

Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Anak Pertama Di Masa Pandemi Covid-19

Yessy S¹, Ayu Purnamasari²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya
e-mail: yessysuhaimi@gmail.com¹, ayupurnamasari@fk.unsri.ac.id²

Abstrak. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan pada ibu hamil anak pertama di masa pandemi covid-19. Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan. Partisipan pada penelitian ini adalah 100 ibu hamil anak pertama. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Peneliti menggunakan dua skala sebagai alat ukur, yaitu skala kecemasan yang mengacu pada gejala-gejala kecemasan dari Nevid (2005) dan skala kecerdasan emosional yang mengacu pada aspek-aspek dari Goleman (2005). Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil pengujian mendapatkan nilai ($r = -0,363$, $F = 15,236$, $p = 0,000$ ($p < 0,05$)). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, yaitu ada hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan yang signifikan.

Kata kunci: Kecemasan, Kecerdasan Emosional, Ibu

Abstract. *This study aims to determine the relationship between emotional intelligence and anxiety in pregnant women with their first child during the Covid-19 pandemic. The hypothesis of this study is that there is a relationship between emotional intelligence and anxiety. Participants in this study were 100 pregnant women with their first child. Sampling was done using purposive sampling technique. Researchers used two scales as a measuring tool, namely the anxiety scale which refers to anxiety symptoms from Nevid (2005) and the emotional intelligence scale which refers to aspects of Goleman (2005). Hypothesis testing in this study uses the Pearson Product Moment correlation. The test results get the value ($r = -0.363$, $F = 15.236$, $p = 0.000$ ($p < 0.05$)). These results indicate that the research hypothesis is accepted, namely that there is a significant relationship between emotional intelligence and anxiety.*

Keywords: Anxiety, Emotional Intelligence, Mother

PENDAHULUAN

Seluruh dunia digemparkan dengan wabah virus korona jenis baru (*Novel Corona Virus/nCoV*) yang secara resmi saat ini disebut sebagai covid-19 (WHO, 2020). Beberapa wilayah dan negara terus mengalami peningkatan tajam dalam kasus dan kematian, sementara di wilayah lain menurun. Vaksinasi, menjaga jarak fisik, membersihkan tangan, menghindari ruang ramai dan tertutup, dan mengenakan masker adalah 'tindakan anti-*lockdown*'. Namun, distribusi alat yang tidak merata yang membantu mengurangi penularan atau menyelamatkan nyawa termasuk diagnostik, oksigen, APD dan vaksin mendorong pandemi dua jalur dimana negara-negara barat telah dilindungi dari virus sementara negara-negara miskin masih terpapar. Vaksinasi yang tidak merata merupakan ancaman bagi semua negara. Ketimpangan ini akan memperpanjang tahap akut pandemi ini selama bertahun-tahun yang sebenarnya bisa berakhir dalam hitungan bulan jika virus ini beredar di mana-mana (WHO, 2021).

Covid-19 pertama yang dilaporkan di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 sejumlah dua kasus hingga pada tanggal 25 Agustus 2021 data dari website resmi covid-19 *World Health Organization* khusus negara Indonesia telah mencapai 4.026.837 kasus Covid-19 dengan total kematian 129.293 jiwa (WHO, 2021). Pemerintah memberlakukan PPKM Darurat untuk menekan laju pertumbuhan covid-19 di Indonesia. Meskipun terdapat pembatasan, diberitakan Kompas.com 25 Agustus 2020 bahwa Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2020) menyatakan populasi atau jumlah orang yang menikah per tahunnya di Indonesia mencapai 2 juta dan 80 persen di antaranya melahirkan pada tahun pertama pernikahan. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2020) sempat memperkirakan terjadinya *baby boom* atau meledaknya angka kelahiran di Indonesia akibat pandemi covid-19.

Peningkatan angka kehamilan di Indonesia selama pandemi covid-19 menimbulkan masalah baru. Diberitakan dalam Tirto.id pada tanggal 29 Juli 2021, kasus perempuan hamil yang terinfeksi covid-19 meningkat seiring peningkatan jumlah kasus positif covid-19 di Indonesia. Ketua Perhimpunan Obstetri dan Ginekolog Indonesia (POGI) Ari Kusuma Januarto telah merilis data berdasarkan cabang-cabang POGI sejak April 2020 sampai April 2021 dimana terdapat 536 perempuan hamil yang terpapar covid-19, dan dari 536 kasus tersebut 51,9 persen diantaranya tanpa gejala atau OTG.

Penelitian terbaru melansir dari ABC News, dari 900 ibu baru yang diwawancara tim peneliti Universitas Alberta, sebanyak 72% merasakan kecemasan tingkat sedang hingga tinggi. Angka ini melonjak 43% dari jumlah ibu baru yang mengalami kecemasan sebelum pandemi. Tanpa pandemi, penelitian sebelumnya telah menunjukkan kecemasan mempengaruhi 1 dari 7 wanita saat hamil. Perubahan akibat pandemi, seperti isolasi sosial dan fisik, menghabiskan lebih banyak waktu di rumah, jauh dari bersosialisasi dan mengkhawatirkan kesehatan mereka yang berada di sekitar kita, semakin memperburuk keadaan yang sudah ada sebelumnya (ABC News, 2020).

Teman Bumil dan Populix melakukan survei untuk melihat pengaruh covid-19 terhadap keputusan untuk hamil yang dilakukan pada tanggal 3-10 September 2020. Dari 1.754 followers Instagram atau pengguna Teman Bumil yang mengisi

survei, 77% adalah ibu yang sedang hamil. Hampir separuhnya atau 61% mengaku memiliki kekhawatiran dengan pandemi covid-19 dan paling banyak beralasan takut tertular covid-19 saat hamil dan menulari janin, dengan presentase 53% (Jawa Pos, 2020). Kecemasan ini terjadi selama masa kehamilan ibu dan semakin menjadi di tengah merebaknya pandemi covid-19.

Pada kehamilan pertama, wanita mengalami kekhawatiran yang lebih besar dibandingkan dengan kehamilan dan persalinan berikutnya karena belum adanya pengalaman (Spielberg & Saranson, 1982). Penelitian Hidayatul dan Alfaina (2014) tingkat kecemasan primigravida (ibu yang hamil untuk pertama kali) dalam menghadapi kelahiran bayi pada wanita yang hamil untuk pertama kali lebih tinggi dari pada wanita yang sudah hamil untuk kedua kalinya.

Kecemasan itu sendiri adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Nevid, Rathus & Greene, 2005). Sedangkan berdasarkan *American Psychological Association* (APA, 2017), kecemasan adalah emosi yang ditandai oleh perasaan tegang, khawatir dan perubahan fisik seperti meningkatnya tekanan darah.

