

KECERDASAN EMOSI DAN *PROBLEM-FOCUSED COPING* PADA TENAGA KESEHATAN DI MASA PANDEMI COVID-19

¹Yohanes B. Luther, ²Alia R. Fauziah

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No 100, Depok 16424, Jawa Barat
¹aliarizki@staff.gunadarma.ac.id

Abstract

Pandemi COVID-19 telah meningkatkan rasa stres dan cemas pada tenaga kesehatan. Salah satu upaya untuk mengatasi stres adalah menggunakan problem-focused coping. Penggunaan problem-focused coping yang baik dapat dilakukan dengan kecerdasan emosi yang baik. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi problem-focused coping pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka akan semakin rendah juga problem-focused coping pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan kecerdasan emosi dengan problem-focused coping pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Hasil analisis data menggunakan product moment correlation dalam penelitian ini meunjukkan korelasi sebesar 0.582 dengan taraf signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.01$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan kecerdasan emosi dan problem-focused coping pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19.

Kata kunci: problem-focused coping, kecerdasan emosi, tenaga kesehatan, pandemic

Abstract

The COVID-19 pandemic has increased stress and anxiety for healthcare workers. One effort to deal with stress is to use problem-focused coping. The use of good problem-focused coping can be done with good emotional intelligence. The higher the emotional intelligence, the higher the problem-focused coping of health workers during the COVID-19 pandemic, conversely the lower the emotional intelligence, the lower the problem-focused coping of health workers during the COVID-19 pandemic. The purpose of this study was to examine the relationship between emotional intelligence and problem-focused coping in health workers during the COVID-19 pandemic. Data collection techniques in this study using a questionnaire. The results of data analysis using product moment correlation in this study showed a correlation of 0.582 with a significant level of 0.000 ($p < 0.01$) which means that there is a significant positive relationship between emotional intelligence and problem-focused coping in health workers during the COVID-19 pandemic.

Keywords: problem-focused coping, emotional intelligence, health workers, pandemic

PENDAHULUAN

Pandemi adalah wabah yang menyebar ke seluruh dunia, atau dengan kata lain wabah ini menjadi masalah bersama warga dunia (Winarno, 2020). Sejak tahun 2020 seluruh dunia mengalami pandemi dari penularan virus

korona yang disebut COVID-19. Perkembangan pandemi COVID-19 dimulai dari Provinsi Hubei di Cina yang menyerang individu berusia 55 tahun, kemudian jumlah pasien berkembang menjadi 27 orang pada 15 Desember 2019, lalu melonjak drastis menjadi

60 orang pada 20 Desember 2019. Tiga bulan kemudian Cina melaporkan jumlah kasus mencapai 81.589 orang, dengan 3.318 orang meninggal dunia dan 76.408 pasien yang sembuh. Pada 5 Maret 2020 jumlah kasus wabah COVID-19 diseluruh dunia mencapai 96.888 orang, kemudian menginfeksi sebanyak 1.001.078 orang di 204 negara pada 02 April 2020, yang menyebabkan jumlah kematian sebanyak 51.385 orang (Winarno, 2020)

Terdapat upaya untuk mengurangi penyebaran COVID-19 pada masa pandemi yang telah dilakukan ditengah-tengah masyarakat seperti, mengenakan masker, rajin mencuci tangan, dan membatasi jarak sosial. Tenaga kesehatan juga memiliki peranan penting dalam mengatasi pandemi COVID-19. Menerapkan protokol kesehatan sudah menjadi kewajiban yang harus dilakukan oleh tenaga kesehatan supaya tidak tertular oleh pasien COVID-19. Berdasarkan UU No 36 Tahun 2014 dilansir dari kemenkes.go.id tenaga kesehatan adalah setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan dibidang kesehatan yang untuk jenis tertentu memerlukan kewenangan untuk melakukan upaya kesehatan. Tercatat juga dalam UU No 36 Tahun 2014 bahwa tenaga kesehatan memiliki peranan penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang maksimal kepada masyarakat (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 36). Dilansir dari *Gustinerz.com* (dalam Muthiah, 2020), tugas dan tuntutan

pada tenaga kesehatan adalah memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas pada pasien, hingga dimasa pandemi COVID-19, tenaga kesehatan merupakan suatu pekerjaan yang mulia, karena tuntutan yang masih harus bekerja dan tetap melakukan pengabdian pada masyarakat. Khususnya tenaga kesehatan yang bekerja digarda terdepan COVID-19 harus bertugas secara langsung diruang isolasi, dengan menghadapi sebuah pilihan antara tetap bekerja menjunjung tinggi profesionalisme atau mementingkan keamanan pribadi keluarga. Masa pandemi COVID-19 pada tenaga kesehatan perawat harus berperan sebagai *caregiver* yang menjadikan peran utama dimana perawat akan terlibat aktif selama 24 jam dalam memberikan asuhan keperawatan layanan klinis seperti rumah sakit, dan berperan sebagai edukator untuk memberikan edukasi kepada pasien, keluarga dan masyarakat (Muthiah, 2020).

