

## Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional (*Emotional Quotient*) dengan Stres di tengah Pandemi Covid-19 pada Masyarakat Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat

Rima Utari R. Sibua<sup>1</sup>, Sondang Maria J. Silaen<sup>2</sup>

Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Jl. Diponegoro No.74 Jakarta Pusat, Indonesia

E-mail: [rimaautari19@gmail.com](mailto:rimaautari19@gmail.com)<sup>1</sup>, [silaenmaria92@gmail.com](mailto:silaenmaria92@gmail.com)<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan stres ditengah pandemi Covid-19 pada masyarakat Cempaka Putih Barat Jakarta Pusat. Subyek penelitian ini adalah orang dewasa muda yang tinggal di Cempaka Putih Barat dengan rentang usia 20-40 tahun yang berjumlah 110 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *multistage random sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga skala pengukuran yaitu Skala Stres, *Social Provisions Scale* (SPS) dan *Wang and Law Emotional Intelligence Scale* (WLEIS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan stres sebesar  $r = -0,309$  dan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan stres sebesar  $r = -0,446$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Selanjutnya, hasil analisis data dengan *multivariate correlation* menggunakan program komputer SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) version 25.0 for MAC-windows diperoleh koefisien korelasi  $R = 0,507$ . Kesimpulan hasil penelitian adalah semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres yang dirasakan, lalu jika semakin tinggi kecerdasan emosional maka akan semakin rendah stres yang dirasakan, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula stres yang dirasakan. Dukungan sosial menyumbang sebesar 25,7% lebih dominan dibandingkan kecerdasan emosional yang menyumbang 19,9% dan sisanya 53% merupakan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata Kunci:** Stres Pandemi Covid-19, Dukungan Sosial, Kecerdasan Emosional

### ABSTRACT

*This study is a quantitative study that aims to determine the relationship between social support and emotional quotient with stress amid the Covid-19 pandemic in the Cempaka Putih West Central Jakarta community. The subjects of this study were 110 young adults who lived in West Cempaka Putih with an age range of 20-40 years, using a multistage random sampling technique. This study uses three measurement scales, namely the Stress Scale, Social Provisions Scale (SPS), and Wang and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS). The results showed that there was a significant negative relationship between social support and stress of  $r = -0.309$  and  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ). There is a significant negative relationship between emotional quotient and stress of  $r = -0.446$  and  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Furthermore, the results of data analysis using multivariate correlation using the SPSS (Statistical Product and Service Solution) version 25.0 for MAC-windows computer program obtained a correlation coefficient of  $R = 0.507$ . The research results conclude that the higher social support, the lower stress is felt, then if the higher emotional intelligence, the lower stress is felt, and vice versa, the lower social support, the higher stress is felt. Social support contributed 25.7% more dominantly than emotional intelligence which accounted for 19.9% and the remaining 53% was another factor not examined in this study.*

**Keywords:** Stress Pandemic Covid-19, Social Support, Emotional Quotient

## PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari, seorang individu tidak terlepas dari masalah yang dihadapi yang dapat menimbulkan stres. Stres berkaitan dengan kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan atau situasi yang menekan. Saat ini masyarakat sedang dilanda rasa cemas, khawatir hingga stres yang disebabkan oleh munculnya *Coronavirus Disease* (Covid-19) yaitu sebuah virus jenis baru yang menular pada manusia dan menginfeksi system pernapasan hingga berujung pada kematian, pertama kali ditemukan di kota Wuhan, Cina, sejak Desember 2019 (WHO, 2020).