Helmy, Sahar dan Ahmed (2020) mengungkapkan bahwa kemunculan penyakit pandemi seperti covid-19 dapat meningkatkan risiko penyakit pada ibu hamil yang meningkatkan risiko selama kehamilan dan dapat menyebabkan beberapa konsekuensi seperti peningkatan tingkat ketakutan dan kecemasan. Mayoritas primigravida (hamil untuk pertama kalinya) mengalami ketakutan dan kecemasan yang tinggi dibandingkan dengan ibu multigravida (yang telah hamil lebih dari satu kali).

Penelitian kecemasan terkait kehamilan selama covid-19 dilakukan oleh Moyer, Compton, Kaselitz dan Muzik (2020) dimana kehamilan dapat membuat wanita merasa khawatir dan cemas selama masa normal, namun pandemi covid-19 telah meningkatkan kecemasan terkait kehamilan di antara banyak wanita. Penelitian Nasab, Bahmaei, Askari dan Ghanbari (2020) bahwa pandemi covid-19 menimbulkan kekhawatiran pada ibu yang sedang hamil anak pertama yang dapat berubah menjadi kecemasan dan stres. Tekanan dan kecemasan yang parah disebabkan oleh virus korona mengakibatkan beberapa ibu hamil anak pertama memilih untuk menjalani operasi Caesar pada persalinannya.

Menurut Atkinson, Atkinson & Hilgard (1991) orang dapat mengalami kecemasan jika menghadapi situasi yang berada diluar kendalinya sehingga tidak mampu untuk mengendalikan apa yang sedang dialami. Hal ini karena perasaan cemas merupakan salah satu emosi yang sangat tidak menyenangkan. Terkait dengan emosi ada suatu istilah yang disebut dengan kecerdasan emosional. Penelitian Nuraini (2013) menyampaikan bahwa kecerdasan emosional diperlukan oleh seseorang ketika menghadapi suatu masalah yang menimbulkan tekanan atau kecemasan, subjek dengan kecerdasan emosional yang baik akan mampu menghindari atau mengatasi kecemasan, sedangkan subjek dengan kecerdasan emosional yang kurang baik maka akan mengalami kecemasan bahkan terkadang tidak mampu untuk mengatasinya.

Terkait dengan hubungan kecerdasan emosional dengan ibu yang hamil anak pertama di masa pandemi covid-19, Alizadeh, Jaber, Mowlaie, Mehri, Pouresmali dan Asghar (2016) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa

kecerdasan emosional mempengaruhi ketahanan ibu hamil yang merupakan pengalaman pertama baginya. Penilaian ibu hamil untuk pertama kali terhadap kondisinya memiliki dampak penting pada kesehatan mental. Orang dengan pengaruh positif tinggi secara aktif mencari kebahagiaan serta memiliki kepercayaan dalam hubungannya dengan orang lain. Orang-orang ini suka pengalaman yang menyenangkan dan suka menjadi fokus perhatian.

Di sisi lain, orang dengan pengaruh negatif yang tinggi mengalami kekurangan energi, antusiasme dan kepercayaan. Mereka menahan diri, dan terisolasi dari sudut pandang masyarakat, menahan diri dari pengalaman yang menyenangkan dan ragu-ragu untuk terlibat secara aktif di lingkungan mereka. Dengan kata lain, dapat dikatakan bahwa depresi, kecemasan dan ketakutan sangat terkait dengan pengaruh negatif.

Kecerdasan emosional itu sendiri adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, memotivasi diri sendiri, serta mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 2005). Menurut Bar-On (2006) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan, kompetensi emosional dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk memahami diri sendiri dan orang lain serta berhasil dalam mengatasi tuntutan, tantangan dan tekanan sehari-hari.

Kecemasan

Nevid, Rathus dan Green (2005) menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan aprehensif dan atau keadaan khawatir disaat individu mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kemudian, menurut *American Psychological Association* (2017) kecemasan adalah suatu emosi yang ditandai dengan perasaan tegang, pikiran khawatir dan perubahan fisik seperti adanya peningkatan tekanan darah. Lalu, kecemasan juga dapat diartikan sebagai suatu perasaan menetap berupa kekhawatiran yang menjadi respon terhadap ancaman di masa depan (Hawari, 2013).

Menurut Corey (2013), kecemasan adalah keadaan ketegangan yang mendorong individu untuk melakukan sesuatu. Ini adalah peringatan bahaya, yaitu jika perilaku yang seharusnya mengatasi tekanan dalam bahaya tidak dilakukan maka sinyal diri akan terus meningkat. Jika individu tidak dapat mengontrol kecemasan melalui cara rasional dan langsung, maka ego akan secara langsung mengontrol cara irasional, yang melibatkan perilaku bela diri. Sedangkan menurut Chaplin (2001) kecemasan adalah suatu perasaan campuran yang memiliki komponen ketakutan dan keprihatinan tentang masa yang akan datang. Hampir setiap orang mengalami kecemasan walaupun hanya sekali dalam hidup, yang terutama disebabkan oleh meningkatnya masalah kehidupan (Ibrahim, 2012).

Berdasarkan definisi kecemasan yang dikemukakan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.

Kecerdasan Emosional

Goleman (2005) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, memotivasi diri sendiri, serta mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kemudian, Salovey dan Mayer (Goleman, 2016) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan emosional untuk mengatasi perasaan, mengenali perasaan orang di sekitar, dapat berempati, menghibur, membimbing, mengendalikan dorongan hati, menunda kepuasan, memberikan motivasi kepada diri sendiri, membaca isyarat sosial orang lain, serta menangani ketidakstabilan hidup.

Davies (Casmini, 2007) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi dirinya sendiri dan orang lain, membedakan satu emosi dengan lainnya dan menggunakan informasi tersebut untuk menuntun proses berpikir dan berperilaku seseorang. Selanjutnya individu dengan kecerdasan emosional yang baik mampu memaknai hubungan interpersonal dengan rasa nyaman sehingga tidak menimbulkan ketegangan emosi yang dialami (Hutagalung, 2014). Lebih lanjut, Bar-On (2006) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan, kompetensi emosional dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk memahami diri sendiri dan orang lain serta berhasil dalam mengatasi tuntutan, tantangan dan tekanan sehari-hari.

Dari pengertian yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, memotivasi diri sendiri, mengelola emosi dengan baik, serta menjalin hubungan dengan orang lain.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan yang diteliti metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dengan pendekatan kuantitatif. penelitian ini tergolong kuantitatif karena data data penelitiannya berupa angka-angka dan analisis data menggunakan statistik.