Tugas penting tenaga kesehatan untuk berada digarda terdepan dimasa pandemi memiliki resiko penularan COVID-19 yang tinggi. *Antarnews.com* (dalam Putri, 2020) menyebutkan jumlah kematian tenaga kesehatan terus mengalami peningkatan, seiring dengan meningkatnya jumlah kasus COVID-19 di Indonesia. Berdasarkan data dari Maret hingga pertengahan Desember 2020, terdapat 369 petugas kesehatan yang meninggal akibat terinfeksi virus corona yang terdiri dari 202 dokter, 15 dokter gigi, dan 142 perawat (Putri, 2020). Kemudian dilansir dari *Kompas.com* (dalam Sahara, 2021), sebanyak

1.967 tenaga kesehatan di Indonesia meninggal dunia akibat COVID-19. Jumlah tersebut adalah data sejak awal pandemi pada Maret 2020 hingga Agustus 2021. Kematian tenaga kesehatan akibat COVID-19 paling banyak terjadi pada bulan Juli 2021 yaitu sebanyak 485 orang dan Agustus 2021 sebanyak 111 orang (Sahara, 2021).

Jumlah kematian pada tenaga kesehatan yang kian meningkat, tentunya berdampak pula pada kondisi psikologisnya. Dilansir CNBCIndonesia.com (dalam Hastuti, 2021), berdasarkan hasil laporan secara global, 95% tenaga kesehatan mengalami kecemasan takut tertular COVID-19. Rasa stres dan cemas yang timbul ini pun diduga membuat tenaga kesehatan yang akhirnya terpapar virus ini jauh lebih cepat memasuki fase sedang hingga tidak tertolong. Pandemi ini memberikan dampak hebat bagi tenaga kesehatan, mulai dari dokter, perawat, bidan, dokter gigi, laboran dan radiologi. Tenaga kesehatan dihadapkan pada penanganan kasus yang sedang dan berat, sehingga memberikan beban psikologi yang luar biasa (Hastuti, 2021).

Berdasarkan pada penelitian Handayani, Kuntari, Darmayanti, Widiyanto, dan Atmojo (2020) menyebutkan bahwa kondisi psikologis tenaga kesehatan dan masyarakat belum menjadi fokus utama pemerintah diberbagai negara, padahal hasil penelitian menunjukkan bahwa tenaga kesehatan beresiko tinggi mengalami masalah kejiwaan berupa stres akibat beban pekerjaan yang meningkat dan harus mereka hadapi, stigma yang diterima dan

menjadikan tenaga kesehatan sebagai pembawa virus, dan kekhawatiran terinfeksi serta kemungkinan menginfeksi orang yang mereka cintai. Reaksi terkait stres pada tenaga kesehatan berdasarkan penelitian Rosyanti dan Hadi (2020) antara lain perubahan konsentrasi, lekas marah, cemas, susah tidur, berkurangnya produktivitas, dan konflik antar pribadi.

Penelitian Tamara dan Wulandari (2021) menyebutkan bahwa terdapat 90.1% (101 tenaga kesehatan) mengalami tingkat menengah hingga stres parah. Faktor penyebab stres tenaga kesehatan adalah khawatir akan menginfeksi virus pada keluarga mereka (89.2%) dan khawatir akan terkena infeksi (80.3%). Kekhawatiran tentang COVID-19 menjadi sumber utama individu berisiko tinggi mengalami stres. Tenaga kesehatan khawatir dapat menularkan virus kepada keluarga atau kerabat terdekat, di mana keluarga atau kerabat terdekat terjangkit COVID-19, dan tenaga kesehatan positif COVID-19.

