levels Medical Student University of Sam Ratulangi. *Fakultas Kedokteran Universitas Sam ratulangi Manado*. Vol.5.2015.30-42
7. Rahmawati. Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.2016;4-5

8. Sugiarto D. Hubungan kecerdasan Emosi Dengan Daya Tahan Terhadap Stres Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.2012.
9. Goleman D.Emotional Intelligence.jakarta:Gramedia,2015.
10. Suciati. Psikologi Komunikasi. Yogyakarta:Litera,2015.
11. Tiding PT. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas II SMKN 1 Luwuk. Vol.1.2013.p.6.
12. Maryati I. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Keyakinan Diri Dengan Kreativitas Pada Siswa Akselerasi: Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008.
13. Development, Integral. 2009.Integral Tools Emotional Intelligence Questionnaire.
14. Rivai V, Mulyadi D. Kepemimpinan Dan Perilaku Organisasi. Edisi ketiga. Jakarta: Rajawali Pres, 2012:307-309
15. Maramis, Willy F And Maramis, Albert A. *Catatan Ilmu Kedokteran JiwaEdisi2*. Surabaya : Airlangga University Press,2009.978-979-1330-56-5
16. Sugiharto. Fisio neuro hormonal Pada Stresor Olahraga.J Sains Psikol jilid 2.2012;2 (9):54–66.
17. Christyanti D, Mustami'ah D, Sulistiani W. Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. Insan. 2010;12(3):153–9.
18. Hawari D. Manajemen Stres, Cemas dan Depresi. Jakarta: FKUI, 2013.

19. Suganda Dilian K. Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama. Surakarta: Universitas Sumatra utara,2013.
20. Lovibond,S.H.Lovibond, P.F. 1995. Manual for Depression Anxiety & Stress Scales(Second edition). Psychology Foundation.
21. Agus E. Revolusi Kecerdasan Abad 21. Bandung: Alfabeta, 2005.
22. Heiman K. Task Oriented versus Emotion Oriented Coping Strategies. Journal College Students. 2005; 39(1): 72-89
23. Oktavia W. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres belajar pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Pekanbaru: Universitas Riau, 2013
24. Kartika Duri Chlarasinta. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2015

```
FREQUENCIES VARIABLES=VAR00001 VAR00002
/ORDER=ANALYSIS.
```

Frequencies

Notes

Output Created		16-FEB-2017 23:51:02
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	49
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=VAR00001 VAR00002 /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00,00
	Elapsed Time	00:00:00,01

Statistics

		KECERDASAN _EMOSIONAL	TINGKAT_STR ES
N	Valid	49	49
	Missing	0	0

Frequency Table

KECERDASAN_EMOSIONAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	18	36,7	36,7	36,7
	TINGGI	31	63,3	63,3	100,0
	Total	49	100,0	100,0	

TINGKAT_STRES

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RINGAN	24	49,0	49,0	49,0
	BERAT	25	51,0	51,0	100,0
	Total	49	100,0	100,0	

CROSSTABS

/TABLES=VAR00001 BY VAR00002

/FORMAT=AVALUE TABLES

/STATISTICS=CHISQ

/CELLS=COUNT EXPECTED ROW COLUMN TOTAL

/COUNT ROUND CELL.

Crosstabs

Notes

Output Created		16-FEB-2017 23:51:11
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet0
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	49
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax		CROSSTABS /TABLES=VAR00001 BY VAR00002 /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ /CELLS=COUNT EXPECTED ROW COLUMN TOTAL /COUNT ROUND CELL.
Resources	Processor Time	00:00:00,03
	Elapsed Time	00:00:00,07
	Dimensions Requested	2
	Cells Available	349496

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KECERDASAN_EMOSIONAL * TINGKAT_STRES	49	100,0%	0	0,0%	49	100,0%

KECERDASAN_EMOSIONAL * TINGKAT_STRES Crosstabulation

			TINGKAT_STRES		Total
			RINGAN	BERAT	
KECERDASAN_ EMOSIONAL	RENDAH	Count	5	13	18
		Expected Count	8,8	9,2	18,0
		% within KECERDASAN_EMOSION AL	27,8%	72,2%	100,0%
		% within TINGKAT_STRES	20,8%	52,0%	36,7%
		% of Total	10,2%	26,5%	36,7%
	TINGGI	Count	19	12	31
		Expected Count	15,2	15,8	31,0
		% within KECERDASAN_EMOSION AL	61,3%	38,7%	100,0%
		% within TINGKAT_STRES	79,2%	48,0%	63,3%
		% of Total	38,8%	24,5%	63,3%
Total	Count	24	25	49	
	Expected Count	24,0	25,0	49,0	
	% within KECERDASAN_EMOSION AL	49,0%	51,0%	100,0%	
	% within TINGKAT_STRES	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	49,0%	51,0%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5,118 ^a	1	,024	,038	,024
Continuity Correction ^b	3,865	1	,049		
Likelihood Ratio	5,257	1	,022		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	5,013	1	,025		
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 8,82.

b. Computed only for a 2x2 table



Nomor : 2878/Izn-05/C.4-VIII/XI/38/2016
Lamp : 1 (satu) rangkap Proposal
Hal : Izin Penelitian

14 R. Awal 1438 H
14 Desember 2016 M

Kepada Yth,

Saudara : **NURFITRIA WULANDARI DIASWARA**

Nomor Pokok : 105 42 0509 13

Di -

Tempat

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Berdasarkan surat Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar, nomor : 577/05/C.4-VI/XI/38/2016 tanggal 08 Desember 2016 M. menerangkan bahwa mahasiswa tersebut di atas diberi izin untuk melakukan Observasi Lapangan / Penelitian / Pengambilan data dan diharuskan menyerahkan satu rangkap hasil penelitiannya yang berjudul;

"Hubungan Kecemasan Emisional (Emotional Quetient) terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar."

Yang akan dilaksanakan dari tanggal 17 Desember 2016 s/d 17 Pebruari 2017

Sehubungan dengan hal tersebut, yang bersangkutan akan melaksanakan penelitian/ Pengabdian Masyarakat sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan Jazakumullahu khaeran katziraa.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Ketua,
Ub. Sekretaris LP3M,

Dr. Ir. Abubakar Idhan, MP.
NBM 101 7716

Tembusan yth;

1. Rektor Unismuh Makassar
2. Dekan Fakultas dalam Lingkungan Unismuh Makassar
3. Arsip