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala kecemasan dan skala kecerdasan emosional yang berbentuk skala Likert. Skala kecemasan yang dikembangkan sendiri oleh peneliti yang mengacu pada gejala-gejala kecemasan yang dikemukakan oleh Nevid (2005) yang meliputi: kecemasan secara fisik, secara behavioral dan secara kognitif. Skala ini dibuat dengan menggunakan skala *likert* dengan jumlah 36 aitem yang terdiri dari 18 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable*. Setelah melakukan uji coba alat ukur dan uji validitas, jumlah aitem untuk skala penelitian berjumlah 18 aitem.

Skala kecerdasan emosional yang dikembangkan oleh peneliti mengacu pada aspek-aspek kecerdasan emosional dari Goleman (2005) yaitu: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan dengan orang lain. Skala ini dibuat dengan menggunakan skala *likert* dengan jumlah 30 aitem yang terdiri dari 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable*. Setelah melakukan uji coba alat ukur dan uji validitas, jumlah aitem untuk skala penelitian berjumlah 20 aitem.

Validitas dan Reliabilitas

Untuk mendapatkan skala dengan hasil data akurat yang sesuai dengan tujuan ukurnya maka diperlukan proses pengujian validitas atau validasi. Penelitian dikatakan valid ketika terdapat kesamaan antara data yang dikumpulkan dengan data yang sebenarnya terjadi pada objek yang diteliti. Untuk mengetahui apakah alat ukur akurat dalam menghasilkan data, peneliti melakukan uji validitas dengan analisis aitem, yaitu dengan teknik *correlated item total correlation* dengan melihat menggunakan SPSS 16.00 *for windows*. Bila nilai korelasi $< 0,30$, maka dapat disimpulkan butir instrumen tersebut tidak valid sehingga harus diperbaiki atau dibuang. Karena itu, peneliti menggunakan koefisien validitas $\geq 0,30$ (Sugiyono, 2018). Reliabilitas merupakan salah satu ciri instrumen alat ukur yang berkualitas, yaitu mampu menghasilkan skor yang cermat dengan kesalahan pengukuran kecil. Koefisien reliabilitas ($r_{xx'}$) berada dalam rentang angka dari 0 sampai 1,00, dimana jika koefisien reliabilitas semakin mendekati angka 1,00 maka pengukuran semakin reliabel (Azwar, 2016). Pengukuran reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan SPSS 16.0 *for windows*.

Metode Analisis Data

Metode analisis data adalah cara yang digunakan dalam mengolah dan menganalisis data yang diperoleh sehingga dapat dibuat suatu kesimpulan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data statistik. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan *software* pengolahan data statistik SPSS 16.00 untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel kecemasan dan kecerdasan emosional pada penelitian ini.

Metode analisis data yang digunakan adalah uji normalitas, linearitas dan hipotesis dengan menggunakan SPSS versi 16.0. Uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* yang dinyatakan normal apabila signifikansi $p > 0,05$, uji linearitas menggunakan *test for linearity* yang dinyatakan linear apabila signifikansi $p < 0,05$, uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana yaitu untuk menguji hipotesis peran variabel independen terhadap variabel dependen.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini adalah ibu hamil di masa pandemi covid-19 dengan jumlah populasi yang tidak diketahui. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *nonprobability sampling* yaitu yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono, 2018). Jenis teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik

penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018). Adapun karakteristik responden pada sampel dalam penelitian ini yaitu ibu yang sedang hamil anak pertama di masa pandemi covid-19.

Penentuan jumlah sampel penelitian ini mengacu pada teori Roscoe (Sugiyono, 2018) bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500 sehingga sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 100 orang serta melakukan uji coba (*try out*) kepada 50 orang.

HASIL

Deskripsi Subjek Penelitian

Responden pada penelitian ini berjumlah 100 ibu hamil anak pertama yang tersebar di Indonesia. Subjek penelitian ini dideskripsikan berdasarkan usia ibu yang sedang hamil, usia kehamilan, asal daerah atau kota, pendidikan, dan pernah/tidak pernah mengalami keguguran.

Tabel 1
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
Remaja akhir (17-20) tahun)	6	6%
Dewasa awal (21-40 tahun)	94	94%
Total	100	100

Berdasarkan rentang usia subjek penelitian diatas, maka dapat diketahui bahwa subjek penelitian dengan usia dewasa awal merupakan yang terbanyak yakni sebanyak 94 orang (94%).

Tabel 2
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia Kehamilan

Usia Kehamilan	Jumlah	Persentase
trimester pertama (0-12 minggu)	17	17%
trimester kedua (12-24 minggu)	34	34%
trimester ketiga (24-40 minggu)	49	49%
Total	100	100

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa usia kehamilan pada subjek penelitian yang terbanyak adalah pada rentang trimester ketiga (24-40 minggu) yakni 49 orang (49%).

Tabel 3
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Asal Daerah

Usia Kehamilan	Jumlah	Persentase
Pulau Sumatera	24	24%
Pulau Jawa	64	64%
Bali dan Kepulauan Nusa Tenggara	3	3%
Pulau Kalimantan	7	7%
Pulau Sulawesi	2	2%
Total	100	100

Berdasarkan data diatas, maka dapat diketahui bahwa asal daerah subjek penelitian yang paling banyak adalah pada Pulau Jawa yakni sebanyak 64 orang (64%).

Tabel 4
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Jumlah	Persentase
SMP	3	3%
SMA/SMK/SLTM	42	42%
Diploma	8	8%
Sarjana	43	43%
Magister	4	4%
Total	100	100

Berdasarkan tabel deskripsi pendidikan subjek penelitian diatas, maka dapat diketahui bahwa pendidikan subjek penelitian yang paling banyak adalah Sarjana/S1 dengan jumlah yakni sebanyak 43 orang (43%).

Tabel 5
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Pernah/Tidak Pernah Mengalami Keguguran Sebelumnya

Mengalami/tidak mengalami keguguran sebelumnya	Jumlah	Persentase
Tidak Mengalami Keguguran Sebelumnya	82	82%
Mengalami Keguguran Sebelumnya	18	18%
Total	100	100

Berdasarkan tabel deskripsi mengalami/tidak mengalami keguguran sebelumnya pada subjek penelitian, maka dapat diketahui bahwa yang terbanyak adalah subjek yang tidak mengalami keguguran sebelumnya yakni sebanyak 82 orang (82%).

Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini juga dianalisis secara deskriptif terhadap setiap variabel. Berikut ini adalah deskripsi dari setiap variabel :

Tabel 6
Deskripsi Data Hipotetik dan Data Empirik Variabel Penelitian

Variabel	Data Hipotetik					Data Empiris				
	Max	Min	Mean	SD	Me	Max	Min	Mean	SD	Me
Kecemasan	72	18	45	9	45	56	27	38,05	5,424	38,00
Kecerdasan Emosional	80	20	50	10	50	70	35	53,41	6,457	54,00

Keterangan :

Min : Skor Total Minimal
Max : Skor Total Maximal
Mean : Rata-rata
SD : Standar Deviasi
Me : Median

Kategorisasi subjek menjadi dua kategori, tinggi dan rendah sebagai berikut:

Tabel 7
Formulasi Kategorisasi

Kategorisasi	Formulasi
Rendah	$X < \text{Median}$
Tinggi	$\text{Median} \leq X$
Total	100

Keterangan :

X : Skor mentah variabel
Median : Median Hipotetik

Berdasarkan rumusan kategorisasi tersebut, kategorisasi tiap variabel adalah sebagai berikut :

a. Kecemasan

Kategorisasi kecemasan bisa ditentukan berdasarkan nilai median dari skor kecemasan, yaitu 45. Berdasarkan data tersebut dapat ditentukan kategorisasi untuk variabel kecemasan sebagai berikut :

Tabel 8
Deskripsi Kategorisasi Kecemasan

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < 45$	Rendah	89	89%
$45 \leq X$	Tinggi	11	11%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, dapat diketahui bahwa subjek penelitian dengan jumlah tertinggi adalah subjek dengan tingkat kecemasan yang rendah yaitu sebanyak 89 orang (89%).

b. Kecerdasan Emosional

Kategorisasi kecerdasan emosional dapat ditentukan berdasarkan nilai mediannya. Median dari variabel kecerdasan emosional adalah 50. Berdasarkan data tersebut dapat ditentukan bahwa kategorisasi kecerdasan emosional sebagai berikut:

Tabel 9
Deskripsi Kategorisasi Kecerdasan Emosional

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < 50$	Rendah	28	28%
$50 \leq X$	Tinggi	72	72%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan hasil dari kategorisasi di atas diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, yaitu sebanyak 72 orang (72%).

Hasil Analisis Data Penelitian

Hasil uji normalitas variabel diperoleh bahwa variabel kecemasan, diperoleh signifikansi yaitu sebesar 0,349 ($p > 0,05$), sedangkan variabel kecerdasan emosional diperoleh nilai signifikansi yaitu sebesar 0,814 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan data berdistribusi normal.

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) pada variabel kecemasan dengan kecerdasan emosional sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh linear.

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa variabel kecemasan dan kecerdasan emosional memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut maka didapatkan kesimpulan bahwa adanya hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan.

Analisis Tambahan

a. Uji beda kecemasan dan kecerdasan emosional berdasarkan usia responden.

Tabel 10
Hasil Uji Beda Keseluruhan Subjek Berdasarkan Usia

Variabel	Usia	<i>Levene's Test</i>	<i>Sig</i>	Keterangan
Kecemasan	Remaja Akhir	0,324	0,127	Tidak Ada Perbedaan
	Dewasa Awal			
Kecerdasan Emosional	Remaja Akhir	0,236	0,073	Tidak Ada Perbedaan
	Dewasa Awal			

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel kecemasan sebesar 0,127 ($p > 0,05$) sedangkan pada variabel kecerdasan emosional sebesar 0,073 ($p > 0,05$). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada kedua variabel jika ditinjau dari usia subjek.

b. Uji beda kecemasan dan kecerdasan emosional berdasarkan usia kehamilan.

Tabel 11
Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia Kehamilan

Variabel	Status Pekerjaan	F	Sig	Keterangan
Kecemasan	Trimester 1	0,100	0,905	Tidak ada perbedaan
	Trimester 2			
	Trimester 3			
Kecerdasan Emosional	Trimester 1	1,542	0,219	Tidak ada perbedaan
	Trimester 2			
	Trimester 3			

Berdasarkan deskripsi data diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel kecemasan sebesar 0,905 ($p > 0,05$) sedangkan pada

variabel kecerdasan emosional sebesar 0,219 ($p > 0,05$). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada kedua variabel jika ditinjau dari usia kehamilan subjek.

c. Uji beda kecemasan dan kecerdasan emosional berdasarkan pendidikan.

Tabel 12.
Hasil Uji Beda Keseluruhan Subjek Berdasarkan Pendidikan

Variabel	Pendidikan	F	Sig	Keterangan
Kecemasan	SMP	0,957	0,435	Tidak Ada Perbedaan
	SMA/SMK			
	Diploma			
	Sarjana			
	Magister			
Kecerdasan Emosional	SMP	3,910	0,006	Ada Perbedaan
	SMA/SMK			
	Diploma			
	Sarjana			
	Magister			

Hasil uji beda responden penelitian berdasarkan usia pada tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansi kecemasan adalah 0,435 ($p > 0,05$). Dengan begitu hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecemasan berdasarkan pendidikan. Selanjutnya, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,006 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan kecerdasan emosional berdasarkan pendidikan responden. Oleh karena itu, peneliti melakukan analisis lanjutan untuk mengetahui rata-rata (*mean*) dari variabel kecerdasan emosional yang ditinjau dari status pendidikan responden. Berikut hasil uji beda kecerdasan emosional berdasarkan status pendidikan :

Tabel 13
Hasil Perbedaan Tabel Benferroni Kecerdasan Emosional Berdasarkan Pendidikan

Status Pendidikan	Status Pendidikan	Sig
SMP	SMA/SMK	0,467
	Diploma	1,000
	Sarjana	0,086
	Magister	0,013
SMA/SMK	Diploma	1,000
	Sarjana	0,694
	Magister	0,125
Diploma	Sarjana	1,000

	Magister	0,139
Sarjana	Magister	0,770

Tabel 14
Hasil Perbedaan Mean Kecerdasan Emosional Berdasarkan Pendidikan

Status Pendidikan	N	Mean
SMP	3	45,00
SMA/SMK	42	52,36
Diploma	8	51,12
Sarjana	43	54,79
Magister	4	60,50

Data di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecerdasan emosional terhadap pendidikan responden yaitu pada pendidikan SMP dan Magister. Lalu responden yang status pendidikannya Magister mendapatkan hasil *mean* paling tinggi yaitu 60,50. Sebaliknya, responden yang berstatus pendidikan SMP memiliki *mean* yang paling rendah yaitu 45,00. Hal ini berarti responden yang status pendidikannya adalah Magister atau S2 memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dibandingkan responden yang status pendidikannya SMP. Sedangkan responden yang status pendidikannya SMP memiliki kecerdasan emosional terendah.

d. Uji beda kecemasan dan kecerdasan emosional berdasarkan pengalaman keguguran.