Di dalam krisis kesehatan masyarakat dimasa pandemi COVID-19, tenaga kesehatan tidak hanya harus berusaha lebih keras dalam tugasnya karena jam kerja yang diperpanjang, tetapi juga menderita karena kurangnya ilmu pengetahuan yang cukup tentang kondisi yang muncul secara tidak terduga. Selain itu penggunaan APD (alat pelindung diri) yang konstan menambah kelelahan fisik dan tekanan mental pada tenaga kesehatan dapat menyebabkan stres. Faktor pemicu stres emosional lain yang sangat umum diantara pasien dan petugas kesehatan termasuk

kekhawatiran yang berlebihan tentang kesehatan diri atau keluarganya, ketakutan, dan rasa tertekan selama bekerja di rumah sakit (Talaie dkk. 2020).

Dari penjelasan yang telah disebutkan, menunjukkan bahwa tenaga kesehatan mengalami stres dari berbagai macam faktor akibat perubahan kondisi dimasa pandemi COVID-19. Banyaknya tekanan serta tuntutan yang dialami tenaga kesehatan selama pandemi yang menyebabkan stres, dapat diatasi dengan suatu usaha untuk mengurangi atau melepaskan stres melalui pikiran dan tingkah laku adaptif yang muncul karena situasi mengancam, berbahaya atau bahkan menantang, yang disebut dengan *coping strategies* (Papalia, Olds, & Feldman, 2004).

Coping strategies menurut Sarafino (2006) merupakan proses dimana individu berusaha untuk mengatasi ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan dengan sumber-sumber yang ada pada situasi stres. Menurut Mulyani, Eva dan Ulfah (2017) mekanisme dari *coping strategies* adalah cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, dan respon terhadap situasi yang mengancam, sehingga apabila *coping strategies* individu efektif maka akan dapat menghadapi stressor dengan positif, jika *coping strategies* individu tidak efektif maka individu tersebut akan menghadapi *stressor* dengan maladaptif dan membuat stres menjadi lebih berat. Oleh karena itu *coping strategies* dapat membantu individu khususnya tenaga kesehatan pada

masa pandemi untuk mengurangi dampak negatif dari tekanan maupun tuntutan yang dapat menyebabkan stres karena suatu kondisi pandemi tersebut.

Penggunaan *coping strategies* dapat dipastikan untuk mengurangi stres yang terjadi pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19, karena terdapat kemungkinan bahwa *coping strategies* akan memberikan dampak positif dari situasi pandemi yang berbahaya dan mengancam keselamatan. Lazarus dan Folkman (1986) menyebutkan terdapat dua macam *coping strategies* untuk mengatasi stres yaitu, *problem-focused coping* yang merupakan usaha yang dilakukan untuk memecahkan suatu masalah dengan melakukan strategi kognitif yang langsung mengambil tindakan atau mencari informasi yang berguna untuk memecahkan masalah dan *emotion focused coping* yang merupakan usaha yang dilakukan untuk menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah dan berupaya untuk mencari dukungan sosial. Menurut Gellis (2020) *problem-focused coping* terdiri dari upaya yang dilakukan untuk mengelola atau mengubah kondisi yang menjadi sumber stres, sedangkan *emotional focused coping* terdiri dari upaya yang dilakukan untuk mengatur emosi stres dengan menggunakan mekanisme yang menghindari konfrontasi langsung dengan sumber stres.

Problem-focused coping menjadi fokus utama dalam penelitian ini, karena mengingat banyaknya tuntutan dan tekanan yang dihadapi

oleh tenaga kesehatan dimasa pandemi dapat menyebabkan stres. Sehingga penggunaan strategi *problem-focused coping* sebagai upaya untuk mengatasi stres dengan mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan melalui strategi kognitif, kemungkinan dapat berperan penting sebagai strategi yang efektif pada tenaga kesehatan dimasa pandemi, ketimbang menggunakan strategi *emotional focused coping* karena hanya berfokus pada respon emosional tanpa memahami tuntutan yang dihadapi oleh tenaga kesehatan dimasa pandemi.

Sejumlah penelitian telah menemukan *problem-focused coping* menjadi efektif untuk mengurangi stres dalam pengaturan kerja (Gellis, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Lee, Kuo, Chien, Wang (2016) dalam hasil penelitiannya menunjukkan *coping strategies* dapat mengurangi kelelahan perawat dan mempertahankan efektivitas antara 6 bulan sampai 1 tahun yaitu dengan adanya efek yang meningkat pada *problem-focused coping* terutama pada pencapaian pribadi. Ketika individu lebih sering menggunakan *problem-focused coping*, maka akan dapat menghadapi krisis dan melibatkan diri untuk memecahkan masalah. Jika individu berhasil memecahkan masalah dengan sukses, maka akan dapat meningkatkan pencapaian pribadi. *Problem-focused coping* dan penilaian positif dapat menciptakan emosi dan perilaku yang positif.

