

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan suatu kondisi dimana statusnya sehat secara fisik, sosial, mental (rohani) dan tidak hanya pada keadaan bebas penyakit, kelemahan dan cacat (WHO 2019). 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 keharmonisan antara bagian fungsi-fungsi jiwa (Salsabila 2021). Artinya ada ketidak harmonisan unsur dalam dirinya sehingga aktualisasi mahasiswa terhadap keadaan sosial tidak seimbang dan sering menimbulkan masalah, baik sosial maupun spiritualnya.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018, 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 (Hasan and Mud'is 2022).

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 (Efrata Tarigan 2020). 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 Seikh 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 (Octavia, Hayati, and Karim 2020). Kematangan emosional dan tingkat spiritual yang baik membuat individu memiliki mental yang kuat dan tidak pernah putus asa atas tindakan represif dari

lingkungannya, dan bagi orang dengan tingkat iman yang tinggi akan diberi ketenangan jiwa oleh tuhan. Allah SWT berfirman dalam al quran dengan.

Terjemahan : Wahai manusia sungguh, telah datang kepadamu pelajaran(AI-Quran) dari tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Al-Quran surah yunus ayat 57).

Hasil penelitian Zeidner, M, Matthwes,G (2019) kepada 224 manajer menengah serta senior dari jaringan supermarket di Inggris, menyebutkan bahwa bahwa (EQ) kecerdasan emosional ada hubungannya dengan tingkat kesehatan mental, yaitu sangat signifikan ($r = 0,50$; $p < 0,01$). Kecerdasan emosional pada individu tidak datang sendirinya, tetapi harus dilatih, didik, diasuh, dikembangkan, dan dipelihara melalui pembelajaran sosial. Di kalangan mahasiswa, ternyata kecerdasan emosional mampu berkembang dengan optimal dan mampu meng upgrade prestasi dikampus dari pada mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang kurang berkembang (Mudjiyanto 2022).

Berdasarkan hasil penelitian Wahyuni dan Bariyyah (2019) menyatakan pengaruh variabel spiritual individu dengan variabel kesehatan mental menunjukkan bahwa $R = 0,353$ dengan perolehan koefisien determinan sebesar 0,125, jadi bisa dilihat spiritualitas mampu menjadi prediktor utama sebesar 12,5% bagi naik turunnya kesehatan mental seseorang.

Perlu adanya peran agama dan sosial dalam melindungi permasalahan kesehatan mental untuk mencegah sekaligus mengatasinya. Karena fungsi spiritual bagi setiap individu adalah dapat memelihara jiwa,

memelihara fitrah, memelihara akal, dan memelihara kerukunan antara masyarakat. Agama juga bisa meningkatkan kesehatan psikologis setiap individu, bagi orang-orang yang taat dalam hal keyakinan terhadap tuhan akan merasa lebih tenang dan juga minim terjadi dampak buruk akibat dari permasalahan yang terjadi dibandingkan individu yang jarang bahkan tidak menjalankan perintah agamanya (Kesehatan. 2021).

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 stabilan 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 (Islam 2017).

Berdasarkan pengambilan data awal dengan metode wawancara, beberapa mahasiswa Keperawatan angkatan 2021 Universitas 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. 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. Oleh karena itu peneliti sangat tertarik meneliti pengaruh antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan UMI angkatan 2021.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswa ilmu keperawatan Angkatan 2021?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuainya pengaruh antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2021.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya kecerdasan emosional mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2021.
- b. Diketuainya kecerdasan spiritual mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2021.
- c. Diketuainya Kesehatan mental mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2021.
- d. Diketuainya pengaruh kecerdasan emosional terhadap kesehatan mental mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2021.
- e. Diketuainya pengaruh kecerdasan spritual skesehatan terhadap mahasiswa Ilmu Keperawatan Muslim Indonesia Angkatan 2021.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah bahwa penelitian ini bertujuan meningkatkan dan menambah kualitas khazanah ilmu pengetahuan yang berguna dalam bidang keperawatan, terlebih khusus keperawatan jiwa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh pihak Universitas sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun metode serta program pembelajaran untuk meningkatkan kualitas sikap dan mental mahasiswa.

b. Bagi Dosen

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh pihak dosen agar dapat menambah metode belajar baru dan sumbangan pengetahuan serta pemikiran tentang pengaruh kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswa.

c. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa sebagai subyek penelitian agar memperoleh pengetahuan secara langsung terkait pengaruh kecerdasan

emosional dan kecerdasan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswa.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau data awal bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti dan mengkaji hal yang serupa.