Penambahan jumlah kasus Covid-19 berlangsung cukup cepat dan terjadi penyebaran ke luar wilayah Wuhan dan negara lain. Menanggapi hal itu, WHO menetapkan Covid-19 sebagai pandemi (Cucinotta & Vanelli, 2020). Termasuk Indonesia saat ini menjadi salah satu negara di dunia yang terpapar covid-19. Sejak pertama kali virus tersebut terdeteksi pada 1 Agustus 2020 melalui Dikominfo Provinsi DKI Jakarta kasus terkonfirmasi Covid-19 wilayah Jakarta bertambah dengan total (21.575) pasien positif, sembuh (13.887), meninggal (852), dirawat (2.153) dan isolasi mandiri sebanyak (6.836). Untuk domisili pasien positif juga telah diketahui tersebar di 265 dari 267 kelurahan di Jakarta (Diskominfo, 2020). Kemunculan pandemi covid-19 menjadi pencetus perubahan aspek kehidupan lainnya yang menimbulkan dampak psikologis pada individu. Yang paling berdampak secara langsung adalah perasaan tertekan, cemas bahkan stres pada masyarakat akan berkurangnya atau bahkan hilangnya sumber pendapatan keluarga bukan hanya jangka pendek semasa adanya pandemi namun cemas menghadapi masa yang akan datang.

Tekanan yang terjadi ditengah pandemi Covid-19 berkembang menjadi stres pada masyarakat. Stres akan berdampak buruk pada psikologis individu bila tidak mampu mengelola stres dengan tepat, yang akan mengakibatkan munculnya perasaan dan pemikiran untuk bunuh diri. Seperti temuan pada selasa 21 April 2020 pagi seorang pria ditemukan tewas di kamar kos kawasan Jakarta Barat di tengah pandemi Covid-19 diduga karena menjadi korban pemutusan hubungan kerja PHK (CNNIndonesia, 2020).

Covid-19 yang telah menyebar diberbagai kawasan Jakarta termasuk kecamatan Cempaka Putih, Jakarta Pusat yang telah menggelar *rapid test* massal di setiap kelurahan demi mencegah penyebaran Covid-19. Namun tes massal tersebut diutamakan pada tiga RW yang berstatus zona merah atau daerah dengan catatan kasus Covid-19 tertinggi dan masuk daftar wilayah pengendalian ketat (WPK) di Jakarta. Dari ketiga RW yang berstatus zona merah salah satunya yaitu RW 007 Kelurahan Cempaka Putih Barat (Kompas, 2020).

Efek stres pada individu berbeda-beda tergantung lokasi tempat tinggal, bagi individu yang berada di zona merah berpotensi lebih stres daripada yang berada di luar zona merah. Kondisi stres pada individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat mempengaruhi stres. Orford mengemukakan bahwa dukungan sosial bekerja dengan tujuan untuk memperkecil pengaruh tekanan-tekanan atau stres yang di alami individu (Tarigan, 2018).

Selain dukungan sosial, masih terdapat faktor lain yang dapat membuat individu terhindar dari stres yaitu dengan memiliki kecerdasan emosional (*emotional quotient*). Ditengah pandemi Covid-19 perubahan emosi seiring terjadi membuat beberapa masyarakat sulit mengendalikan emosinya. Menurut Rahmawati (Supriati, Kusumaningrum, & Setiawan, 2017), emosi dapat dikontrol dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi.

Dari uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian terkait “Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional (*emotional quotient*) dengan Stres di tengah Pandemi Covid-19 pada masyarakat Cempaka Putih Jakarta Pusat”.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Stres

Menurut Anoraga (Rosyad, 2019), stres merupakan respon seseorang karena ancaman finansial, emosional, mental dan sosial terhadap suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam.

Sedangkan menurut Sarafino (Aditama, 2017), menyatakan bahwa stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa stres adalah bentuk dari respon individu dalam ketidakmampuan mengatasi sebuah tuntutan dan perubahan yang terjadi dalam hidupnya sehingga berdampak pada mental, fisik dan emosional individu.

Sarafino dan Smith (Aditama, 2017) mengemukakan aspek-aspek stres ada dua, yaitu:

- Aspek Biologis, berupa gejala fisik yang dialami individu yaitu sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan dan produksi keringat yang berlebihan.
- Aspek Psikologis, berupa gejala kognisi, yaitu kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi; Gejala emosi, yaitu kondisi stres dapat mengganggu kestabilan

emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi; Gejala tingkah laku, yaitu kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal. Seseorang yang merasa berada dalam situasi stres menjadi tidak ramah dan tidak sensitif pada kebutuhan orang lain.