Strategi yang mengutamakan coping aktif atau *problem-focused coping* bagi perawat dapat mengurangi kelelahan dan

meningkatkan efektivitas perawat. Selain itu, penelitian dari Huang, Lei, Xu, Liu, dan Yu (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa perawat rumah sakit lebih proaktif dalam menggunakan *problem-focused coping*, terutama perawat wanita karena lebih rentan dan sensitif terhadap emosi, oleh karena itu coping yang berfokus pada emosi jarang digunakan saat menghadapi stres. Hasil penelitian ini juga menunjukkan hanya *problem-focused coping* terbukti menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan perawat yaitu emosi ketakutan.

Berdasarkan pada penelitian yang telah disebutkan sebelumnya, bahwa *problem-focused coping* perlu digunakan untuk tenaga kesehatan dan pekerjaan-pekerjaan yang menyebabkan stres akibat kelelahan kerja karena kemungkinan akan dapat memberikan individu suatu pencapaian pribadi untuk memecahkan masalah dalam situasi yang krisis, membantu dalam berperilaku positif, mengurangi kelelahan dan meningkatkan efektivitas kerja. Di dalam beberapa hasil penelitian salah satu faktor yang dapat memengaruhi individu menggunakan *problem-focused coping* adalah kecerdasan emosi karena apabila individu mampu mengelola emosinya dengan baik, maka akan dapat membantu individu dalam mengatasi berbagai macam masalah yang dapat menyebabkan stres (Harsiwi & Kristina, 2017).

Hasil dari penelitian dari Harsiwi dan Kristina (2017), menunjukkan pula hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan

emosional dan *problem-focused coping* pada perawat ICU yaitu bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin baik dalam memberikan kontribusi terhadap *problem-focused coping*, dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin kurang baik dalam memberikan kontribusi terhadap *problem-focused coping*. Perawat ICU yang telah memiliki kemampuan mengenali dan mengelola emosi dengan baik akan memberikan pengaruh yang positif terhadap *problem-focused coping*, sehingga dengan pengelolaan emosi yang baik mampu menjadikan perawat mengatasi masalah dengan cara melakukan tindakan secara langsung dan mempelajari keterampilan yang baru untuk mengurangi *stressor* dalam dirinya.

Menurut Goleman (2000) kemampuan dalam mengelola emosi atau dikenal dengan sebutan kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain. Ciri-ciri lain dari kecerdasan emosional seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir (Goleman, 2000).

Keberhasilan individu dalam mengelola emosi akan membuat individu menjadi lebih fokus dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

dokter yang memiliki kecerdasan emosional cenderung dapat menekan tingkat stres kerja. Tenaga kesehatan dimasa pandemi juga dapat dikatakan membutuhkan kecerdasan emosional untuk membantu dalam menjalankan tugasnya yang penuh dengan tuntutan dan tekanan. Dengan adanya kecerdasan emosi ini tenaga kesehatan, seperti yang telah dijelaskan diatas akan mampu memberikan motivasi diri karena pekerjaan dari tenaga kesehatan saat pandemi COVID-19 dapat memberikan resiko penularan virus sehingga dengan adanya kecerdasan emosi kemungkinan akan membantu dalam menghadapi rasa takut akan tertular, mampu untuk menghadapi frustrasi sehingga tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19 dapat melaksanakan pekerjaannya dengan perubahan situasi yang berbeda dari sebelumnya, serta mampu mengendalikan dorongan hati dan mengatur suasana hati sehingga adanya kecerdasan emosi pada tenaga kesehatan dapat membantu untuk lebih mengutamakan perannya dimasyarakat dalam menghadapi pandemi COVID-19.

Berdasarkan paparan diatas bahwa tenaga kesehatan dimasa pandemi memiliki stres yang tinggi akibat adanya perubahan kondisi mulai dari tugas dan tuntutan yang meningkat menjadi beban kerja, kekhawatiran akan virus yang dapat menulari diri tenaga kesehatan dan keluarga maupun orang yang dicintai, serta stigma negatif yang diperoleh tenaga kesehatan. Oleh karena itu, kecerdasan emosional mungkin perlu dimiliki oleh tenaga kesehatan dimasa pandemi untuk membantu

dalam strategi pemecahan masalah dengan efektif menggunakan *problem-focused coping*. Sehingga berdasarkan latar belakang diatas peneliti ingin mencoba untuk mengkaji apakah terdapat hubungan kecerdasan emosi dengan *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19?