Tabel 15
Hasil Uji Beda Keseluruhan Subjek Berdasarkan Pernah/Tidaknya Mengalami Keguguran Sebelumnya

Variabel	Pernah/Tidaknya Mengalami Keguguran Sebelumnya	Levene's Test	Sig	Keterangan
Kecemasan	Pernah mengalami keguguran sebelumnya	0,734	0,471	Tidak Ada Perbedaan
	Tidak mengalami keguguran sebelumnya			

Kecerdasan Emosional	Pernah mengalami keguguran sebelumnya	0,444	0,671	Tidak Ada Perbedaan
	Tidak mengalami keguguran sebelumnya			

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel kecemasan sebesar 0,471 ($p > 0,05$) sedangkan pada variabel kecerdasan emosional sebesar 0,671 ($p > 0,05$). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada kedua variabel jika ditinjau dari pernah atau tidak pernahnya mengalami keguguran.

e. Tingkat Mean pada Gejala Kecemasan

Peneliti melakukan uji *t-test* untuk mengetahui *mean* dari setiap gejala kecemasan. Berdasarkan hasil uji *t-test* tersebut didapatkan data sebagai berikut:

Tabel 16
Nilai *Mean* Gejala Kecemasan

Gejala	Mean	Std.deviation	Sig (2-tailed)
Fisik	220.17	27.831	0.000
Behavioral	228.67	23.855	0.000
Kognitif	185.33	33.980	0.000

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa gejala behavioral atau perilaku paling dominan dirasakan subjek ($M=228.67$, $p=0.000$), dibandingkan gejala kecemasan yang lain seperti fisik ($M=220.17$, $p=0.000$), kognitif ($M=185.33$, $p=0.000$).

f. Tingkat Mean pada Aspek Kecerdasan Emosional

Peneliti melakukan uji *t-test* untuk mengetahui *mean* dari setiap aspek kecerdasan emosional. Berdasarkan hasil uji *t-test* tersebut didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 17
Nilai *Mean* Aspek Kecerdasan Emosional

Aspek	Mean	Std.deviation	Sig (2-tailed)
Mengenali emosi diri	245.75	35.084	0.001

Mengelola emosi	281.50	13.772	0.000
Memotivasi diri sendiri	261.50	34.073	0.001
Mengenali emosi orang lain	279.75	16.581	0.000
Membina hubungan dengan orang lain	266.75	10.813	0.000

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek mengelola emosi paling dominan dirasakan subjek ($M=281.50$, $p=0.000$), dibandingkan aspek kecerdasan emosional yang lain seperti mengenali emosi diri ($M=245.75$, $p=0.001$), memotivasi diri sendiri ($M=261.50$, $p=0.001$), mengenali emosi orang lain ($M=279.75$, $p=0.000$) dan membina hubungan dengan orang lain ($M=266.75$, $p=0.000$).

DISKUSI

Subjek dalam penelitian ini adalah 100 ibu yang sedang hamil anak pertama di masa pandemi covid-19. Subjek dalam penelitian ini dideskripsikan berdasarkan usia ibu yang sedang hamil anak pertama, usia kehamilan, asal daerah, pendidikan, dan pernah/tidak pernahnya mengalami keguguran.

Pada penelitian ini, hasil analisis dari uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *pearson's product moment*. Berdasarkan hasil uji hipotesis pada kecemasan dan kecerdasan emosional pada pada ibu hamil anak pertama di masa pandemi covid-19 didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel kecemasan mempunyai hubungan yang signifikan dengan variabel kecerdasan emosional. Dengan demikian hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima.yaitu terdapat hubungan antara kecemasan dengan kecerdasan emosional pada ibu hamil anak pertama.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* mendapatkan nilai r sebesar -0,363. Nilai koefisien korelasi negatif menjelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel kecemasan dengan variabel kecerdasan emosional pada ibu hamil anak pertama di masa pandemi covid-19. Hal tersebut menunjukkan bahwa pola hubungan variabel kecerdasan emosional dengan kecemasan bersifat tidak searah. Apabila tingkat kecemasan individu tinggi, maka tingkat kecerdasan emosional individu akan rendah. Begitu juga sebaliknya, apabila tingkat kecemasan individu rendah, maka tingkat

kecerdasan emosional individu akan tinggi. Dengan begitu fenomena dalam penelitian ini terbukti.

Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan Shabani, Hassan, Ahmad & Baba (2010) menunjukkan korelasi antara kecerdasan emosional dengan kesehatan mental seperti kecemasan yang signifikan secara negatif menunjukkan bahwa individu dengan kecerdasan emosional rendah memiliki kecemasan yang tinggi. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Herfiantoro, Setyawati & Soekardi (2019) yang menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi dan individu yang memiliki kecerdasan emosional rendah terhadap tingkat kecemasan. Hal ini karena kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengelola dan mengendalikan kecemasan, ketegangan, harapan dan optimisme dalam menghadapi hambatan (Yousefi & Baharvand, 2017). Oleh karena itu, individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi mempengaruhi penurunan kecemasan dibandingkan individu dengan kecerdasan emosional yang rendah.

Peneliti kemudian mengkategorisasikan variabel kecemasan dan kecerdasan emosional menjadi dua kategori yaitu rendah dan tinggi. Pengelompokan ini dilakukan dengan tujuan untuk menempatkan subjek pada kelompok tertentu berdasarkan tingkat skor pada variabel kecemasan dan kecerdasan emosional. Pada kategori kecemasan dapat diketahui bahwa sebanyak 89 subjek (89%) berada pada kategori rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil tersebut menunjukkan subjek dengan tingkat kecemasan yang rendah lebih banyak dibandingkan dengan subjek dengan tingkat kecemasan yang tinggi. Selanjutnya, hasil kategorisasi yang dilakukan pada variabel kecerdasan emosional diketahui bahwa sebanyak 72 subjek (72%) berada dalam kategori kecerdasan emosional yang tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil tersebut menunjukkan subjek dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi lebih banyak dibandingkan dengan subjek dengan tingkat kecerdasan emosional yang rendah.