Skala Stres yang digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek stres menurut teori Sarafino dan Smith (2012) yang terdiri dari aspek biologis dan psikologis yaitu gejala kognisi, gejala emosi dan gejala tingkah laku (Aditama, 2017).

### Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut Dalton, Elias, & Wardersman (Chaerani & Rahayu, 2019), merupakan suatu kumpulan proses sosial, emosional, kognitif, dan perilaku yang terjadi dalam hubungan pribadi, dimana individu merasa mendapat bantuan dalam melakukan penyesuaian atas masalah yang dihadapi.

Sedangkan menurut Gotlieb (Syafitri, 2015), menjelaskan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non-verbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek bagi pihak penerima.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang bersumber dari orang terdekat maupun masyarakat lain yang dapat memberikan dorongan pada individu saat mengalami kesulitan dengan memberikan sebuah informasi maupun bantuan yang mempunyai efek positif bagi individu yang menerima.

Dimensi dukungan sosial menurut Weiss (Milgrom, Hirshler, Reece, Holt, & Gemmill, 2019), terdiri dari enam dimensi yaitu:

- Attachment* (kelekatan), merupakan perasaan akan kedekatan emosional dan rasa aman (ketenangan) dalam diri individu.
- Social integration* (integrasi sosial), merupakan dukungan yang menimbulkan perasaan dalam diri individu bahwa ia termasuk dalam suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktifitas.
- Reassurance of worth* (adanya pengakuan), merupakan pengakuan atas kompetensi, kemampuan dan keahlian individu. Pada dukungan sosial jenis ini, individu akan mendapat pengakuan atas kemampuan dan keahliannya serta mendapat penghargaan dari orang lain.
- Reliable alliance* (hubungan yang dapat diandalkan), merupakan keyakinan dalam diri

individu bahwa ia dapat mengandalkan orang lain untuk membantunya dalam berbagai kondisi, meliputi kepastian atau jaminan bahwa seseorang dapat mengharapkan keluarga untuk membantu semua keadaan.

- Guidance* (bimbingan), merupakan hubungan sosial yang dapat memungkinkan seseorang mendapat informasi, saran, atau nasihat yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi.
- Opportunity for nurturance* (kesempatan untuk mengasuh), merupakan dukungan yang menimbulkan perasaan dalam diri individu bahwa ia bertanggung jawab terhadap kesejahteraan orang lain.

Dalam penelitian ini, penulis mengadaptasi alat ukur *Social Provisions Scale* (SPS) dikembangkan oleh Cutrona dan Russel (1984) yang mengacu pada teori Weiss (Putra, 2015). Terdiri dari enam dimensi yaitu *attachment* (kelekatan), *social integration* (integrasi sosial), *reassurance of worth* (adanya pengakuan), *reliable alliance* (hubungan yang dapat diandalkan), *guidance* (bimbingan) dan *opportunity for nurturance* (kesempatan untuk mengasuh).

### Kecerdasan Emosional (*Emotional Quotient*)

Teori kecerdasan emosional pertama kali dicetuskan oleh Salovey dan Mayer (Difa, 2016), menyatakan kecerdasan emosi sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan diri sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan untuk mengendalikan pikiran dan tindakan.

Sedangkan Bar-On (Hajisabbagh, Fereidooni-Moghadam, Masoudi, & Etemadifar, 2020) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kemampuan, kompetensi dan keterampilan non-kognitif yang memengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan dari lingkungan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional (*emotional quotient*) adalah kemampuan individu dalam mengendalikan dan mengatur emosi serta perasaan-perasaan yang baik atau buruk sehingga dapat memahami perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain dalam mengendalikan pikiran dan tindakan.

Salovey dan Mayer (Santos, Wang, & Lewis, 2018), membagi kecerdasan emosional menjadi empat dimensi yaitu:

- Self emotion appraisal*, berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengenali emosi dan pikiran diri sendiri serta bagaimana individu mengekspresikan emosinya. Individu yang memiliki kemampuan yang baik pada emosi ini, akan merasakan dan memahami sejauhmana individu menilai perasaan diri sendiri dengan baik.
- Others emotion appraisal*, berkaitan dengan kemampuan individu untuk merasakan dan memahami emosi orang-orang disekitar

mereka. Individu yang tinggi dalam kemampuan ini akan jauh lebih sensitif terhadap perasaan dan emosi orang lain serta pikiran mereka.

- c. *Use of emotion*, berkaitan dengan kemampuan individu dalam menggunakan emosi diri sendiri, sehingga dapat mengarahkan individu ke arah kegiatan yang konstruktif dan kinerja individu dapat terkendali.
- d. *Regulation of emotion*, berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengatur emosi diri sendiri, sehingga dengan cepat dapat memulihkan diri dari tekanan psikologis.

Dalam penelitian ini, penulis mengadaptasi alat ukur *Wang and Law Emotional Intelligence Scale* (WLEIS) dikembangkan oleh Chi-sum Wong dan Kenneth S. Law (2000) yang mengacu pada teori Salovey dan Mayer (Ramadhani, 2016). Terdiri dari empat dimensi yaitu *self emotion appraisal*, *others emotion appraisal*, *use of emotion* dan *regulation of emotion*.

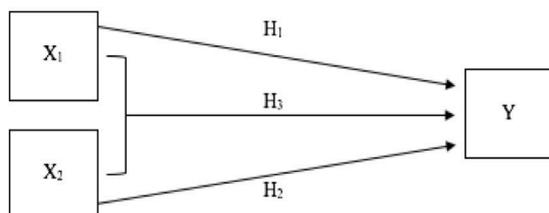
Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres menurut Smet (Aditama, 2017), antara lain:

- a. Variabel dalam diri individu meliputi: umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, temperamen, faktor genetik, inteligensi, pendidikan, suku, kebudayaan dan status ekonomi.
- b. Karakteristik kepribadian meliputi: introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, kepribadian ketabahan, locus of control, kekebalan dan ketahanan.
- c. Variabel sosial-kognitif meliputi: dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial dan kontrol pribadi yang dirasakan.
- d. Hubungan dengan lingkungan sosial, yaitu dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal.
- e. Strategi koping, merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

## METODE PENELITIAN

### Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Terikat : Stres
2. Variabel Bebas : Dukungan Sosial ( $X_1$ ) dan Kecerdasan Emosional (*Emotional Quotient*) ( $X_2$ )



Gambar 1. Desain Penelitian

## Populasi

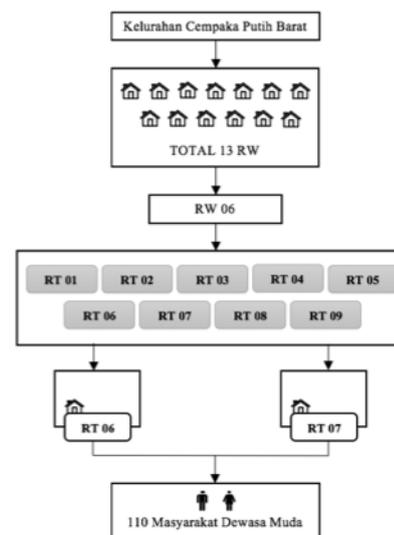
Menurut Sugiyono (2016), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah masyarakat yang bertempat tinggal di Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat yang termasuk dalam kategori masa dewasa muda, yang berjumlah 14.837 (Administrasi Kependudukan dan Catatan Sipil, 2020).

## Teknik Pengambilan Sampel

*Sampling* atau pengambilan sampel adalah proses memilih unsur dari populasi sehingga karakteristik sampel dapat digeneralisasikan pada populasi. Pengambilan sampel melibatkan keputusan pemilihan desain dan ukuran (Sekaran, 2006).