METODE PENELITIAN

Partisipan dalam penelitian ini adalah tenaga kesehatan yang bekerja di masa pandemi COVID-19 di klinik, puskesmas, dan rumah sakit rujukan pasien COVID-19. Teknik sampling yang digunakan adalah sampling purposif.

Skala *problem-focused coping* dalam penelitian ini diukur melalui konsep milik Carver, Wintraub, dan Scheier (1989) yang diadaptasi dari Riani (2016) dan memiliki aspek (1) keaktifan diri, (2) perencanaan, (3) penekanan kegiatan bersaing, (4) kontrol diri, dan (5) dukungan sosial. Skala ini memiliki 25 item. Kategori respons skala ini mulai dari Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat Sesuai dengan rentang skor 1-4. Reliabilitas skala ini adalah $\alpha = 0.888$.

Skala kecerdasan emosi dalam penelitian diukur dengan konsep milik Goleman (1999) yang diadaptasi dari Novia (2018) dan memiliki aspek (1) kesadaran diri, (2) pengelolaan emosi, (3) motivasi, (4) empati, dan (5) keterampilan sosial. Skala ini memiliki 34 item. Kategori respons skala ini mulai dari Sangat Tidak Sesuai hingga Sangat Sesuai dengan rentang skor 1-4. Reliabilitas

skala ini adalah $\alpha = 0.915$.

Teknik analisis data mengenai hubungan kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19 dilakukan dengan uji secara kuantitatif yang menggunakan metode statistik *product moment correlation*, di mana hasil dari pengukuran kecerdasan emosi akan dikorelasikan dengan hasil pengukuran *problem-focused coping*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *SPSS for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19. Berdasarkan hasil hipotesis yang diajukan kepada 110 responden, diketahui bahwa hipotesis dapat diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19. Arah hubungan bersifat positif dengan hasil koefisien korelasi person sebesar 0,582. Dari hasil hipotesis tersebut menunjukkan adanya hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan *problem-focused coping* dimasa pandemi COVID-19.

Hasil uji normalitas pada skala kecerdasan emosi sebesar 0,057 dan pada skala *problem-focused coping* sebesar 0.200, yang artinya data terdistribusi normal. Selanjutnya

hasil uji linearitas pada skala kecerdasan emosi dan skala *problem-focused coping* menunjukkan hasil yang linear dengan nilai signifikansi linearity sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dan *deviation from linearity* sebesar 0.104 ($p > 0.05$). Dengan demikian dapat disebut hubungan kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19 linear. Pada analisis uji korelasi menunjukkan arah yang positif, hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19, atau sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka akan semakin rendah juga *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19. *Problem-focused coping* yang tinggi, mungkin dapat disebabkan oleh subjek penelitian yaitu tenaga kesehatan lebih mengutamakan pada tugas dan tanggung jawabnya melalui keterampilannya pada pelayanan masyarakat khususnya dalam mengatasi pandemi COVID-19 serta adanya dukungan-dukungan dari pihak-pihak terkait untuk mengurangi penyebaran virus COVID-19. Hal ini tentunya akan melibatkan adanya kesadaran diri, pengelolaan emosi, motivasi, empati, dan keterampilan sosial yang baik sehingga dapat dikatakan melibatkan kecerdasan emosi yang tinggi. Kecerdasan emosi yang tinggi akan memberikan pengaruh pada *problem-focused coping* seperti pengambilan langkah aktif yang ditujukan untuk mengurangi atau menghilangkan stresor ataupun memperbaiki

akibatnya dengan cara tindakan langsung dalam menghadapi masalah, memikirkan cara terbaik dalam menghadapi masalah, fokus dalam menghadapi masalah yang menyebabkan stresor, menahan diri, dan bertindak dengan pemikiran yang matang, serta mencari dukungan sosial untuk mengumpulkan informasi yang dapat membantunya dalam menyelesaikan masalah. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Harsiwi dan Kristina (2017), yang memberikan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosi dan *problem-focused coping*.

