



Window of NURSING
JOURNAL

Journal homepage : <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/won>



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/won/article/view/won5212>

Kecerdasan Emosional dan Spiritual terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa

M.Rezki Aulia Rahman¹, Suhermi², Ernasari³, Sudarman⁴, Akbar Asfar⁵

^{1,2,3,4,5}Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): rizkyaulia@gmail.com

rizkyaulia@gmail.com¹, suhermi.suhermi@umi.ac.id², ernasari.ernasari@umi.ac.id³

sudarman.sudarman@umi.ac.id⁴, akbar.asfar@umi.ac.id⁵

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan masalah kesehatan yang tidak bisa disepelekan karena akan mengindikasikan masalah besar seperti perilaku kekerasan, depresi bahkan bunuh diri. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018, Indonesia diketahui lebih dari 19 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan mental dan depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional dan spiritual terhadap Kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan universitas muslim Indonesia Angkatan 2021. Penelitian ini merupakan penelitian secara kuantitatif melalui pendekatan cross sectional di program studi ilmu keperawatan universitas muslim Indonesia. Populasi penelitian ini sebanyak 65 orang dan pengambilan sampel menggunakan metode total sampling. Uji test pada penelitian ini analisis chi square dengan tingkat kemakanan ($p > 0,05$). Hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap kesehatan mental $p = 0,002$ dan ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan spiritual terhadap Kesehatan mental $p = 0,000$. Kesimpulan dari penelitian ini ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dan spiritual terhadap Kesehatan mental mahasiswa. Oleh karena itu melalui penelitian ini mahasiswa disarankan mengambil pelajaran baru agar memperoleh pengetahuan secara langsung dan sebagai bahan evaluasi diri kedepanya terkait dengan masalah emosi, spiritual dan mental.

Kata kunci : kecerdasan Emosional; Spiritual; Kesehatan Mental

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.won@umi.ac.id

Article history :

Received 21 Februari 2023

Received in revised form 02 April 2023

Accepted 08 Agustus 2023

Available online 30 Desember 2024

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Mental health is a health problem that cannot be underestimated because it will indicate big problems such as violent behavior, depression and even suicide. Based on Basic Health Research (Riskesdas) 2018 data, it is known that more than 19 million Indonesians have mental disorders and depression. This study aims to determine the effect of emotional and spiritual intelligence on the mental health of Indonesian Muslim university nursing students class of 2021. This research is a quantitative study using a cross-sectional approach in the Indonesian Muslim university nursing study program. The population of this study was 65 people and the sample was taken using the total sampling method. The tests in this study were chi square analysis with the level of food ($p > 0.05$). The result of this research is that there is a significant effect between emotional intelligence on mental health $p = 0.002$ and there is a significant effect between spiritual intelligence on mental health $p = 0.000$. The conclusion from this study is that there is a significant influence between emotional and spiritual intelligence on students' mental health. Therefore, through this research, students are advised to take new lessons in order to gain knowledge directly and as material for self-evaluation in the future related to emotional, spiritual and mental problems.

Keywords : Emotional intelligence; spiritual; Mental health

PENDAHULUAN

Ada beberapa masalah yang dialami mahasiswa kini yang jarang disadari seperti mudah marah, stres, cemas dan pola komunikasi yang kurang baik sehingga berdampak pada kualitas kehidupannya. Kesehatan mental merupakan realitas dari Kesehatan jiwa. Kesehatan jiwa merupakan kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara mental, fisik, spiritual, dan sosial sehingga seseorang dapat menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk lingkungannya.¹ Artinya ada ketidak harmonisan unsur dalam dirinya sehingga aktualisasi individu terhadap keadaan sosial tidak seimbang dan sering menimbulkan masalah, baik sosial maupun spiritualnya.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018², Indonesia diketahui menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk indonesia yang lebih dari 15 tahun telah mengalami gangguan mental dan emosional serta lebih dari 12 juta penduduk yang berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Menurut Dradjat, Kesehatan Mental merupakan suatu pengetahuan dan perbuatan yang memiliki tujuan untuk mengembangkan serta memanfaatkan segala bakat, potensi dan pembawaan dengan semaksimal mungkin, sehingga dapat membawa kepada kebahagiaan untuk diri dan orang sekitar, serta dapat terhindar dari segala macam gangguan yang berhubungan dengan jiwa.³