*Multistage Random Sampling* adalah teknik sampling yang dikonstruksikan dari metode sampling acak sederhana yang melalui beberapa tahapan pengambilan sampel dan dilakukan secara acak. Dengan teknik tersebut dimungkinkan setiap anggota populasi mempunyai peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel, sehingga pengukuran dapat dilakukan dengan hanya melibatkan sedikit sampel. Meski tanpa melibatkan semua anggota populasi, hasil survei dapat digeneralisasikan sebagai representasi populasi. Dengan demikian akan diperoleh berbagai macam informasi statistik yang sangat bermanfaat terutama berkaitan dengan masalah-masalah yang kompleks (Duli, 2019).

Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat Cempaka Putih Barat, adapun prosedur dalam pengambilan sampel adalah sebagai berikut:



Gambar 2. Skema Pengambilan Sampel

**Langkah Pertama**, penulis mendata ada 13 RW dalam satu kelurahan Cempaka Putih Barat yang

kemudian di undi secara *random* dan didapat satu RW yaitu RW 06.

**Langkah Kedua**, mendata ada 9 RT di RW 06 Cempaka Putih Barat, dengan menggunakan teknik *Simple Random Sampling* dengan cara mengundi peneliti mengambil dua RT yang akan dijadikan sampel penelitian, diperoleh dalam undian tersebut yaitu RT 06 dan RT 07.

**Langkah Ketiga**, sampel penelitian adalah masyarakat dewasa muda di dua RT diatas yang digunakan peneliti sebagai sampel penelitian dengan memberikan kepada semua warga melalui pengiriman secara online (*google form*) dengan menyebarkan kuesioner melalui aplikasi *Whatsapp Group* RT. Karena pandemi *Covid-19* peneliti membatasi penerimaan hasil kuesioner yang kembali selama tiga hari dan diperoleh sebanyak 110 kuesioner masuk dari masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat yang sesuai dengan karakteristik penelitian.

### Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi yang disusun berdasarkan bentuk skala Likert. Instrument pada penelitian ini terdiri dari tiga skala Likert yang ditunjukkan melalui skala stres, *social provisions scale* (SPS) dan *wang and law emotional intelligence scale* (WLEIS) dengan membagi lima kategori pilihan jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini terdiri dari beberapa pernyataan *favorable* (+) dan *unfavorable* (-).

### Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas alat ukur dilakukan dengan menggunakan rumus Cronbach's Alpha dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) version 25.0 for *MAC-windows* dengan menggunakan kaidah reliabilitas menurut Guilford & Frutcher.

Variabel	N of Item	Cronbach's Alpha	Kaidah Guilford & Frutcher	Kategori
Stres	42	0,936	> 0,9	Sangat Reliabel
Dukungan Sosial	21	0,809	0,7 – 0,9	Reliabel
Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient)	12	0,814	0,7 – 0,9	Reliabel

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas  
Sumber : Data diolah peneliti

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian menggunakan teknik perhitungan *Bivariate Correlation*, yaitu untuk mencari hubungan antara variabel *independent* dan satu variabel *dependent*. Dalam penelitian ini perhitungan *Bivariate Correlation* untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada masyarakat dewasa muda

Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat dan hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pada masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat.

Sedangkan teknik perhitungan *Multivariate Correlation* digunakan untuk mengetahui hubungan antara ketiga variabel yaitu antara dua variabel *independent* ( $X_1, X_2$ ) dan satu variabel *dependent* (Y). Dalam penelitian ini perhitungan *Multivariate Correlation* untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan stres pada masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat. Hasil data yang diperoleh selanjutnya akan dianalisis untuk mendapatkan suatu kesimpulan dari penelitian ini, dengan metode perhitungan *bivariate correlation* dan *multivariate correlation* yang pelaksanaannya menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) version 25.0 for *MAC-windows*.