Hasil penelitian skala kecerdasan emosi dan *problem coping* ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Larashati dan Rustika (2018) terhadap 156 remaja akhir menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berperan positif dan signifikan terhadap *problem-focused coping*. Kecerdasan emosi merupakan kemampuan individu dalam mengelola emosinya, apabila tenaga kesehatan tidak mampu mengelola emosinya dengan baik maka akan dapat menimbulkan stres pada pekerjaannya dimasa pandemi COVID-19. Kemampuan mengelola emosi yang baik akan membantu dalam mengatasi stres atau strategi koping, baik dalam situasi pandemi COVID-19 yang penuh tekanan, tenaga kesehatan akan mampu memecahkan berbagai masalah pada dirinya yang dapat menyebabkan stres dengan berusaha menyelesaikan berbagai masalah yang terjadi saat pandemi COVID-19. Sehingga, kecerdasan emosi yang baik akan

memberikan hubungan yang positif terhadap *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19. Kemampuan dalam mengelola emosinya sama halnya dengan kemampuan untuk menempatkan emosi pada porsi yang tepat dan mengatur suasana hati dengan baik. Individu yang memiliki *problem-focused coping* yang baik akan dapat mengelola emosi dalam menyelesaikan tuntutan kerja yang menekannya sehingga stress kerja dalam lingkungan kerja dapat berkurang (Shimazu & Wilmar, 2007).

Berdasarkan hasil deskripsi pada kedua variabel yang dilakukan dalam penelitian ini, memiliki hasil mean empirik untuk skala kecerdasan emosi sebesar 131.67 dan mean hipotetik skala kecerdasan emosi sebesar 102 dengan standar deviasinya sebesar 22.67, sehingga hal ini menunjukkan kecerdasan emosi pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19 masuk dalam kategori yang tinggi. Kemudian mean empirik pada skala *problem-focused coping* sebesar 74.46 dan mean hipotetik skala *problem-focused coping* sebesar 62.5 dengan standar deviasinya sebesar 12.5, sehingga hal ini menunjukkan bahwa *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19 berada dalam kategori yang tinggi. Hal tersebut sesuai dengan teori

Menurut Goleman (2000) kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan dalam

hubungannya dengan orang lain. Kecerdasan emosional mampu untuk mengontrol dorongan dan menunda kepuasan; untuk mengatur suasana hati individu dan menjaga kesusahan dari melampiaskan kemampuan berpikir, berempati dan berharap. Berdasarkan pada penelitian Rustika dan Suardiantari (2018) bahwa kecerdasan emosi berperan penting dalam meningkatkan *problem-focused coping* yaitu dapat mengembangkan kemampuan mengelola emosi dan keyakinan akan kemampuan diri melalui kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan orang lain.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah penelitian ini diujikan kepada tenaga kesehatan dimasa pandemi COVID-19 dengan jumlah responden sebanyak 28 pria dan 82 wanita. Hasil mean empirik yang didapatkan berdasarkan jenis kelamin pria dan wanita memiliki kategori tinggi yang pada kecerdasan emosi. Sehingga baik pria maupun wanita memiliki kecerdasan emosi yang sama-sama tinggi artinya tidak ada perbedaan yang signifikan berdasarkan pada jenis kelamin. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Shadiqi, Anward, dan Erlyani (2013) bahwa jenis kelamin tidak memberikan perbedaan yang signifikan pada penggunaan kecerdasan emosi.

Kemudian pada *problem-focused coping* baik pria dan wanita juga berada dalam kategori yang tinggi. Nilai mean empirik tertinggi ada pada responden wanita. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

Huang, Lei, Xu, Liu, dan Yu (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa tenaga kesehatan khususnya perawat rumah sakit lebih proaktif dalam menggunakan *problem-focused coping*, terutama wanita karena lebih rentan dan sensitif terhadap emosi, oleh karena itu coping yang berfokus pada emosi jarang digunakan saat menghadapi stres. Hasil penelitian ini juga menunjukkan hanya *problem-focused coping* terbukti menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan tenaga kesehatan perawat yaitu emosi ketakutan.

Ditinjau berdasarkan usia responden terdapat tiga kategori usia, yaitu 23-30 tahun, 31-40 tahun, dan 41-50 tahun. terdapat 57 responden berusia 23-30 tahun, 38 responden berusia 31-40 tahun, dan 15 responden berusia 41-50 tahun. Hasil perhitungan mean empirik rata-rata yang didapatkan pada kategori usia 23-30 tahun, 31-40 tahun, dan 41-50 tahun memiliki kategori tinggi pada kecerdasan emosi. Hal ini menunjukkan bahwa tenaga kesehatan yang berusia 23-50 tahun telah memiliki aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (1999) yaitu; kesadaran diri yang baik seperti perannya dalam masyarakat, pengelolaan emosi yang baik supaya tetap fokus dalam menjalankan tugasnya, motivasi dan empati yang baik, serta keterampilan sosial yang baik untuk menyelesaikan tanggung jawabnya. Pada kategori *problem-focused coping* pada responden yang berusia 23-30 tahun, 31-40 tahun, dan 41-50 tahun juga berada dalam kategori *problem-focused coping* yang tinggi. Hal ini juga sesuai dengan

teori Ogden (2012) bahwa laki-laki dewasa maupun perempuan dewasa lebih cenderung menggunakan *problem-focused coping*, sedangkan remaja cenderung menggunakan *emotion fcused coping*.