Goleman (2016) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang baik akan mampu bersikap tenang, tidak cemas, tidak khawatir dalam menghadapi sesuatu, serta akan memikirkan baik buruknya melakukan sesuatu. Akan tetapi, seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah akan lebih merasakan cemas karena ketidak mampuannya untuk mengontrol emosi dan tidak dapat mengamati situasi yang terjadi disekitarnya dengan baik. Hal ini berarti bahwa banyak ibu yang sedang hamil anak pertama memiliki kecerdasan emosional yang baik sehingga dapat mengatasi tingkat kecemasannya di masa pandemi covid-19. Peneliti menduga hal ini terjadi karena berbagai macam faktor yang mempengaruhi hasil dari data berbeda dengan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan peneliti diambil pada tanggal 3 November hingga 9 Januari 2022 dimana kasus covid-19 di Indonesia mengalami penurunan yang drastis terhadap kasus terkonfirmasi positif covid-19 yang dapat berpengaruh terhadap hasil penelitian peneliti. Tercatat kasus tertinggi covid-19 selama tahun 2021 pada 12 Juli yaitu mencapai 350.273 kasus terkonfirmasi positif covid-19 dan kasus terendah covid-19 pada 20 Desember yaitu 1.215 kasus terkonfirmasi covid-19 (WHO, 2022). Didukung dengan salah satunya yaitu tercapainya pemberian vaksin termasuk pada ibu hamil. Pemberian vaksin sudah dilakukan dengan vaksinasi dosis 1 sebanyak 92,25% penduduk, pemberian vaksinasi dosis 2 sebanyak 71,23% penduduk dan pemberian vaksinasi dosis 3 sebanyak 6,10% penduduk. Angka reproduksi virus sudah melambat di pulau-pulau besar di Indonesia dan angka laju penularan virus terus menurun (Anonim, 2022).

Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi hasil penelitian peneliti yaitu dukungan sosial baik dari keluarga, suami dan orang sekitar. Ibu hamil yang mengalami gejala-gejala covid-19 juga mendapatkan perawatan khusus spesialis dan diprioritaskan untuk menjalani tes. Semua ibu hamil dan bayi baru lahirnya, termasuk yang terkonfirmasi atau suspek COVID-19, berhak mendapatkan perawatan berkualitas tinggi sebelum, selama, dan sesudah persalinan, termasuk perawatan kesehatan jiwa (WHO, 2022). Dukungan suami seperti mengantar istri kontrol kehamilan, mencurahkan kasih sayang yang lebih besar dan memperhatikan kondisi istri selama kehamilan dapat memberikan dukungan positif terhadap suasana psikologis ibu hamil terutama untuk mengurangi kecemasan yang muncul dalam kehamilan pertamanya (Hidayatul & Alfaina, 2014).

Peneliti juga melakukan analisis tambahan yaitu uji beda pada 4 kategori terhadap variabel kecemasan dan kecerdasan emosional. Adapun analisis tambahan yang dilakukan peneliti yaitu usia ibu yang sedang hamil anak pertama, usia kehamilan, pendidikan dan pernah/tidak pernahnya mengalami keguguran. Namun, didapatkan nilai signifikansi $p > 0,05$ hampir di semua kategori kecuali pada kategori pendidikan tepatnya variabel kecerdasan emosional. Terdapat perbedaan dari hasil uji beda pada kategori pendidikan terhadap variabel kecerdasan emosional dimana nilai signifikansi nya 0,006 ($p < 0,05$). Peneliti melakukan analisis lanjutan terhadap variabel kecerdasan emosional berdasarkan pendidikan dengan melihat nilai rata-rata (*mean*).

Hasil dari analisis tersebut menunjukkan bahwa ibu hamil anak pertama yang pendidikan terakhir SMP memiliki perbedaan kecerdasan emosional dengan ibu hamil anak pertama yang pendidikan terakhirnya Magister dengan nilai signifikan 0,013. Ibu yang sedang hamil anak pertama dengan pendidikan SMP memiliki rata-rata (*mean*) lebih rendah yaitu 45,00 dibandingkan ibu yang sedang hamil anak pertama dengan pendidikan terakhir S2 dengan nilai *mean* 60,50. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Astutik (2018) bahwa semakin tinggi

pendidikan seseorang maka semakin tinggi tingkat pemahamannya sehingga semakin tinggi pula pengetahuannya. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Bloom (1956) bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah untuk menangkap informasi yang dibutuhkan, dengan kata lain tingkat pengetahuan akan semakin tinggi. Individu yang memiliki pengetahuan yang tinggi akan lebih mudah dalam memahami informasi dan memecahkan masalah dalam kehidupannya. Pengetahuan inilah yang digunakan oleh ibu hamil untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan pada ibu hamil anak pertama di masa pandemi covid-19.

Saran

Ibu yang sedang hamil anak pertama di masa pandemi covid-19 dengan latar belakang pendidikan SMP dapat meningkatkan kecerdasan emosional dengan menambah wawasan pengetahuan. Ibu bisa mengikuti kegiatan edukasi mengenai kehamilan pertama dan cara menjaga kesehatan terutama saat kondisi pandemi covid-19 lalu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Ibu dapat meningkatkan kecerdasan emosional dengan mengendalikan emosi yang dapat berdampak pada kesehatan mental. Ibu yang tidak bisa memahami emosinya dan tidak bisa mengatasi emosinya akan beresiko tidak mampu dalam membangun hubungan sehingga ibu merasa kesepian dan terisolasi. Ibu hamil dapat berbagi perasaan dan ketakutan agar merasa lega dan dapat mengenali emosi dirinya.

Tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi terkait kehamilan kepada ibu yang sedang hamil terutama hamil anak pertama. Ibu hamil anak pertama dengan latar belakang pendidikan SMP membutuhkan pemahaman lebih seputar kehamilan agar dapat menjaga kesehatan mentalnya tetap stabil. Tenaga kesehatan dapat memberikan kegiatan yang berfokus pada perilaku untuk mengurangi gejala kecemasan ibu hamil anak pertama seperti gerakan atau olahraga ringan untuk ibu.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas lingkup penelitian dengan mempertimbangkan variabel lain yang lebih luas yang mungkin berkontribusi dalam mempengaruhi kecemasan pada ibu yang sedang hamil anak

