

# PERAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN KECERDASAN INTELEKTUAL TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SISWA SMP DI KABUPATEN TRENGGALEK PADA MASA PANDEMI COVID-19

Syafira Putri Ramadhani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang

Email: [firaramadhani82@gmail.com](mailto:firaramadhani82@gmail.com)

**Abstrak:** Siswa dalam mengikuti proses pembelajaran seharusnya tidak mengalami stres akademik. Seharusnya mereka mengikuti proses pembelajaran dengan bahagia, menyenangkan dan tanpa paksaan. Stres akademik menurut Lal (2014) merupakan mental distress yang berkaitan dengan faktor akademik ataupun ketidaksadaran terhadap kemungkinan gagal di bidang akademik karena siswa menghadapi banyak tuntutan seperti: ujian sekolah, menjawab pertanyaan guru di kelas, menunjukkan perkembangan pembelajaran di sekolah, tuntutan paham dengan apa yang disampaikan guru selama belajar-mengajar, persaingan prestasi dengan rekan sekelas, serta pemenuhan harapan-harapan dari orang tua juga guru dalam akademik. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual memprediksi stres akademik di Kabupaten Trenggalek pada siswa SMP pada masa Pandemi Covid-19. Siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual yang tinggi memiliki tingkat stres akademik yang rendah begitupun sebaliknya siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual yang rendah memiliki tingkat stres akademik yang tinggi.

**Katakunci:** Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Intelektual, Stres Akademik

## PENDAHULUAN

Pandemi covid-19 mengakibatkan adanya perubahan tatanan sosial di negara Indonesia. Salah satu perubahan tatanan sosial adalah perubahan dalam sistem pembelajaran di sekolah yang berdampak kepada terganggunya aktivitas pembelajaran, terganggunya motivasi berprestasi, dan interaksi pembelajaran menjadi tidak optimal (Agustin dkk, 2020). Sehingga pembelajaran di sekolah menjadi kurang kondusif. Lebih lanjut Agustin dkk, (2020) menyatakan sistem pembelajaran di sekolah hendaknya berjalan secara kondusif yakni kegiatan yang membentuk suasana interaksi yang menyenangkan, mendorong anak untuk mencoba, terjadi dialog tanpa batas, dan anak didik mendapatkan kesempatan yang luas untuk mengekspresikan diri dalam melejitkan potensi diri yang mereka miliki.

Jika dilihat dari tahap perkembangannya, siswa SMP yang berusia 13-15 tahun sudah mulai menginjak usia remaja, dimana pada masa ini otak berubah selama masa remaja, tetapi studi tentang perkembangan otak remaja masih dalam tahap awal. Pada tahap awal ini otak remaja mengalami perubahan struktur yang signifikan dimana serat optik menghubungkan hemisfer otak sebelah kiri dengan sebelah kanan semakin tebal pada masa remaja sehingga meningkatkan kemampuan remaja dalam memproses informasi (Santrock, 2012).

Siswa dalam mengikuti proses pembelajaran seharusnya tidak mengalami stres akademik. Seharusnya mereka mengikuti proses pembelajaran dengan bahagia, menyenangkan dan tanpa paksaan. Stres akademik menurut Lal (2014) merupakan mental distress yang berkaitan dengan faktor akademik ataupun ketidaksadaran terhadap kemungkinan gagal di bidang akademik karena siswa menghadapi banyak tuntutan seperti: ujian sekolah, menjawab pertanyaan guru di kelas, menunjukkan perkembangan pembelajaran di sekolah, tuntutan paham dengan apa yang disampaikan guru selama belajar-mengajar, persaingan prestasi dengan rekan sekelas, serta pemenuhan harapan-harapan dari orang tua juga guru dalam akademik. Oleh karena itu siswa diharapkan

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

dapat menekan beberapa faktor di atas yang dapat menyebabkan stres akademik. Tetapi kenyataannya pada masa pandemi seperti ini yang mengharuskan para siswa belajar dengan sistem daring membuat siswa sulit memahami pelajaran yang diberikan guru belum lagi banyaknya tugas yang harus mereka selesaikan hal ini membuat banyak siswa merasa stres belum lagi membuat mata para siswa merasa lelah karena harus melihat monitor HP/Laptop seharian penuh. Hal ini peneliti dapatkan dari hasil pengamatan dan wawancara dengan siswa dan guru.