Berdasarkan pada jenis pekerjaan terdapat tiga kategori pekerjaan tenaga kesehatan pada penelitian ini, yaitu perawat bidan, dan dokter. Terdapat 70 responden bekerja sebagai perawat, 16 responden sebagai bidan, 17 responden bekerja sebagai dokter, dan 7 responden adalah tenaga kesehatan yang lainnya. Hasil perhitungan mean empirik rata-rata yang didapatkan pada kategori perawat, bidan, dan dokter memiliki kategori yang tinggi pada kecerdasan emosi. Baik perawat, bidan, dan dokter merupakan tenaga kesehatan yang telah memperoleh pendidikan secara formal maupun informal untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Kurniati & Efendi, 2012). Hal ini sejalan dengan Thoha dan Taufikurrahman (2016) yang mengatakan bahwa pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi dengan membantu individu untuk mengembangkan potensinya untuk menentukan perkembangan kepribadian.

Pada ketegori *problem-focused coping* untuk perawat, bidan, dan tenaga kesehatan lain memiliki kategori yang tinggi. Kemudian pada kategori dokter memiliki kategori sedang untuk *problem-focused coping*. Hal ini sesuai dengan teori Ogden (2012) bahwa sumber daya individu dapat mengontrol stres dengan menggunakan *problem-focused coping*,

tingkat pendidikan yang menjadikan individu bekerja sebagai tenaga kesehatan merupakan salah satu sumber daya dari faktor eksternal, serta jenis masalah dimana masalah pekerjaan cenderung dapat menimbulkan *problem-focused coping* sehingga dalam penelitian ini terdapat perbedaan kategori yaitu pada dokter berada dalam kategori sedang berbeda dengan perawat, bidan dan tenaga kesehatan lain yang berada dalam kategori tinggi.

Pada deskriptif terakhir ditinjau berdasarkan lamanya bekerja sebagai tenaga kesehatan terdapat 62 responden yang sudah bekerja selama 0,5-5 tahun, 21 responden yang sudah bekerja selama 6-10 tahun, 15 responden yang sudah bekerja selama 11-15 tahun, 6 responden yang sudah bekerja selama 16-20 tahun, dan 6 responden sudah bekerja selama 21-26 tahun. Berdasarkan pada hasil perhitungan mean empirik rata-rata bahwa responden yang bekerja selama 0.5-5 tahun, 6-10 tahun, 11-15 tahun, 16-20 tahun, dan 21-26 tahun masuk dalam kategori yang sama-sama tinggi pada kecerdasan emosi. Hal ini menunjukkan adanya faktor internal yang dikemukakan oleh Walgito (2003) yaitu segi psikologis yang mencakup tentang pengalaman, sehingga dalam penelitian ini tenaga kesehatan yang bekerja selama 0.5 sampai 26 tahun telah memberikan efek psikologis yang baik untuk meningkatkan kecerdasan emosi.

Selanjutnya penggunaan *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan yang bekerja selama 0,5-5 tahun, 6-10 tahun, 11-15 tahun, 16-20 tahun, dan 21-26 tahun juga berada

dalam kategori *problem-focused coping* yang sama-sama tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa tenaga kesehatan yang telah bekerja mulai dari 0.5 tahun sampai 26 tahun sudah memiliki *problem-focused coping* yang baik. Dengan ini dapat dikatakan bahwa individu tenaga kesehatan telah mempertimbangkan strategi untuk mengatasi berbagai masalah yang dapat mengakibatkan stres seperti aspek-aspek *problem-focused coping* yang dikemukakan Carver, Weintraub, dan Scheier (1989) yaitu proses pengambilan langkah aktif yang ditujukan untuk mengurangi atau menghilangkan stressor, memikirkan bagaimana cara menghadapi stressor yang ada, fokus dalam menghadapi masalah atau tantangan yang dihadapi, bertindak dengan pemikiran yang matang, dan mencari dukungan sosial.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi *problem-focused coping* pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosi dan *problem-focused coping* berada pada kategori tinggi. Saran bagi tenaga kesehatan adalah *problem-focused coping* pada individu hendaknya terus dikembangkan sebagai salah satu upaya untuk mengatasi berbagai macam situasi yang dapat menimbulkan stres.