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan pada 110 orang responden dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) version 25.0 for *MAC-windows*. Hipotesis pertama di uji dengan metode *bivariate correlation* antara variabel dukungan sosial dengan stres diperoleh nilai korelasi  $r = -0,309$  dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres pada masyarakat dewasa muda. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin rendah stres yang dirasakan masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi stres yang dirasakan masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rada Tri Rosi Kurnia, Asri Mutiara Putri dan Dita Fitriani (Kurnia, Putri, & Fitriani, 2019) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres. Nilai  $r$  yang bertanda negatif menunjukkan adanya arah hubungan yang berlawanan, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang didapat maka semakin rendah tingkat stres yang dialami.

Hasil Hipotesis kedua melalui metode *bivariate correlation* antara variabel kecerdasan emosional dengan stres diperoleh nilai korelasi  $r = -0,446$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Menunjukkan bahwa terdapat hubungan kearah negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki maka semakin rendah stres yang dirasakan masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat

dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional yang dimiliki maka semakin tinggi stres yang dirasakan masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Ikhsan Baharuddin, Muhammad Jufri dan Andi Nasrawati Hamid (Baharuddin, Jufri, & Hamid, 2020) bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kecerdasan emosi dengan stres, hal tersebut menunjukkan adanya korelasi antara kecerdasan emosi dengan stres yang berarti bahwa yang memiliki tingkat kecerdasan emosi tinggi cenderung tidak mengalami stres.

Pada hasil Uji Hipotesis ke tiga menggunakan uji analisis dengan metode *multivariate correlation* diperoleh nilai sebesar  $R = 0,507$  dan  $R^2 = 0,257$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosi dengan stres pada masyarakat dewasa muda Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat. Hal ini menjelaskan bahwa variabel dukungan sosial dan variabel kecerdasan emosi memberikan kontribusi terhadap variabel stres.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres ditengah pandemi *Covid-19* pada masyarakat Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat. Hal ini dapat diartikan bahwa dukungan sosial dapat menurunkan stres apabila dukungan sosial diperoleh dari orang terdekat maupun masyarakat lain.
2. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres ditengah pandemi *Covid-19* Pada Masyarakat Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat. Hal ini dapat diartikan bahwa dengan memiliki kecerdasan emosi tinggi individu cenderung lebih mudah untuk beradaptasi dan terhindar dari emosi negatif yang dapat menyebabkan stres.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan stres ditengah pandemi *Covid-19* pada Masyarakat Cempaka Putih Barat, Jakarta Pusat.

## DAFTAR PUSTAKA

Aditama, D. (2017). Hubungan antara spiritualitas dan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Jurnal EL-Tarbawi*, 10(2), 39–62. <https://doi.org/10.20885/tarbawi.vol10.iss2.ar.t4> diakses pada tanggal 23 April 2020 pukul

15.10

- Baharuddin, M. I., Jufri, M., & Hamid, A. N. (2020). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stres Kerja pada Anggota Kepolisian Satuan Lalu Lintas Polrestabes Makassar. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 5(1), 67–77. <https://doi.org/10.26858/talenta.v5i1.10633> diakses pada tanggal 21 Juni 2020 pukul 16.00
- Chaerani, R. F., & Rahayu, A. (2019). Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Hubungannya dengan Penyesuaian Diri Wanita yang Menghadapi Masa Menopause. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 133–137. <https://doi.org/journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/450> diakses pada tanggal 23 Juni 2020 pukul 11.00
- CNNIndonesia. (2020). Seorang Pria di Jakbar Bunuh Diri Usai Sebulan Terkena PHK. Jakarta. <https://doi.org/www.cnnindonesia.com/nasional/20200421164153-12-495772/seorang-pria-di-jakbar-bunuh-diri-usai-sebulan-terkena-phk> diakses pada tanggal 22 April 2020 pukul 10.00
- Cucinotta, D., & Vanelli, M. (2020). WHO declares COVID-19 a pandemic. *Acta Biomed*, 91(1), 157–160. <https://doi.org/10.23750/abm.v91i1.9397> diakses pada tanggal 22 April 2020 pukul 10.00
- Difa, S. F. (2016). Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Mahasiswa Perantau Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 4(2), 77–97. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i2.10840> diakses pada tanggal 24 Juni 2020 pukul 09.00
- Diskominfotik. (2020). *Jakarta Tanggap Covid-19*. <https://doi.org/corona.jakarta.go.id/id> diakses pada tanggal 22 April 2020 pukul 10.00
- Duli, N. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS*. Yogyakarta: CV BUDI UTAMA. Retrieved from CV BUDI UTAMA
- Hajisabbagh, N., Fereidooni-Moghadam, M., Masoudi, R., & Etemadifar, M. (2020). The effect of an emotional intelligence component program on happiness in patients with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 106, 106972. <https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2020.106972> diakses pada tanggal 22 Juni 2020 pukul 14.00
- Kompas. (2020). Rapid Test Massal di Cempaka Putih Targetkan 3 RW Zona Merah Covid-19. Jakarta. <https://doi.org/megapolitan.kompas.com/read/2020/06/12/17055711/rapid-test-massal-di-cempaka-putih-targetkan-3-rw-zona-merah>