Pendapat lain tentang stres akademik menurut Ben-zur & Zeidner (2012:713) mengacu pada tuntutan lingkungan dan tantangan dalam pendidikan, seperti adanya tugas-tugas, ujian, hubungan sosial. Hal tersebut dapat menjadi beban, tantangan, sekaligus menuntut siswa untuk melakukan coping terhadap stres yang diluar batas kemampuannya. Gadzella (2005) menggambarkan stress akademik sebagai persepsi seseorang terhadap *stressor* akademik dan bagaimana reaksi mereka terhadap *stressor* tersebut yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif. Menurut Lal (2014) stres akademik merupakan *mental distress* yang berkaitan dengan faktor akademik ataupun ketidaksadaran terhadap kemungkinan gagal di bidang akademik karena siswa menghadapi banyak tuntutan seperti ujian sekolah, menjawab pertanyaan guru di kelas, menunjukkan perkembangan pembelajaran di sekolah, tuntutan paham dengan apa yang disampaikan guru selama belajar-mengajar, persaingan prestasi dengan rekan sekelas, serta pemenuhan harapan-harapan dari orang tua juga guru dalam akademik.

Dari paparan di atas, yang dimaksud stres akademik adalah *mental distress* yang berkaitan dengan faktor akademik ataupun ketidaksadaran terhadap kemungkinan gagal di bidang akademik karena siswa menghadapi banyak tuntutan seperti ujian sekolah, menjawab pertanyaan guru di kelas, menunjukkan perkembangan pembelajaran di sekolah, tuntutan paham dengan apa yang disampaikan guru selama belajar-mengajar, persaingan prestasi dengan rekan sekelas, serta pemenuhan harapan-harapan dari orang tua juga guru dalam akademik.

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada rentang usia perkembangan remaja awal yang pada perkembangan tersebut mereka rentan mengalami berbagai macam transisi dari berbagai aspek dalam kehidupan. Menurut Aryani (2016) menjelaskan remaja lebih sulit mencari solusi ketika mengalami stres daripada orang dewasa. Alasannya adalah orang dewasa mencari pemecahan masalah pada saat *stressor* menyerang seperti mengikuti kegiatan seminar, melakukan liburan, ataupun berkonsultasi dengan psikolog atau para tenaga profesional. Sedangkan remaja lebih rentan mengalami penyakit yang menyerang fisik, depresi, hingga dapat memicu bunuh diri karena tidak mengerti tindakan apa yang harus diambil ketika stres melanda.

Siswa SMP banyak mengalami stres akademik saat menghadapi pembelajaran melalui daring akibat Covid-19. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wardah dkk (2020), menunjukkan hampir setengahnya berada dalam kategori rendah dengan persentase 47,2%, selanjutnya terdapat sebagian kecil siswa yang mengalami stres pada tingkat yang sangat tinggi sebesar 0,8%, dan pada tingkat yang tinggi sebesar 6,9%. Pada tingkat sedang sebesar 25,9% dan sangat rendah sebesar 19,2%. Artinya, tingkat stres siswa SMP Negeri di Kota Banda Aceh rata-rata berada pada kategori sedang.

Dalam penelitian ini stres akademik diprediksi berkaitan dengan kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual. Kecerdasan emosional menurut Goleman (2015) menyatakan bahwa yang dimaksud dengan kecerdasan emosi adalah termasuk dalam kemampuan mengontrol diri, memacu diri agar tetap tekun, dan dapat

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

memotivasi diri sendiri. Kecerdasan emosional adalah kemampuan pengendalian diri, semangat dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri. Dengan demikian, yang disebut dengan kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol dan mengendalikan diri, tekun dan mampu untuk memotivasi diri.

Pada tahun 1997, Bar-On mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai “*an array of noncognitive capabilities, competencies, and skills that influence one’s ability to succeed in coping with environmental demands and pressures*”. Bar On (2006) kemudian mendefinisikan ulang kecerdasan emosi sebagai “*a cross-section of interrelated emotional and social competencies, skills and facilitators that determine how effectively we understand and express our selves, understand others and relate with them, and cope with daily demands*”. Dari pengertian tersebut Bar-On mengarah kepada bagaimana kecerdasan emosi berhubungan dengan fungsi emosional dan sosial dari perilaku.

Menurut Robbins (2017) kecerdasan Intelektual adalah kemampuan yang dibutuhkan untuk melakukan berbagai aktivitas mental berpikir, menalar dan memecahkan masalah. Intelegensi lebih difokuskan kepada kemampuannya dalam berfikir. Selain itu, Hardjana (2002) menegaskan bahwa terdapat empat aspek stres akademik yakni fisik, emosional, intelektual, dan interpersonal. Itu membuktikan bahwa kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual berhubungan dengan stres akademik. Kecerdasan intelektual umumnya disebut dengan intelegensi. Hal ini sejalan dengan pendapat Raymond Cattell (1973) menyatakan bahwa intelegensi terdiri dari dua faktor yaitu, *fluid intelligence* dan *crystallized intelligence*. *Fluid intelligence* adalah intelegensi bawaan, sebagian non-verbal dan tidak terpengaruhi oleh budaya sebagai bagian dari efisiensi mental. Intelegensi berupa pengetahuan umum mengenai dunia, makna kata, aritmatika, dan bergantung pada pengalaman dan sekolah. *Crystallized intelligence* sangat bergantung pada budaya dan digunakan untuk melakukan tugas-tugas yang perlu dipelajari atau respon kebiasaan, melakukan hubungan dan memahami keterkaitan konsep dari peristiwa yang baru saja ditemui, beradaptasi terhadap situasi baru dan menerima pengetahuan dengan mudah.

Selanjutnya Menurut Wechsler dalam Winarno (2001) intelegensi adalah kemampuan untuk bertindak secara terarah, berfikir secara rasional, dan menghadapi lingkungannya secara efektif secara garis besar dapat disimpulkan bahwa intelegensi adalah suatu kemampuan mental yang melibatkan proses berpikir secara rasional. Kecerdasan intelektual adalah kemampuan intelektual, analisis logika dan rasio yang merupakan kecerdasan untuk menerima, menyimpan dalih, mengolah informasi menjadi nyata. Selanjutnya Robbins (2017) mengatakan definisi intelegensi adalah kemampuan kognitif yang dimiliki individu untuk menyesuaikan diri secara efektif pada lingkungan yang kompleks dan selalu berubah. Dengan demikian yang disebut dengan kecerdasan intelektual adalah kemampuan kognitif seseorang dalam berfikir untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Dari pernyataan di atas ada peran kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual terhadap stres akademik. Semakin rendah tingkat stres akademiknya semakin tinggi tingkat kecerdasan emosionalnya maupun tingkat kecerdasan intelektualnya. Sebaliknya semakin tinggi tingkat stres akademiknya semakin rendah tingkat kecerdasan emosional dan tingkat kecerdasan intelektualnya. Dari dugaan tersebut peneliti berusaha melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Kecerdasan

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Emosional dan Kecerdasan Intelektual dengan Stres Akademik pada Masa Pandemi Covid-19.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran objektif tentang (1) peran kecerdasan emosional terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa pandemi Covid-19, (2) peran kecerdasan intelektual terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa pandemi Covid-19, (3) peran kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa pandemi Covid-19.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah (1) ada peran kecerdasan emosional terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa pandemi Covid-19, (2) ada peran kecerdasan intelektual terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa pandemi Covid-19, (3) ada peran kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa pandemi Covid-19.

Penelitian sebelumnya tentang kecerdasan emosional dengan stres akademik diantaranya dilakukan oleh Rahmawati (2015), Kartika (2015) Fetescu (2017) Gobel (2018) dan Purwiantomo & Rusmawati (2020) sedangkan penelitian tentang kecerdasan intelektual dengan stres akademik dilakukan oleh fetescu (2017).

Dari beberapa penelitian di atas, penelitian memfokuskan pada dua variabel yakni pada hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres akademik, dan hubungan antara kecerdasan intelektual dengan stres akademik. Sedangkan pada penelitian ini peneliti meneliti tiga variabel yakni peran kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual terhadap stres akademik. Dengan demikian penelitian yang peneliti lakukan dengan judul *Peran Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Intelektual terhadap Stres Akademik Pada Masa Pandemi Covid-19* merupakan kebaruan penelitian.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Trenggalek pada siswa SMP Global dan SMP Islam Al Ma'rifah Darunnajah. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan regresi dengan tujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual dengan stres akademik. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung dengan memperhatikan protokol kesehatan yang disebarkan kepada siswa kelas 7,8 dan 9. Subjek penelitian ini adalah 102 siswa SMP. Mayoritas subjek adalah siswa laki-laki berjumlah 52 orang dan 50 siswa laki-laki.

Penelitian ini menggunakan tiga instrumen yaitu skala stres akademik dari *Gadzella's Student-Life Stress Inventory (1991)* yang diadaptasi oleh Azahra (2017), skala kecerdasan emosional dari *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i) Bar-On* yang diadaptasi oleh Isnanto (2014), dan kecerdasan intelektual menggunakan Tes CFIT.

Pada skala stres akademik ini menggunakan skala likert. Kriteria penilaian dari pernyataan tersebut memiliki 4 alternatif jawaban, yaitu untuk pernyataan positif (*favorable*) mempunyai nilai dengan pernyataan selalu diberikan nilai 4, sering diberikan nilai 3, jarang diberikan nilai 2, dan tidak pernah diberikan nilai 1, sedangkan kriteria penilaian untuk pernyataan negatif (*unfavorable*) mempunyai nilai selalu diberikan nilai 1, sering diberikan nilai 2, jarang diberikan nilai 3, dan tidak pernah diberikan nilai 4. Jumlah item yang digunakan peneliti yaitu terdiri dari 24 item skala

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

stres akademik. Skala stres akademik terdiri dari sembilan kategori, yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku, dan penilaian kognitif. Skala ini perlu uji CFA dan reliabilitas kembali karena belum ada bukti untuk validitas dan reliabilitasnya.

Pada skala kecerdasan emosional ini menggunakan skala likert. Kriteria penilaian dari pernyataan tersebut memiliki 4 alternatif jawaban, yaitu untuk pernyataan pernyataan positif (*favorable*) mempunyai nilai dengan pernyataan sangat setuju (SS) diberikan nilai 4, setuju (S) diberikan nilai 3, tidak setuju (TS) diberikan nilai 2, dan sangat tidak setuju (STS) diberikan nilai 1, sedangkan kriteria penilaian untuk pernyataan negatif (*unfavorable*) mempunyai nilai sangat setuju (SS) diberikan nilai 1, setuju (S) diberikan nilai 2, tidak setuju (TS) diberikan nilai 3, dan sangat tidak setuju (STS) diberikan nilai 4. Jumlah item yang digunakan peneliti yaitu terdiri dari 33 item skala kecerdasan emosional. Alat ukur berbentuk kuesioner yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala kecerdasan emosional yang diadaptasi oleh Isnanto (2014). Skala kecerdasan emosional terdiri dari 5 aspek yaitu intrapersonal, interpersonal, penyesuaian diri, penanganan stres, dan suasana hati. Skala ini perlu uji CFA dan reliabilitas kembali karena belum ada bukti untuk validitas dan reliabilitasnya.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur taraf kecerdasan intelektual menggunakan tes inteligensi yang bertujuan untuk mengukur tingkat kecerdasan seseorang. Pada penelitian ini menggunakan tes CFIT. Aspek yang diukur adalah kemampuan intelektual umum (*fluid intelligence ability*). Dasar teori yang digunakan adalah *fluid intelligence and crystallized intelligence* dari Raymond B. Cattell. Tes ini digunakan untuk anak SD usia 8 tahun hingga remaja usia 14 tahun, dan orang dewasa yang dianggap memiliki gangguan. Dengan jumlah soal yang terdiri dari 46 soal *nonverbal* (gambar) berformat pilihan ganda, yang terbagi ke dalam empat subtes. Dengan waktu pengerjaan total 12,5 menit dimana pada setiap subtes memiliki waktu pengerjaan sendiri. Untuk menjamin validitas perolehan data IQ, diperlukan bantuan konsultan psikolog. Oleh karena itu, peneliti bekerja sama dengan Rumah Psikologi Trenggalek dengan menggunakan tes IQ CFIT.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini yakni regresi ganda yang bertujuan untuk mengetahui peran atau sumbangan dua variabel atau lebih. Seluruh data menggunakan program SPSS 16.0.0.

## HASIL PENELITIAN

### Deskripsi Subjek

Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah semua siswa SMP di Kabupaten Trenggalek. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 22.238 siswa (Dapodik, 2021). Karakteristik populasi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut (1) Siswa yang masih menempuh pendidikan di SMP Negeri dan Swasta di wilayah Kabupaten Trenggalek, (2) Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Dari populasi tersebut diambil sampel siswa dari dua SMP yakni SMP Islam Al Ma'rifah Darunnajah dan SMP Global sejumlah 102 siswa. Alasan peneliti mengambil sampel dari dua SMP ini karena situasi di masa pandemi yang mengizinkan untuk mengambil data secara tatap muka adalah kedua SMP tersebut.

### Hasil Analisis Deskriptif

Hasil analisis deskriptif menunjukkan statistik deskriptif variabel penelitian yang meliputi nilai minimum, maksimum, rata-rata (mean), dan standar deviasi.

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Variabel stres akademik (Y) yang terdiri dari 102 data memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 53,6863 dan standar deviasi sebesar 9,18779. Nilai minimum sebesar 36,00 sebagai nilai terendah dan nilai maksimum sebesar 76,00 sebagai nilai tertinggi. Simpangan data variabel stres akademik (Y) ini dikatakan relatif baik karena memiliki nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata (mean).

Variabel kecerdasan emosional (X1) yang terdiri dari 102 data memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 91,4314 dan standar deviasi sebesar 11,7444. Nilai minimum sebesar 44,00 sebagai nilai terendah dan nilai maksimum sebesar 121,00 sebagai nilai tertinggi. Simpangan data variabel kecerdasan emosional (X1) ini dikatakan relatif baik karena memiliki nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata atau mean.

Variabel kecerdasan intelektual (X2) yang terdiri dari 102 data memiliki nilai rata-rata atau mean sebesar 97,6569 dan standar deviasi sebesar 15,28832. Nilai minimum sebesar 68,00 sebagai nilai terendah dan nilai maksimum sebesar 146,00 sebagai nilai tertinggi. Simpangan data variabel kecerdasan intelektual (X2) ini dikatakan relatif baik karena memiliki nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata atau mean.

**Tabel 1. Statistika deskriptif variabel penelitian**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Stres Akademik	102	36.00	76.00	53.6863	9.18779
Kecerdasan Emosional	102	44.00	121.00	91.4314	11.74440
Kecerdasan Intelektual	102	68.00	146.00	97.6569	15.28832
Valid N (listwise)	102				

Berdasarkan nilai rata-rata dan standar deviasi masing-masing variabel penelitian yang terlihat pada

Tabel 1 di atas, maka didapatkan klasifikasi tinggi rendahnya ketiga variabel sebagai berikut

**Tabel 2. Klasifikasi Variabel Stres Akademik**

Interval	Klasifikasi	Jumlah	Persentase
$67,47 < X$	Sangat Tinggi	10	9,80%
$58,28 < X \leq 67,47$	Tinggi	22	21,57%
$49,09 < X \leq 58,28$	Sedang	37	36,27%
$39,90 < X \leq 49,09$	Rendah	25	24,51%
$X \leq 39,90$	Sangat Rendah	8	7,84%

Berdasarkan Tabel 2 di atas, dapat dilihat bahwa responden/siswa yang memiliki stres akademik sangat tinggi sebanyak 10 orang (9,80%), tinggi sebanyak 22 orang (21,57%), sedang sebanyak 37 orang (36,27%),

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

rendah sebanyak 25 orang (24,51%) dan sangat rendah sebanyak 8 orang (7,84%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden/siswa memiliki stres akademik pada tingkatan sedang.

**Tabel 3 Klasifikasi Variabel Kecerdasan Emosional**

Interval	Klasifikasi	Jumlah	Persentase
$109,05 < X$	Sangat Tinggi	7	6,86%
$97,30 < X \leq 109,05$	Tinggi	22	21,57%
$85,56 < X \leq 97,30$	Sedang	47	46,08%
$73,81 < X \leq 85,56$	Rendah	19	18,63%
$X \leq 73,81$	Sangat Rendah	7	6,86%

Berdasarkan Tabel 3 di atas, dapat dilihat bahwa responden/siswa yang memiliki kecerdasan emosional sangat tinggi sebanyak 7 orang (6,86%), tinggi sebanyak 22 orang (21,57%), sedang sebanyak 47 orang (46,08%), rendah sebanyak 19 orang (18,63%) dan sangat rendah sebanyak 7 orang (6,86%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden/siswa memiliki kecerdasan emosional pada tingkatan sedang.

**Tabel 4 Klasifikasi Variabel Kecerdasan Intelektual**

Interval	Klasifikasi	Jumlah	Persentase
$120,59 < X$	Sangat Tinggi	9	8,82
$105,30 < X \leq 120,59$	Tinggi	18	17,65
$90,01 < X \leq 105,30$	Sedang	43	42,16
$74,72 < X \leq 90,01$	Rendah	25	24,51
$X \leq 74,72$	Sangat Rendah	7	6,86

Berdasarkan Tabel 4 di atas, dapat dilihat bahwa responden/siswa yang memiliki kecerdasan intelektual sangat tinggi sebanyak 9 orang (8,82%), tinggi sebanyak 18 orang (17,65%), sedang sebanyak 43 orang (42,16%), rendah sebanyak 25 orang (24,51%) dan sangat rendah sebanyak 7 orang (6,86%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden/siswa memiliki kecerdasan intelektual pada tingkatan sedang.

#### Hasil Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi ganda, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas, dan uji linieritas. Uji normalitas menggunakan analisis kolmogorov-smirnov dengan nilai signifikansi  $> 0,05$ . Hasil uji normalitas data dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Statistic	df	Sig.
Stres Akademik	.046	102	.200*
Kecerdasan Emosional	.060	102	.200*
Kecerdasan Intelektual	.069	102	.200*

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Hasil uji normalitas variabel stres akademik (Y) sebesar 0,200, kecerdasan emosional (X1) sebesar 0,200, dan kecerdasan intelektual (X2) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200. Hal ini berarti bahwa data pada variabel penelitian ini memenuhi asumsi normalitas atau berdistribusi secara normal, karena memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ . yang berarti data variabel stres akademik, kecerdasan emosional, dan kecerdasan intelektual berdistribusi normal.

**Tabel 3. Hasil Uji Linieritas antara Kecerdasan Emosional (X1) dengan Stres Akademik (Y)**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres Akademik *Kecerdasan Emosional	Between Groups	(Combined) Linearity	5503.893	41	134.241	2.665	.000
		Deviation from Linearity	2372.637	1	2372.637	47.106	.000
		Within Groups	3131.256	40	78.281	1.554	.060
		Total	3022.067	60	50.368		
			8525.961	101			

Hasil uji linieritas antara kecerdasan emosional dengan stres akademik, didapatkan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 1,554 dengan nilai probabilitas (Sig.) sebesar 0,060. Diketahui nilai  $F_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$  pada derajat bebas 1 (db1) = 1 dan derajat bebas 2 (db2) = 40 adalah sebesar 4,085. Karena nilai  $F_{hitung}$  (1,554)  $< F_{tabel}$  (4,085) dan nilai probabilitas (0,060)  $> 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel kecerdasan emosional (X1) dengan variabel stres akademik (Y).

**Tabel 4. Hasil Uji Linieritas antara Kecerdasan Intelektual (X2) dengan Stres Akademik (Y)**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres Akademik *Kecerdasan Intelektual	Between Groups	(Combined) Linearity	5579.520	40	139.488	2.888	.000
		Deviation from Linearity	3684.244	1	3684.244	76.275	.000
		Within Groups	1895.276	39	48.597	1.006	.483
		Total	2946.440	61	48.302		
			8525.961	101			

Hasil uji linieritas antara kecerdasan intelektual dengan stres akademik, didapatkan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 1,006 dengan nilai probabilitas (Sig.) sebesar 0,483. Diketahui nilai  $F_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$  pada derajat bebas 1 (db1) = 1 dan derajat bebas 2 (db2) = 39 adalah sebesar 4,091. Karena nilai  $F_{hitung}$  (1,006)  $< F_{tabel}$  (4,091) dan nilai

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



probabilitas (0,483) > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel kecerdasan intelektual (X2) dengan variabel stres akademik (Y).

### Hasil Uji Hipotesis

**Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	113.492	5.497		20.646	.000
	Kecerdasan Emosional	-.297	.054	-.380	-5.526	.000
	Kecerdasan Intelektual	-.334	.041	-.556	-8.101	.000

Hasil uji koefisien regresi, variabel kecerdasan emosional memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,297 dan bernilai negatif. Sedangkan berdasarkan uji t, variabel ini memiliki nilai  $t_{hitung} (-5,526) < -t_{tabel} (-1,984)$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama (H1) yang menyatakan ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa Pandemi Covid-19, dapat diterima. Dan hasil uji koefisien regresi, variabel kecerdasan intelektual memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,334 dan bernilai negatif. Sedangkan berdasarkan uji t, variabel ini memiliki nilai  $t_{hitung} (-10,154) < t_{tabel} (-1,984)$  dan nilai signifikansi t sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua (H2) yang menyatakan ada hubungan antara kecerdasan intelektual dengan stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa Pandemi Covid-19, dapat diterima.

**Tabel 6. Hasil Analisis Regresi Berganda**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.752 <sup>a</sup>	.566	.557	6.11358

Hasil uji koefisien regresi berganda, didapatkan nilai koefisien regresi berganda sebesar 0,752. Sedangkan berdasarkan uji F, diperoleh nilai  $F_{hitung} (64,556) > F_{tabel} (3,088)$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga (H3) yang menyatakan ada hubungan antara kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual terhadap stres akademik pada siswa SMP pada masa Pandemi Covid-19, dapat diterima.

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## **DISKUSI**

Skala stres akademik disusun untuk mengukur lima kategori dari *stressor* akademik diukur dengan subskala frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan pemaksaan diri dan empat kategori yang menjelaskan reaksi terhadap *stressor* yang diukur dengan subskala fisiologis, emosi, perilaku, dan kognitif (Gadzella & Masten, 2005; Misra, Crist, & Burant, 2003). Pada hasil statistik deskriptif variabel Stres Akademik (Y) yang terdiri dari 102 data penelitian diperoleh hasil sebagai berikut, yaitu memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 53,6863 dan standar deviasi sebesar 9,18779 yang berada pada tingkat sedang. Simpangan data variabel stres akademik (Y) ini dikatakan relatif baik karena memiliki nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata (mean). Nilai minimum sebesar 36,00 sebagai nilai terendah dan nilai maksimum sebesar 76,00 sebagai nilai tertinggi. Sebanyak 10 orang (9,80%) memiliki stres akademik sangat tinggi, siswa yang memiliki tingkat stres akademik tinggi sebanyak 22 orang (21,56%), sedangkan siswa yang memiliki tingkat stres akademik pada tingkat sedang sedang sebanyak 37 orang (36,27%), rendah sebanyak 25 orang (24,51%), dan sangat rendah sebanyak 8 orang (7,84%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki stres akademik pada tingkatan sedang.

Kecerdasan emosi bagaikan serangkaian keahlian, kompetensi, serta kecakapan non-kognitif yang mempengaruhi keahlian seseorang untuk berhasil menangani tuntutan serta tekanan lingkungan (Bar-On, 2006). Dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan sebuah kemampuan dari dalam diri untuk mengontrol diri, memotivasi diri dan mengenali perasaan diri sendiri. Pada hasil statistik deskriptif variabel kecerdasan emosional (X1) yang terdiri dari 102 data penelitian diperoleh hasil sebagai berikut, yaitu memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 91,4314 dan standar deviasi sebesar 11,7444. Simpangan data variabel kecerdasan emosional (X1) ini dikatakan relatif baik karena memiliki nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata (mean). Nilai minimum sebesar 44,00 sebagai nilai terendah dan nilai maksimum sebesar 121,00 sebagai nilai tertinggi. Sebanyak 7 orang (6,86%), memiliki kecerdasan emosional sangat tinggi, siswa yang memiliki tingkat stres akademik tinggi sebanyak 22 orang (21,56%), sedangkan siswa yang memiliki tingkat stres akademik pada tingkat sedang sedang sebanyak 47 orang (46,08%), rendah sebanyak 19 orang (18,63%), dan sangat rendah sebanyak 7 orang (6,86%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecerdasan emosional pada tingkatan sedang.

Raymond Cattell (1973) menyatakan bahwa inteligensi terdiri dari dua faktor yaitu, *fluid intelligence* dan *crystallized intelligence*. *Fluid intelligence* adalah inteligensi bawaan, sebagian non-verbal dan tidak terpengaruhi oleh budaya sebagai bagian dari efisiensi mental. Inteligensi berupa pengetahuan umum mengenai dunia, makna kata, aritmatika, dan bergantung pada pengalaman dan sekolah. *Crystallized intelligence* sangat bergantung pada budaya dan digunakan untuk melakukan tugas-tugas yang perlu dipelajari atau respon kebiasaan, melakukan hubungan dan memahami keterkaitan konsep dari peristiwa yang baru saja ditemui, beradaptasi terhadap situasi baru dan menerima pengetahuan dengan mudah. Menurut Zohar dan Marshall (2005), kecerdasan (inteligensi) merupakan kemampuan untuk menyelesaikan masalah dan kemampuan untuk merancang strategi atau sebagai alat yang berguna untuk mencapai tujuan. Inteligensi secara tipikal didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

beradaptasi dengan lingkungan dan kemampuannya untuk belajar dari pengalaman (Sternberg, 2005).

Pada hasil statistik deskriptif variabel kecerdasan intelektual (X2) yang terdiri dari 102 data penelitian diperoleh hasil sebagai berikut, yaitu memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 97,6569 dan standar deviasi sebesar 15,28832. Simpangan data variabel kecerdasan intelektual (X2) ini dikatakan relatif baik karena memiliki nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata (mean). Nilai minimum sebesar 68,00 sebagai nilai terendah dan nilai maksimum sebesar 146,00 sebagai nilai tertinggi. Sebanyak 9 orang (8,82%), memiliki kecerdasan intelektual sangat tinggi, siswa yang memiliki tingkat stres akademik tinggi sebanyak 18 orang (17,65%), sedangkan siswa yang memiliki tingkat stres akademik pada tingkat sedang sebanyak 43 orang (42,16%), rendah sebanyak 25 orang (24,51%), dan sangat rendah sebanyak 7 orang (6,86%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecerdasan intelektual pada tingkatan sedang.

Berdasarkan uji koefisien regresi, variabel kecerdasan emosional memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,297 dan bernilai negatif. Sedangkan berdasarkan uji t, variabel ini memiliki nilai  $t_{hitung} (-5,526) < -t_{tabel} (-1,984)$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama (H1) yang menyatakan ada peran kecerdasan emosional terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa Pandemi Covid-19, dapat diterima. Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Kartika (2015) dari Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, dalam penelitiannya yang meneliti tentang kecerdasan emosi dengan stres akademik pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta menghasilkan penelitian dengan nilai koefisien korelasi  $r = -0,535$  dengan  $p = 0,00$  ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan stres akademik. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi mahasiswa akan semakin rendah stres akademik mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi mahasiswa semakin tinggi stres akademik mahasiswa. Dengan demikian, penelitian Kartika konsisten dengan yang peneliti lakukan.

Berdasarkan uji koefisien regresi, variabel kecerdasan intelektual memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,334 dan bernilai negatif. Sedangkan berdasarkan uji t, variabel ini memiliki nilai  $t_{hitung} (-10,154) < t_{tabel} (-1,984)$  dan nilai signifikansi t sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua (H2) yang menyatakan ada peran kecerdasan intelektual terhadap stres akademik pada siswa SMP di Kabupaten Trenggalek pada masa Pandemi Covid-19, dapat diterima. Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Fetescu (2017). Fetescu (2017) dari *School of Business National College of Ireland* dalam penelitiannya mengenai identifikasi prediktor prestasi akademik antara IQ, EQ, Motivasi, Stres dan Nilai yang dilakukan pada mahasiswa dari berbagai Universitas di Irlandia, menghasilkan penelitian bahwa didapatkan korelasi yang lemah antara IQ dan stres ( $r = -.26$ ,  $p = .01$ ). Artinya semakin tinggi kecerdasan intelektual mahasiswa akan semakin rendah stres mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan intelektual mahasiswa semakin tinggi stres mahasiswa. Dengan demikian, penelitian Fetescu konsisten dengan yang peneliti lakukan.

Berdasarkan uji koefisien regresi berganda, didapatkan nilai koefisien regresi berganda sebesar 0,752. Sedangkan berdasarkan uji F, diperoleh nilai  $F_{hitung} (64,556) > F_{tabel} (3,088)$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

hipotesis ketiga (H3) yang menyatakan ada peran kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual terhadap stres akademik pada siswa SMP pada masa Pandemi Covid-19, dapat diterima. Hasil penelitian ini merupakan kebaruan penelitian karena peneliti belum menemukan penelitian yang selaras dengan penelitian yang meneliti peran kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual terhadap stres akademik tersebut.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual memprediksi stres akademik di Kabupaten Trenggalek pada siswa SMP pada masa Pandemi Covid-19. Siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual yang tinggi memiliki tingkat stres akademik yang rendah begitupun sebaliknya siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual yang rendah memiliki tingkat stres akademik yang tinggi.

Temuan penelitian ini berdampak pada pentingnya pengelolaan kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual pada siswa. Subjek pada penelitian ini mayoritas mempunyai kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual yang sedang sehingga kecil kemungkinan mengalami stres akademik. Sejumlah variabel psikologi dapat menjadi ide penelitian untuk melihat faktor pembentuk stres akademik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, M., Setiyadi, R., & Puspita, R. D. (2020). Burnout Profile of Elementary School Teacher Education Students (Estes): Factors and Implication of Guidance and Counseling Services. *Primary Edu - Journal of Primary Education*, 4(1), 38-47. <https://doi.org/10.22460/pej.v4i1.1640>
- Aryani, Farida. (2016). *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. Makassar: Edukasi Mitra Grafika.
- Askar. (2006). Potensi dan Kekuatan Kecerdasan pada Manusia (IQ, EQ, SQ) dan Kaitannya dengan Wahyu. *Jurnal Hunafa*, 3(3), 215-230. <https://doi.org/10.24239/jsi.v3i3.265.215-230>
- Azahra, J. S. (2017). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Coping Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Pendidikan Psikologi. Skripsi. FPPSI, Universitas Negeri Jakarta. Jakarta.
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ernest R. Hilgard. (1953). *Instruction to Psychology*. New York : Harcourt, Brace, and Comhany.
- Fetescu, Alexandra. (2017). *Identifying The Predictors Of Academic Achievement The Relationship Between IQ, EQ, Motivation, Stress and Grades*. Thesis. School of Business National College of Ireland.
- Fremont, S. (2004). Managing stress, counseling & mental health center at the University of Texas Austin. *Journal of Psychology*.
- Gadzella, B.M. (1991). *Student-life stress inventory*. Copyright Commerce, Texas.
- Gadzella, B.M. & Baloglu, M. (2001). Confirmatory factor analysis and internal consistency of the student-life stress inventory. *Journal of instructional Psychology*, 28 (2), 84-94.
- Gadzella, B.M. & Masten, W. G. (2005). An analysis of the categories in the student-life stress inventory. *American Journal of Psychological Research*, 1 (1), 1-10.

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

- Goleman, Daniel. (2015). *Emotional Intelligence: kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Purwiantomo, D.R.P. & Rusmawati, D. (2020). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Stres Akademik Pada Siswa SMA Islam Al Azhar 14 Semarang, *Jurnal Empati*, 9(6), 472-476.
- PH, Livana., Mubin., FM., & Basthomi, Y. (2020). Tugas Pembelajaran Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208.
- Rahmawati, R.C. (2015). *Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Remaja Menjelang Ujian Nasional (studi kasus di SMA Negeri 3 Lumajang)*. (Skripsi tidak dipublikasikan), Universitas Brawijaya, Malang.
- Reddy et al., (2018). Academic Stress and its Sources among University Students. *Biomed and Pharmacol Journal*, 11(1), 531-537. <https://dx.doi.org/10.13005/bpj/1404>
- Robbins, P Stephen., dan Judge, A Timothy. (2017). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.

This work is licensed under



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\) International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).