DAFTAR PUSTAKA

- Gellis, Z. D. (2002). Coping with occupational stress in healthcare: A comparison of social workers and nurses. *The Journal of Administration in Social Work*, 26(03) 37-52. https://doi.org/10.1300/J147v26n03_03
- Goleman, D. (1999). *Kecerdasan emosi untuk mencapai prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2000) *Kecerdasan emosional*. Jakarta. PT Gramedia.
- Handayani, R. T., Kuntari, S., Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020). Faktor penyebab stres tenaga kesehatan dan masyarakat saat pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 3(8), 353-360.
- Harsiwi, E. D., & Kristina, I. F. (2017). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan problem focused coping pada perawat ICU di Rumah Sakit Tipe C wilayah Semarang dan Pati. *Jurnal Empati*, (1)6 139-144. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/>
- Hastuti, R. K. (2021). Satgas: Tenaga medis makin alami kelelahan & stres. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20210202173555-4-220549/satgas-tenaga-medis-makin-alami-kelelahan-stress>. Diunduh pada 06 Maret 2021.
- Huang, L., Lei, W., Xu, F., Liu, H., & Yu, L. (2020). Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during COVID-19 outbreak: A comparative study. *PLoS ONE*, 15(08) 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237303.s001>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). Dynamics of a stressful encounters: Cognitiver appraisal, coping, and encounter outcomes. *The Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992-1003. doi: 10.1037//0022-3514.50.5.992.
- Lee, H. F., Kuo, C., Chien, T. W., & Wang, Y. R. (2016). A meta-analysis of the effects of coping strategies on reducing nurse burnout. *The Journal of Applied Nursing Research*, 1(31), 100-110. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2016.01.001>
- Mulyani, Y., Risa, E., & Ulfah, L. (2017). Hubungan mekanisme koping dengan stres kerja perawat IGD dan ICU di RSUD Ulin Banjarmasin. *Al-Ulum: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 3(2), 513-521. <http://dx.doi.org/10.31602/alsh.v3i2.1200>
- Muthiah, L. (2020). Implementasi tindakan keperawatan pada masa pandemi COVID-19. <https://gustinerz.com/implementasi-tindakan-keperawatan-pada-masa-pandemi-covid-19/>. Diunduh pada 17 Maret 2020.

- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Fieldman, R. D. (2004). *Human development*. New York: McGraw-Hill.
- Putri, M. R. D. (2020). Jumlah tenaga medis gugur akibat COVID-19 meningkat. <https://www.antaraneews.com/berita/1896192/jumlah-tenaga-medis-gugur-akibat-covid-19-meningkat>. Diunduh pada 02 Maret 2021.
- Riani, A. (2016). *Hubungan antara dukungan sosial dan problem focused coping dengan psychological well-being pada mahasiswa FIP UNY*. Skripsi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rosyanti, L., & Hadi, I. (2020). Dampak psikologis dalam memberikan layanan dan perawatan kesehatan pasien COVID-19 pada tenaga profesional kesehatan. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 1(12), 107-130. <https://doi.org/10.36990/hijp.vi.191>
- Sahara, W. (2021). Hingga akhir Agustus 2021, 1967 tenaga kesehatan di Indonesia meninggal akibat COVID-19. [/read/2021/08/27/19573891/hingga-akhir-agustus-2021-1967-tenaga-kesehatan-di-indonesia-meninggal?page=all](https://nasional.kompas.com/read/2021/08/27/19573891/hingga-akhir-agustus-2021-1967-tenaga-kesehatan-di-indonesia-meninggal?page=all). Diunduh pada 28 Agustus 2021.
- Sarafino, E. P. (2006) *Health psychology: Biopsychological interaction*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Talae, N., Varahram, M., Jamaati, H., Salimi, A., Attarchi, M., Dizaji, M. K., Sadr, M., Hassan, S., Farzanegan, B., Monjazebi, & F., & Seyedmehdi, S. M. (2020) Stress and burnout in health care workers during COVID-19 pandemic: Validation of a questionnaire. *Public Health: From Theory to Practice*, 01(01).
- Tamara, T. A., & Wulandari, R. D. (2021). Perbedaan individu sebagai faktor stres kerja pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19: Narrative literature review. *Ikesma: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 17(01), 22-32.
- Winarno, F. G. (2020). *COVID-19 pelajaran berharga dari sebuah pandemi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama