

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN *BURNOUT SYNDROME* PADA MAHASISWA YANG MENJALANI PEMBELAJARAN DARING

I Gede Angga Ariesta Widayana*¹, Ni Kadek Ayu Suarningsih¹, Kadek Cahya Utami¹

¹Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

*korespondensi penulis, e-mail: sagarangga19@gmail.com

ABSTRAK

Perubahan sistem pembelajaran daring berpotensi menyebabkan *burnout syndrome*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yang menjalani pembelajaran daring. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis deskriptif korelatif. Desain penelitian yang digunakan yaitu *cross sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 243 responden yang diperoleh melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan *Trait Emotional Intelligence Questionnaire - Adolescent Short Form* dan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey*. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* dengan kekuatan hubungan lemah dan arah korelasi negatif. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional, maka semakin rendah tingkat *burnout syndrome*, begitupun sebaliknya.

Kata kunci: *burnout syndrome*, kecerdasan emosional, mahasiswa fakultas kedokteran

ABSTRACT

Changes in the online learning system have potential to cause burnout syndrome. This study aimed to investigate the correlation between emotional intelligent with burnout syndrome among student in Faculty of Medicine, Udayana University who ware ongoing in online learning. This research is quantitative research with descriptive correlative. The research design used is cross sectional. Sample on this study were 243 sample selected through proportionate stratified random sampling. Collecting data using Trait Emotional Intelligence Questionnaire - Adolescent Short Form and Maslach Burnout Inventory-Student Survey. Data analysis using Spearman Rank test. The results showed that there is negative and weak correlation between emotional intelligent with burnout syndrome. It means that the higher of emotional intelligence will decrease the burnout syndrome and otherwise.

Keywords: burnout syndrome, emotional intelligent, medical student

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 telah terjadi di berbagai negara. Pemerintah, melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menginstruksikan untuk melakukan perkuliahan secara daring yang bertujuan untuk mencegah penyebaran dari Covid-19 (Rahmasari, Setiawan, & Faradilah, 2020). Kebijakan yang dibuat oleh pemerintah tentunya memberikan tantangan bagi lembaga pendidikan, khususnya perguruan tinggi yang diharuskan menerapkan sistem pembelajaran daring atau *online* (Firman & Rahayu, 2020).

Sebelumnya, pelaksanaan pembelajaran dilakukan dalam bentuk pembelajaran tatap muka secara regular, namun saat ini berubah menjadi pembelajaran daring secara insidental, (Jamil & Aprilisanda, 2020). Perubahan sistem pembelajaran akan memberikan masalah-masalah yang dapat menyebabkan mahasiswa merasa tertekan dan mengalami stres (Argaheni, 2020).

Stres yang terjadi pada mahasiswa, jika tidak dapat dikontrol dengan baik, dapat menjadikan beban dan menghilangkan motivasi mahasiswa. Banyaknya metode dan rutinitas di kampus menyebabkan mahasiswa berisiko mengalami *burnout syndrome* (Alimah & Swasti, 2018). *Burnout syndrome* dapat menyebabkan kelelahan secara fisik, memburuknya kondisi mental, dan emosi yang dapat menimbulkan sikap negatif atau perilaku maladaptif (Puspitaningrum, 2018).

Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian stres yang efektif pada beberapa individu adalah kecerdasan emosional. Berdasarkan penelitian Kartika (2015), dijelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional, maka semakin rendah stres akademik yang dialami. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Situmorang dan Desiningrum (2020), menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi, akan mempunyai koping stres yang baik.

Kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* adalah *skill*, kapasitas, dan kemampuan untuk mengobservasi, dan mengontrol emosi dari diri sendiri, orang lain, dan kelompok (Adawiyah, 2013). Kecerdasan emosional mempunyai peranan penting untuk menentukan emosi dari seseorang untuk dapat tetap bersikap profesional dalam menjalankan setiap tugas yang diberikan (Avionela & Fauziah, 2017).

Hasil studi pendahuluan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, didapatkan data tingkat *burnout syndrome* tinggi sebanyak 129 orang (67,9%) dan *burnout syndrome* dalam kategori rendah sebanyak 61 orang (32,1%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* pada Mahasiswa FK Universitas Udayana yang menjalani pembelajaran daring.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Teknik *sampling* pada penelitian ini adalah *proportionate stratified random sampling* dengan jumlah sampel yaitu 243 orang responden.

Kriteria inklusi penelitian yaitu mahasiswa aktif angkatan 2017 - 2020, kuliah sesuai dengan minat, dan memiliki IPK $\geq 3,00$. Kriteria eksklusi penelitian ini yaitu mahasiswa yang sedang sakit dalam jangka waktu lama selama proses penelitian dilakukan.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur kecerdasan emosional adalah *Trait Emotional Intelligence Questionnaire - Adolescent Short Form* (TEIQue-ASF). Sedangkan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) digunakan untuk mengukur *burnout syndrome*. Kedua instrumen telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas di FK Universitas Udayana. Kuesioner TEIQue-ASF versi bahasa Indonesia terdiri

atas 15 item pertanyaan dengan nilai *alpha cronbach's* 0,647. Kuesioner MBI-SS terdiri atas 14 pertanyaan dengan nilai *alpha cronbach's* 0,651.

Penelitian ini telah mendapat ijin dan surat keterangan *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian FK Unud / RSUP Sanglah dengan nomor surat keterangan 778/UN14.2.2.VII.14/LT/2021. Analisis

univariat dalam penelitian ini adalah data usia, jenis kelamin, periode angkatan, program studi, tingkat *burnout syndrome*, dan tingkat kecerdasan emosional. Analisis bivariat pada penelitian ini yakni menganalisis korelasi antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* dengan menggunakan uji statistik Spearman Rank.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (n=243)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia (tahun)		
18	33	13,6
19	73	30,0
20	44	18,1
21	54	22,2
22	38	15,6
23	1	0,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	51	21,0
Perempuan	192	79,0
Periode Angkatan		
2017	57	23,5
2018	50	20,6
2019	53	21,8
2020	83	34,2
Program Studi		
Fisioterapi	28	11,5
Kedokteran Gigi	57	23,5
Ilmu Keperawatan	59	24,3
Kesehatan Masyarakat	31	12,8
Pendidikan Dokter	41	16,9
Psikologi	27	11,1

Tabel 1 menjelaskan bahwa sebagian besar responden berusia 19 tahun (30%), berjenis kelamin perempuan (79%). Sebagian besar responden merupakan

mahasiswa Ilmu Keperawatan (24,3%), dan mahasiswa dengan jumlah terbanyak adalah angkatan 2020 (34,2%).

Tabel 2. Gambaran Kecerdasan Emosional dan *Burnout Syndrome* (n=243)

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Minimum - Maksimum
Kecerdasan Emosional	64,04	7,031	42 - 92
<i>Burnout Syndrome</i>	42,44	7,350	17 - 63

Tabel 2 menjelaskan bahwa nilai rata-rata (*mean*) dari kecerdasan emosional yaitu 64,04, dengan standar deviasi sebesar

7,031. Nilai rata-rata (*mean*) dari skor *burnout syndrome* adalah 42,44 dengan standar deviasi adalah 7,350.

Tabel 3. Uji Spearman Rank Kecerdasan Emosional dengan *Burnout Syndrome* (n=243)

Variabel	r	p value	Koefisien Determinan
Kecerdasan Emosional <i>Burnout Syndrome</i>	- 0,328	0,000	11,6 %

Tabel 3 menjelaskan bahwa secara statistik terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* dengan kekuatan hubungan lemah ($p = 0,000$; $r = -0,328$). Arah hubungan negatif, hal ini berarti semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional maka

semakin rendah tingkat *burnout syndrome*, begitupun sebaliknya. Nilai dari koefisien determinan yaitu sebesar 11,6% yang berarti bahwa pengaruh dari kecerdasan emosional terhadap *burnout syndrome* adalah sebesar 11,6%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden memiliki aspek kecerdasan emosional dalam kategori sedang. Hal ini dapat terbentuk karena berbagai faktor. Lingkungan keluarga dan teman sebaya merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional. Remaja di lingkungan keluarga yang mempunyai hubungan baik dengan orang tua akan memiliki situasi emosi yang lebih baik (Moensaku, 2016). Sementara, remaja yang berinteraksi dan menjalin hubungan serta diterima dengan baik oleh kelompok teman sebaya dapat mempengaruhi kecerdasan emosional yang lebih baik (Rifa & Catharina, 2012).

Berdasarkan hasil dari penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pada masing-masing dimensi *burnout syndrome*, responden termasuk dalam kategori sedang. *Burnout syndrome* dapat disebabkan oleh beberapa hal. Penyebab terjadinya *burnout syndrome* dapat disebabkan oleh faktor situasional dan faktor individu (Bakker & Costa, 2014). Tuntutan tugas merupakan salah satu faktor situasional penyebab dari *burnout syndrome*. Aspek sosial ekonomi dan kepribadian seseorang termasuk jenis faktor individu (Redityani & Susilawati, 2021).

Hasil penelitian tentang korelasi antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* pada mahasiswa menunjukkan bahwa terdapat hubungan lemah antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* ($p = 0,000$; $r = -0,328$). Arah hubungan negatif menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang berbanding terbalik antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome*.

Hasil dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya, dimana ditemukan terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* (Karim & Purba, 2021; Putri, 2020; Vlachou *et al.*, 2016; Haresabadi, Seyed, & Yaghubi, 2016). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, adalah penelitian ini dilakukan pada mahasiswa dengan sistem pembelajaran daring, sedangkan penelitian sebelumnya tidak pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring.