pertama. Kemudian, dapat menambah subjek penelitian yang lebih banyak dan memperluas sampel penelitian yang menyebar di seluruh provinsi di Indonesia secara merata agar dapat memperoleh nilai reliabilitas yang lebih tinggi. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbanyak aitem-aitem pertanyaan pada skala uji coba untuk menghindari banyaknya jumlah aitem yang gugur atau kurang dari target aitem. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menemukan cara untuk mendapatkan subjek dalam penyebaran skala penelitian agar lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abrar, A., Fairbrother, N., Smith, A.P., Skoll, A., & Albert, A.Y. (2019) Anxiety among women experiencing medically complicated pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *Birth*, 1-8. <https://doi.org/10.1111/birt.12443>.
- Alexis, E. C. (2020, Juli). Anxiety, depression increasing among mothers during the COVID-19 pandemic. *ABCnews*. Retrived from <https://abcnews.go.com/Health/anxiety-depression-increasing-mothers-covid-19-pandemic/story?id=71605965>. Tanggal 23 September 2021.
- Alizadeh Goradel, Jaber and Mowlaie, Mehri and Pouresmali, Asghar (2016) *The role of emotional intelligence, and positive and negative affect on the resilience of primiparous women*. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 18 (5). pp. 243-248.
- Amelia, D. 2011. Hubungan antara kematangan emosi dan persepsi terhadap dukungan sosial dari suami terhadap kecemasan kehamilan pertama. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Anonim. 2020. Threat Of Baby Boom Looms Amid Covid-19 Pandemonium. *BKKBN RI*. Retrived from <https://www.bkkbn.go.id/detailpost/threat-of-baby-boom-looms-amid-covid-19-pandemonium>. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2021.
- Anonim. 2020. Survei: 69 Persen Kehamilan Terjadi Secara Spontan Saat Pandemi. *JawaPos.com*. Retrived from <https://www.jawapos.com/kesehatan/29/09/2020/survei-69-persen-kehamilan-terjadi-secara-spontan-saat-pandemi/>. Diakses pada tanggal 29 Oktober 2021.

- Anonim. 2021. Sepi Peristiwa Nikah, KUA Ciawigebang Tak Terganggu Aturan PPKM Darurat. *Kemenag RI*. Retrived from <https://bimasislam.kemenag.go.id/post/berita/sepi-peristiwa-nikah-kua-ciawigebang-tak-terganggu-aturan-ppkm-darurat>. Diakses pada tanggal 24 September 2021.
- Anonim. 2021. Tingkatkan Penguatan Keselamatan Ibu dan Anak, Menkes Luncurkan 3 Langkah Baru. *Kemendes RI*. Retrived from <https://www.kemkes.go.id/article/view/21091900001/tingkatkan-penguatan-keselamatan-ibu-dan-anak-menkes-luncurkan-3-langkah-baru.html>. Diakses pada tanggal 23 September 2021.
- Anonim. 2022. Laju Penularan Covid-19 di Indonesia Melambat, Jumlah Positif Harian Mulai Menurun. *Liputan 6*. Retrived from <https://id.berita.yahoo.com/laju-penularan-covid-19-di-024121464.html>. Diakses pada tanggal 14 Maret 2022.
- APA (*American Psychological Association*). (2017). *Anxiety*. Diakses dari <http://www.apa.org/>. Tanggal 20 April 2021.
- Astutik, Novitasari, Anggraeni. (2018). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Ibu Preeklamsia Di RSUD Ibnu Sina Gresik. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. Vol.1(2) <https://scholar.google.co.id>. Diakses pada tanggal 12 Januari 2022
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. R. (1991). *Pengantar psikologi*. Edisi Kedelapan. Jilid 2. Alih Bahasa: Widjaja Kusuma. Jakarta: PT. Erlangga.
- Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bar-on, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema 2006*. Vol. 18, suppl., pp. 13-25.
- Baskara, A., Soetjipto, H. P., & Atamini, N. (2008). Kecerdasan emosional ditinjau dari keikutsertaan dalam program meditasi. *Jurnal Psikologi*, 35, 101-115.
- Bloom, B. S. (Ed.) (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals. Handbook I: Cognitive Domain* New York: McKay.

- Casmini, (2007). *Emotional Parenting: Dasar-Dasar Pengasuhan Kecerdasan emosional Anak*. Yogyakarta : Pilar Media.
- Chaplin. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Grafindo.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Damayanti, Yohana Nely (2005) *Hubungan kecerdasan emosional dengan kecemasan ibu hamil anak pertama*. Skripsi thesis, Sanata Dharma University.
- Dewi, T., & Febriana, V. (2018). *hubungan antara kemandirian diri (self efficacy) dan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan* (Doctoral dissertation, Unika Soegijapranata Semarang).
- Diani, L.P. & Susilawati, L.K. (2013). Pengaruh Dukungan Suami terhadap Istri yang Mengalami Kecemasan pada Kehamilan Trimester Ketiga di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 1-11.
- Dixon, T. (2012). *Understanding Anxiety Problems*. Help-for www.help-for.com. ISBN 978-0-9558136-1-0.
- Doyle, N. A., Davis, R. E., Quadri, S. S. A., Mann, J. R., Sharma, M., Wardrop, R. M., & Nahar, V. K. (2021). Associations between stress, anxiety, depression, and emotional intelligence among osteopathic medical students. *Journal of Osteopathic Medicine*, 121(2), 125-133.
- Feist, J & Feist, J. G. (2010). *Teori Kepribadian*, Edisi 7. Jakarta:Salemba Humanika.
- Fernandez-Berrocal, P., Alcaide, R., Extremera, N., y Pizarro, D. (2006). *The Role of Emotional Intelligence in Anxiety and Depression among Adolescents*. *Individual Differences Research Journal*, 4(1), 16-27.
- Goleman, D. (1996). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. London: Blommsbury.
- Goleman, D. (2009). *Working with Emotional Intelligence*. New York. Bantam Dell.

- Goleman, Daniel (2016). *Emotional Intelligence : Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (2005). *Kecerdasan emosional untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hawari, H. D. (2013) *Manajemen Stress Cemas Dan Depresi*. Jakarta: FK UI
- Helmy, H., y, S.E., & Ahmed, S. (2020). *Fear and Anxiety Impacts of the Covid-19 among Primigravida versus Multigravida Pregnant Women*. Semantic Scholar. DOI:[10.21608/asnj.2020.48962.1070](https://doi.org/10.21608/asnj.2020.48962.1070)
- Herfiantoro, A., Setyawati, H., & Soekardi, S. (2019). The effect of imagery exercises and emotional quotient on the athletes' anxiety level. *Journal of Physical Education and Sports*, 8(2), 153-159.
- Hidayah. 2020. *apa-ibu-hamil-lebih-rentan-terinfeksi-covid-19-dan-cara-mencegahnya* @www.tirto.id.(n.d.). <https://tirto.id/apa-ibu-hamil-lebih-rentan-terinfeksi-covid-19-dan-cara-mencegahnya-gibf>. Diakses pada tanggal 17 September 2021.
- Hidayatul, K. & Alfaina, W. (2014). Perbandingan tingkat kecemasan primigravida dan multigravida dalam menghadapi persalinan di wilayah kerja puskesmas wirobrajan. *Mutiara Medika*, 14(1), 100-105.
- Hijriyati, N. (2021). *Hubungan kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan kecemasan pada pekerja dalam menghadapi pandemi covid-19* (Doctoral dissertation, Uin Sunan Ampel Surabaya).
- Hurlock, Elizabeth B. (1953). *Developmental psychology /Elizabeth B. Hurlock*. New York :: McGraw-Hill Book,.
- Hurlock. (2006). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan edisi kelima* (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Hutagalung, I. (2014). Pengaruh Kecerdasan emosional, Komunikasi Interpersonal , Komitmen Organisasi Terhadap Manajemen Stres Kerja. *Jurnal Interaksi*, 3(2), 103–111.