Kecerdasan emosional (EQ) menjadi salah satu variabel utama yang mempengaruhi kualitas kesehatan mental seseorang. Kecerdasan emosional bisa dipahami sebagai kemampuan seorang untuk mengetahui keberadaan dirinya.⁴ Kecerdasan spiritual dapat membuat model individu lebih baik, bisa memotivasi, bekerja lebih efektif, memiliki kemampuan yang korelatif sehingga kecerdasan semacam ini jika dimiliki bisa mengatasi berbagai macam masalah yang dihadapi. Secara rasional emosional seseorang pasti akan berdampak pada bagaimana dia memperlakukan diri sendiri dan orang lain dalam bentuk tindakan.

Selain kecerdasan emosional (EQ) kecerdasan spiritual (SQ) juga mempengaruhi mental individu. Kedekatan diri dengan tuhan sebagai sumber energi membuat manusia condong kepada kebenaran, karena

memang fitrah manusia berperilaku baik seperti yang dikatakan Sheikh Murtadha muthahari. Dalam konsep islam kedekatan manusia dengan tuhan membuatnya lebih bisa mengontrol tindakanya. Mereka akan takut berbuat menyimpang karena tuhan selalu mengawasi, dan malaikat pasrti mencatat semua amal perbuatanya. Akibatnya mental seseorang sangat berpengaruh pada tingkat spritualitas seseorang. Sebab kecerdasan spiritual merupakan satu bagian utuh dari kapasitas mental individu yang berkontribusi terhadap integritas, kesadaran, dan aplikasi adaptif pada aspek nonmaterial.⁵

Dalam ruang lingkup Universitas Muslim Indonesia, pada mahasiswa jurusan Ilmu Keperawatan Angkatan 2021 yang baru-baru ini mengenal secara langsung dunia kampus karena lebih dari setahun lamanya terpenjara oleh pandemi global Covid-19, sehingga metode pembelajaran terpaksa daring. Dari data awal yang diperoleh penulis pada tanggal, 2 September 2022 dari satu angkatan tidak sedikit dari mereka yang memiliki masalah mental, dibuktikan dari kurangnya kemampuan berkomunikasi, sosialisasi, gangguan tidur, sering cemas, dan sulit berkonsentrasi saat pelajaran diluar dari biasanya. Bukan serta merta karena dampak dari Covid-19 yang telah berlalu tapi ada pengaruh variabel lainnya, seperti kecerdasan spiritual yang rendah dan ketidak stabialan emosi. Kegagalan untuk penyesuaian diri pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh bermacam-macam faktor, diantaranya pengetahuan tentang spiritual yang rendah dan tingkat kematangan emosi yang masih sangat labil.⁶

Berdasarkan pengambilan data awal dengan metode wawancara, beberapa mahasiswa Keperawatan angkatan 2021 Unversiatas Muslim Indonesia mengakui beban tugas yang semakin berat di semester 3 dan sudah terlanjur nyaman dengan kuliah online membuatnya sulit beradaptasi, mudah stress yang berdampak pada pola makan yang tidak teratur dan gangguan tidur.

Bukan hanya dalam kampus, Faktor lingkungan dan status ekonomi membuat mahasiswa tertekan, karena semakin naiknya harga barang akhir-akhir ini karena kenaikan BBM, dengan jumlah pemasukan yang tidak sepadan. Sehingga masalah semakin menumpuk yang akhirnya berpengaruh pada kesulitan mengontrol emosi ditambah lagi tingkat spiritual yang kurang baik membuat kesehatan mental mahasiswa menurun. Pada penelitian sebelumnya Proporsi gangguan mental pada mahasiswa sangat tinggi (30%). Proporsi yang berbeda ditemukan pada mahasiswa Laki-Laki dan Perempuan. Hal tersebut dimungkinkan karena perbedaan respon dan perspektif dalam menghadapi masalah dan tekanan dari lingkungan dan kampus⁷. Memang tidak terlalu berarti bagi sebagian orang tapi menurut peneliti jika dibiarkan masalah mental adalah inidikasi besar dari gangguan jiwa yang lebih parah seperti perilaku kekerasan, bahkan sampai bunuh diri. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan universitas muslim Indonesia Angkatan 2021

METODE

Adapun pendekatan yang akan digunakan pada penelitian ini adalah penelitian secara kuantitatif melalui pendekatan cross sectional. Jadi pendekatan kuantitatif diartikan sebagai suatu penelitian yang berjenis data yang diyakini memiliki keakuratan dan objektif bagi suatu data. Dengan pendekatan *cross sectional* diharapkan dapat mengetahui jenis penelitian observasional dengan menganalisis data variabel

yang dikumpulkan dalam suatu priode tertentu dan hanya dilaksanakan satu kali selama penelitian. Penelitian telah dilakukan di program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Waktu penelitian telah dilaksanakan pada bulan Januari sampai Februari 2023. populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesi Angkatan 2021 yang berjumlah 65 orang. Sampel pada penelitian ini adalah total sampling, yaitu suatu pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara menyeluruh.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Mahasiswa Ilmu Keperawatan Angkatan 2021

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Umur		
19 Tahun	58	89,2
20 Tahun	7	10,8
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	7,7
Perempuan	60	92,3
Total	65	100%

Sumber : data primer 2023

Tabel 1 distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik mahasiswa di program studi ilmu keperawatan angkatan 2021 dengan jumlah 65 responden menunjukkan bahwa, mahasiswa keperawatan terbanyak yang berusia 19 tahun sebanyak 58 orang (89,2%) sedangkan yang berumur 20 tahun sebanyak 7 orang (10,8%). Untuk jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 60 orang (92,3%) sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 5 orang (7,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Ilmu Keperawatan Angkatan 2021

kecerdasan Emosional	Jumlah	
	n	%
Baik	63	96,9
Kurang	2	3,1
Total	65	100%

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi berdasarkan kecerdasan emosional mahasiswa program ilmu keperawatan Universitas Muslim Indonesia angkatan 2021 dengan jumlah 65 responden menunjukkan bahwa, mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang baik sebanyak 63 orang (96,9%) sedangkan yang kurang sebanyak 2 orang (3,1%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecerdasan Spiritual

Mahasiswa Ilmu Keperawatan Angkatan 2021		
Kecerdasan	Jumlah	
Spiritual	n	%
Baik	64	98,5
Kurang	1	1,5
Total	65	100%

Tabel 3 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan kecerdasan spiritual mahasiswa program ilmu keperawatan Universitas Muslim Indonesia angkatan 2021 dengan jumlah 65 responden menunjukkan bahwa, mahasiswa dengan kecerdasan spiritual yang baik sebanyak 64 orang (98,5%) sedangkan yang kurang sebanyak 1 orang (1,5%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kesehatan Mental Mahasiswa Ilmu Keperawatan Angkatan 2021

Kesehatan	Jumlah	
Mental	n	%
Baik	62	95,4
Kurang	3	4,6
Total	65	100%

Berdasarkan tabel 4 terkait distribusi frekuensi berdasarkan kesehatan mental mahasiswa program studi ilmu keperawatan Universitas Muslim Indonesia angkatan 2021 dengan jumlah 65 responden menunjukkan bahwa, mahasiswa dengan kesehatan mental yang baik sebanyak 62 orang (95,4%) sedangkan yang kurang sebanyak 3 orang (4,6%).

Tabel 5. Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Ilmu Keperawatan Angkatan 2021

Kecerdasan Emosional	Kesehatan Mental				Tot	P
	Baik		Kurang			
	n	%	n	%		
Baik	61	96,8	2	3,2	63	100
Kurang	1	50,0	1	50,0	2	100
Total	62	95,4	3	4,6	65	100

Tabel 5 berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 65 mahasiswa menunjukkan bahwa, mahasiswa dengan kecerdasan emosional dan kesehatan mental yang baik sebanyak 61 orang (96,8%) sedangkan mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang baik dan Kesehatan mental yang kurang sebanyak 2 orang (3,1%). Kemudian mahasiswa dengan kesehatan mental yang baik dan kecerdasan emosional yang kurang sebanyak 1 orang (50%) sedangkan mahasiswa dengan kecerdasan emosional dan kesehatan mental yang kurang sebanyak 1 orang (50%).

Hasil uji statistik *chi square* pengaruh kecerdasan emosional terhadap kesehatan mental mahasiswa diperoleh nilai ρ -value = 0,002 artinya nilai $\rho < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan Kesehatan mental mahasiswa ilmu k eperawatan Angkatan 2021.

Tabel 6. Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Ilmu Keperawatan Angkatan 2021

Kecerdasan Spiritual	Kesehatan Mental				Tot	P
	Baik		kurang			
	n	%	n	%		
Baik	62	96,9	2	3,1	64	100
Kurang	0	0,0	1	100,0	1	100
Total	62	95,4	3	4,6	65	100

Tabel 6, menggambarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 65 mahasiswa menunjukkan bahwa, mahasiswa dengan kecerdasan spiritual dan kesehatan mental yang baik sebanyak 62 orang (96,9%), sedangkan mahasiswa dengan kecerdasan spiritual yang baik dan Kesehatan mental yang kurang sebanyak 2 orang (3,1%). Kemudian mahasiswa dengan kecerdasan spiritual yang kurang dan kesehatan mental yang baik tidak ada (0%), sedangkan mahasiswa dengan kecerdasan spiritual dan kesehatan mental yang kurang sebanyak 1 orang (100%).

Hasil uji statistik *chi square* antara pengaruh kecerdasan spiritual dengan Kesehatan mental mahasiswa diperoleh nilai ρ -value = 0,000 artinya nilai $\rho < 0,05$, Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap Kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan Angkatan 2021.

PEMBAHASAN

Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kesehatan Mental

Berdasarkan hasil uji statistik *chi square* pengaruh kecerdasan emosional terhadap Kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan Angkatan 2021 diperoleh nilai ρ -value = 0,002 artinya nilai $\rho < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan Kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan Angkatan 2021.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sugeng Wiyono⁸. Dengan menggunakan uji korelasi diperoleh angka yang dihasilkan menunjukkan $\rho = - 0,664$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 \leq 0,05$ maka signifikan, yang artinya ada pengaruh antara variable kecerdasan emosional terhadap variabel Kesehatan mental. Korelasi yang dihasilkan bersifat negatif, apabila variabel dependen (kecerdasan emosi) meningkat maka akan disertai turunnya variabel independen (Kesehatan mental). Hubungan yang terjadi secara kuat. Hasil ini memberikan gambaran bahwa adanya hubungan kuat antara kecerdasan emosi dengan kualitas mental yang berarti kecerdasan emosi seseorang akan mempengaruhi tingkat mentalnya. Semakin besar tingkat kecerdasan emosi seseorang maka tingkat kecemasannya akan semakin menurun, sebaliknya semakin buruk kecerdasan emosi seseorang maka kualitas mentalnya akan semakin kuat.

Kecerdasan emosi adalah kecerdasan yang melibatkan kecerdasan dan kemampuan untuk memahami secara eksplisit, memberi nilai, dan mengekspresikan emosi; kepiawaian untuk mengakses dan menghasilkan keinginan ketika mereka memfasilitasi pendangannya; kemampuan untuk mengetahui emosi dan memahami serta dapat mengatur emosi reflektif dengan cara mendorong pertumbuhan emosional dan intelektual.⁹ Definisi kesehatan mental yaitu dimana

kondisi kesejahteraan (*wellbeing*) seorang manusia dengan menyadari potensi dirinya, dapat mengatasi problematika kehidupan yang normal, bisa bekerja secara produktif dan dapat memberikan kontribusi kepada seluruh komunitasnya.¹⁰

Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesehatan Mental

Berdasarkan hasil uji statistik *chi square* terhadap kecerdasan spiritual dengan Kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan Angkatan 2021 diperoleh nilai ρ -value = 0,000 artinya nilai $\rho < 0,05$, Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan Kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan Angkatan 2021.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Esa Nurwahyuni¹¹, apakah spiritual berkontribusi terhadap kesehatan mental. Pengujian hipotesis penelitian ini dilakukan dengan analisis regresi. Hasil analisis pengaruh variabel spiritualitas pada variabel kesehatan mental menunjukkan bahwa $r = 0,353$ dan $\rho = 0,000$ dengan koefisien determinan sebesar 0,125, berarti spiritualitas seseorang mampu menjadi indikator sebesar 12,5% bagi tingkat kesehatan mental. Jadi semakin tinggi tingkat spiritualitas, maka semakin tinggi juga kualitas kesehatan mentalnya. Sebaliknya jika tingkat spiritualitasnya rendah, maka akan rendah pula tingkat kesehatan mentalnya

Kecerdasan spiritual secara teoritis berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk mengenali kemampuan dirinya sebagai makhluk spiritual dengan mengangkat hakikat dirinya untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Dengan mengenali diri sebagai makhluk spiritual, yang merupakan sebagian kecil dari alam semesta akan menciptakan manusia dengan kecerdasan spiritual yang baik, sehingga pandai membimbing dirinya atau orang lain untuk menemukan tujuan hidup yang sebenarnya melalui hakikat dirinya.¹²

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia dengan responden sebanyak 65 orang maka dapat disimpulkan bahwa Ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan universitas muslim Indonesia Angkatan 2021. Bagi Mahasiswa melalui penelitian ini disarankan mengambil pelajaran baru agar memperoleh pengetahuan secara langsung dan sebagai bahan evaluasi diri kedepannya terkait dengan masalah emosi, spiritual dan mental. Bagi institusi pendidikan diharapkan mampu meningkatkan efektifitas metode pembelajaran baru terkhusus keperawatan jiwa agar kedepannya diperoleh pengetahuan yang progresif dan solusi mengenai masalah yang dihadapi mahasiswa berhubungan dengan Kesehatan mental..

DAFTAR PUSTAKA

1. Suhermi; Rahmawati Ramli; Hasriani Caing. DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf12114> Pengaruh Terapi. 2021;12(4):54–7.

2. Kemenkes RI. Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Vol. 53, Laporan Nasional Riskesdas 2018. 2018. p. 154–65.
3. Hasan M, Mud'is H. Pengaruh Pikiran Positif Terhadap Kesehatan Mental: Suatu Analisis Konseptual. *Fastabiq : Jurnal Studi Islam*. 2022;3(1):40–55.
4. Efrata Tarigan TP. Kecerdasan Emosional dalam Mengatasi Tekanan pada Masa Akhir Studi. *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta*. 2020;3(1):25–35.
5. Octavia N, Hayati K, Karim M. Pengaruh Kepribadian, Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Bisnis dan Manajemen*. 2020;16(2):130–44.
6. Islam JP. peran kecerdasan spiritual dan nilai personal terhadap kesehatan mental. 2017;4(2):213–22.
7. Aziz ZA, Ayu DA, Bancin FM, Syara SG, Manalu WB, S RA, et al. Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Dunia Kesmas*. 2021;10(1):130–5.
8. Wiyono SB. Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan terhadap penyakit menular. 2021;7(2):107–15.
9. Khairuzzaman MQ. Pengaruh kecerdasan emosi dengan coping stress terhadap psychological distress pada remaja. 2016;4(1):64–75.
10. Ayuningtyas D, Misnaniarti M, Rayhani M. Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2018;9(1):1–10.
11. Wahyuni EN, Bariyyah K. Apakah spiritualitas berkontribusi terhadap kesehatan mental mahasiswa? *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*. 2019;5(1):46.
12. Ashshidieqy H. Hubungan Kecerdasan Spiritual Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. 2018;7(2):68–75.