Kecerdasan emosional mampu bertindak secara protektif untuk mencegah, bahkan menurunkan terjadinya *burnout syndrome* (Vlachou *et al.*, 2016). Kecerdasan emosional merupakan hal penting untuk dimiliki oleh seorang tenaga kesehatan yang terikat interaksi dengan manusia (Putri, 2020). Individu yang cerdas secara emosi artinya individu tersebut mampu memahami dan mengartikan kondisi yang sedang dialami. Setelah memahami kondisi tersebut, selanjutnya individu akan mengambil suatu tindakan yang tepat (Illahi dkk, 2018).

Individu dengan kecerdasan emosional yang baik akan cenderung mempunyai kemampuan untuk menjalin hubungan interpersonal yang baik, mudah bergaul, mampu beradaptasi ketika berada dalam situasi stres, dan mampu melaksanakan tanggung jawab (Sahputra, Syahniar, & Marjohan, 2016).

Individu dengan kecerdasan emosional yang baik juga akan mampu menghadapi lingkungan kerja yang lebih kompleks sehingga menjadi lebih *engaged* dan kecenderungan *burnout* yang dialami akan rendah, yang pada akhirnya akan menghasilkan kesejahteraan

yang lebih baik. *Burnout* merupakan konsekuensi dari emosi yang tidak teruji, maka dari itu sangatlah penting peranan kecerdasan emosional dalam mengontrol terjadinya *burnout* (Nel, Jonker, & Rabie, 2013).

SIMPULAN

Simpulan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang lemah dengan arah negatif antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* pada mahasiswa FK Universitas Udayana.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R. A. R. (2013). Kecerdasan emosional, dukungan sosial dan kecenderungan burnout. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2).
- Alimah, S., & Swasti, K. G. (2018). Gambaran burnout pada mahasiswa keperawatan di purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 130-141.
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematik Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2), 99-108.
- Avionela, F., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Burnout Pada Guru Bersertifikasi Di SMA Negeri Kecamatan Bojonegoro. *Jurnal Empati*, 5(4), 687-693.
- Bakker, A. B., & Costa, P. L. (2014). Chronic job burnout and daily functioning: A theoretical analysis. *Burnout Research*, 1(3), 112-119. doi:10.1016/j.burn.2014.04.003.
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81-89.
- Haresabadi, M., Seyed, S. H., & Yaghubi M, M. (2016). The relationship between emotional intelligence and occupational burnout among nurses. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*, 7(3), 527-536.
- Illahi, U., Neviyarni, S., Said, A., & Ardi, Z. (2018). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Agresif Remaja dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 68-74. DOI: 10.29210/3003244000.
- Jamil, S. H., & Aprilisanda, I. D. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Minat Belajar Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Behavioral Accounting Journal*, 3(1), 37-46.
- Karim, A., & Purba, H. P. (2021). Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Burnout pada Perawat dengan Coronavirus Anxiety sebagai Variabel Mediator. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 448-459.
- Kartika, C., D. (2015). *Hubungan kecerdasan emosi dengan stres akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Moensaku, A. (2016). *Perbedaan kecerdasan emosional pada remaja ditinjau dari pola attachment* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Nel, J. A., Jonker, C. S., & Rabie, T. (2013). Emotional intelligence and wellness among employees working in the nursing environment. *Journal of Psychology in Africa*, 23(2), 195-203. <https://doi.org/10.1080/14330237.2013.10820615>.
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(10), 615-625.
- Putri, R. A. (2020). Korelasi Kecerdasan Emosional terhadap Kejadian Burnout pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Skripsi*.
- Rahmasari, A. F., Setiawan, F., & Faradilah, M. N. (2020). Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas II SD Muhammadiyah 17 Surabaya di Tengah Pandemi Covid-19. *INVENTA: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 4(2), 158-168.
- Redityani, N. L. P. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2021). Peran resiliensi dan dukungan sosial terhadap burnout pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 86-94.
- Rifa, A. & Catharina, T., A. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Semarang: UNNES PRESS.
- Sahputra, D., Syahniar, & Marjohan. (2016). Kontribusi Kepercayaan Diri dan Kecerdasan Emosi terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa serta Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 5(3), 182-193. <https://doi.org/10.24036/02016536554-0-00>.
- Situmorang, G. C. I., & Desininggrum, D. R. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan coping stres pada mahasiswa tingkat pertama jurusan musik di Institut Seni Indonesia Yogyakarta. *Empati*, 7(3), 112-118.
- Vlachou, E. M., Damigos, D., Lyrakos, G., Chanopoulos, K., Kosmidis, G., & Karavis, M. (2016). The relationship between burnout

syndrome and emotional intelligence in
healthcare professionals. *Health Science*

Journal, 10(5), 1.