- Ibrahim, A. S. (2012). *Panik Neurosis dan Gangguan Cemas*. Tangerang: Jelajah Nusa.
- Kantola, P., Polo, P., Aukia, L., Karlsson, H., Karlsson, L., & Paavonen, E.J. (2016). *Sleep quality during pregnancy: Associations with depressive and anxiety symptoms*. doi: 10.1111/aogs.13056
- Larasati, I. P., & Wibowo, A. (2012). Pengaruh Keikutsertaan Senam Hamil Terhadap Kecemasan Primigravida Trimester Ketiga Dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 1(1), 26-32.
- Maimunah, S. (2009). Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Pertama. *Humanity*, 5(1), 61-67.
- Martalisa, W., & Budisetyani, W. (2013). Hubungan intensitas keikutsertaan hypnobirthing dengan tingkat kecemasan ibu hamil di Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 116-128.
- Martinez-Monteaudo, M., Ingles, C.J., Granados, L., Aparisi, D., Garcia-Fernandez, J.M. (2019). *Trait emotional intelligence profiles, burnout, anxiety, depression, and stress in secondary education teachers*. Elsevier Journal. doi.org/10.1016/j.paid.2019.01.036
- Maryam, E. W., & Yeni, Y. (2017). Kematangan Emosi dan Tingkat Kecemasan Persalinan Pertama Usia 17-21 Tahun di Kecamatan Candi Sidoarjo. *PSIKOLOGIA: Jurnal Psikologi*, 1(1), 22-52.
- Mega, D. P. (2020, Agustus). BKKBN: Jumlah Orang Menikah Per Tahun diatas 2 Juta. *Kompas.com*. retrived from <https://nasional.kompas.com/read/2020/08/25/18353881/bkkbn-jumlah-orang-menikah-per-tahun-di-atas-2-juta>. Tanggal 25 Agustus 2021.
- Moyer, C. A., Compton, S. D., Kaselitz, E., & Muzik, M. (2020). Pregnancy-related anxiety during COVID-19: a nationwide survey of 2740 pregnant women. *Archives of women's mental health*, 23(6), 757-765. <https://doi.org/10.1007/s00737-020-01073-5>.
- Nasab, M. B., Bahmaei, H., Askari, S., & Ghanbari, S. (2020). The Relationship between Health Anxiety and Prenatal Distress with Choosing the Type of

Childbirth in Pregnant Women during Covid-19 Outbreaks in Iran. *Research Square*, 1-16. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-47448/v1>.

National Association for Mental Health. (2015). *Understanding Anxiety and Panic Attacks*. London: Mind.

Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Erlangga.

Nowacka, U., Kozłowski, S., Januszewski, M., Sierdzinski, J., Jakimiuk, A., Issat, T. (2021). COVID-19 Pandemic-Related Anxiety in Pregnant Women. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 7221. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147221>.

Nugraheny, D. E. (2020, Juni). Kasus Covid-19 Indonesia Tertinggi di Asia Tenggara, Pemerintah: Patuhi Protokol Kesehatan!. *Kompas.com*. retrived from <https://nasional.kompas.com/read/2020/06/19/08043611/kasus-covid-19-indonesia-tertinggi-di-asia-tenggara-pemerintah-patuhi>. Tanggal 25 Agustus 2021.

Nuraini, D. E. (2013). Kecerdasan emosional dan kecemasan menghadapi pensiun pada pns. *E-journal Psikologi*, 1, 3, 324-331.

Papalia, D., Olds, S., Feldman, R. D. (2009). *Human development 11th edition*. New York: McGraw-Hill Education.

Perwitasari, N. H. (2021, Juli). Apa Ibu Hamil Lebih Rentan Terinfeksi COVID-19 dan Cara Mencegahnya. *Tirto.id*. Retrived from <https://tirto.id/apa-ibu-hamil-lebih-rentan-terinfeksi-covid-19-dan-cara-mencegahnya-gibf>. Tanggal 25 Agustus 2021.

Pitt, B. (1986). *Kehamilan & Persalinan*. Jakarta: Arcan.

Schetter, C.D., Niles, A.N., Guardino, C.M., Khaled, M., & Kramer, M.S. (2016). Demographic, Medical, and Psychosocial Predictors of Pregnancy Anxiety. *Paediatric and Perinatal Epidemiology*. Department of Psychology, University of California, Los Angeles, CA. doi: 10.1111/ppe.12300

- Shabani, J., Hassan, S. A., Ahmad, A., & Baba, M. (2010). Exploring the relationship of emotional intelligence with mental health among early adolescents. *International Journal of Psychological Studies*, 2(2), 209.
- Shodiqoh, R. E. & Syahrul, F. (2014). Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Antara Primigravida dan Multigravida. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 2(1), 141-150.
- Spielberger, C. D., and Saranson, I. S. G. (1982). *Stress and anxiety volume 8*. London: Hemisphere Publishing Corporation.
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Tenth Edition. China:Elsevier.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Townsend, M. C. (2011). *Nursing Diagnoses in Psychiatric Nursing*. Eighth Edition. America:F.A. Davis Company.
- Viebeck, S. I. (2012). *Psychiatric-mental health nursing*. 5th edition. Lippincott Williams & Wilkins: Philadelphia.
- WHO (*World Health Organization*). (2021). *Coronavirus*. Diakses dari <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>. Tanggal 25 Agustus 2021.
- WHO (*World Health Organization*). (2021). *The current COVID-19 situation*. Diakses dari <https://www.who.int/countri>. Tanggal 25 Agustus 2021.
- WHO (*World Health Organization*). (2021). *38th WHO Regulatory Update on COVID-19*. Diakses dari <https://www.who.int/publications/m/item/38th-who-regulatory-update-on-covid-19>. Tanggal 28 Oktober 2021.
- Widhiarso, W. (2010). Uji linearitas hubungan. (Manuskrip tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta.
- Yousefi, F., & Baharyvand Ahmadi, S. (2017). The Relationship between the Emotional Quotient and Emotional Maturity in Students of Kurdistan University of Medical Sciences. *Journal of Human Environment and Health Promotion*, 2(2),96-104.