- covid-19 diakses pada tanggal 15 Juni 2020 pukul 10.00
- Kurnia, R. T. R., Putri, A. M., & Fitriani, D. (2019). Dukungan Sosial Dan Tingkat Stress Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(2), 28–34. <https://doi.org/ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/article/view/1857> diakses pada tanggal 21 Juni 2020 pukul 16.00
- Milgrom, J., Hirshler, Y., Reece, J., Holt, C., & Gemmill, A. W. (2019). Social support—a protective factor for depressed perinatal women? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(8), 1426. <https://doi.org/10.3390/ijerph16081426> diakses pada tanggal 22 April 2020 pukul 15.00
- Putra. (2015). Uji Validitas Konstruk The Social Provisions Scale. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 4(4), 1–15. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v4i4.9310> diakses pada tanggal 24 Juni 2020 pukul 09.00
- Ramadhani, R. (2016). Uji Validitas Konstruk terhadap Adaptasi dari Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS). *JP3I*, 5(2), 99–125. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v5i2.10789> diakses pada tanggal 22 April 2020 pukul 10.00
- Rosyad, Y. S. (2019). Tingkat Stres Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta Dalam Mengerjakan Skripsi Tahun Akademik 2018/2019. *CAHAYA PENDIDIKAN*, 5(1), 56–64. <https://doi.org/10.33373/chypend.v5i1.1872> diakses pada tanggal 22 Juni 2020 pukul 14.00
- Santos, A., Wang, W., & Lewis, J. (2018). Emotional intelligence and career decision-making difficulties: The mediating role of career decision self-efficacy. *Journal of Vocational Behavior*, 107, 295–309. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.05.008> diakses pada tanggal 22 Juni 2020 pukul 14.00
- Sekaran, U. (2006). *Research Methods For Business: Metodologi Penelitian untuk Bisnis* (4th ed.). Jakarta: Salemba Empat.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Supriati, L., Kusumaningrum, B. R., & Setiawan, H. F. (2017). Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres pada Penderita Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Tentara Dr. Soepraosen Malang. *Majalah Kesehatan FKUB*, 4(2), 79–87. <https://doi.org/10.21776/ub.majalahkesehatan.2017.004.02.4> diakses pada tanggal 23 April 2020 pukul 08.00
- Syafitri, A. (2015). Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X Di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. *Jurnal Psikosains*, 10(1), 25–43. <https://doi.org/journal.umg.ac.id/index.php/psikosains/article/view/227> diakses pada tanggal 23 Juni 2020 pukul 11.00
- Tarigan, M. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dengan Subjective Well-Being pada Remaja yang Memiliki Orangtua Tunggal. *Jurnal Diversita*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i1.1565> diakses pada tanggal 23 April 2020 pukul 08.00
- WHO. (2020). Pneumonia of unknown cause – China. 5 Januari. <https://doi.org/www.who.int/csr/don/05-january-2020-pneumonia-of-unknown-cause-china/en/> diakses pada tanggal 22 April 2020 pukul 10.00