

ARTIKEL PENELITIAN

PENGARUH KECERDASAN EMOSI DAN EFIKASI DIRI TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA DI MADRASAH ALIYAH NURUL ISLAM DESA BADES KECAMATAN PASIRIAN KABUPATEN LUMAJANG

RENY SOFYANTI & PRIHASTUTI

Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

ABSTRAK

Di Madrasah Aliyah NURIS memiliki program unggulan Tahfidz Al-Qur'an guna meningkatkan mutu pendidikan. Program ini sudah 4 tahun berjalan namun tidak ada peningkatan dalam setiap tahunnya, sehingga membuat peserta didik berindikasi kearah stres akademik. Oleh sebab itu peneliti berasumsi bahwasanya indikasi stres akademik yang dialami peserta didik muncul akibat aspek kognitifnya yang kurang baik. Aspek kognitif disini di gambarkan melalui kecerdasan emosi dan efikasi diri peserta didik. Sehingga penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui apakah memang dua aspek kognitif tersebut mampu merendahkan terjadinya stres akademik siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam. Hipotesis dari penelitian ini adanya pengaruh antara kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap stres akademik. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menyatakan ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap stres akademik. Hal tersebut dapat dinyatakan dengan nilai F sebesar 4.919 dengan signifikansi 0,013 atau lebih kecil dari 0.05.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Kecerdasan Emosi, Stres Akademik

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: Prihastuti@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Pendidikan madrasah lahir sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan peserta didik sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Sehubungan dengan hal tersebut, kebanyakan sekolah juga mempunyai program tersendiri untuk meningkatkan akhlak dan keagamaan dari peserta didik. Namun siapa sangka bila program dari Departemen Agama serta dari sekolah tidak disambut dengan baik oleh warga sekolah khususnya peserta didik. Tidak jarang Peserta didik akan menganggap suatu aturan pemerintah maupun sekolah sebagai beban tersendiri dalam dirinya. Aktivitas-aktivitas yang dialami peserta didik di sekolah akan menjadi salah satu pemicu stres.

Menurut Olejnik dan Holschuh (2007) menggambarkan stress akademik ialah respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa. Stres akademik adalah stress yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan.

Stres akademik menurut Carveth, Angsa, dan Moss (1996) diartikan sebagai tekanan-tekanan yang dihadapi oleh anak yang berkaitan dengan sekolah, lalu dipersepsikan secara negatif sehingga berdampak pada kesehatan fisik, psikis, dan performansi belajarnya. (Misra and Castillo, 2004)

Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades Lumajang adalah salah satu sekolah unggulan di kota Lumajang yang memiliki tuntutan-tuntutan akademik yang terus berkembang terhadap siswa. Sekolah ini memiliki Program-program khusus yang tidak dimiliki oleh sekolah-sekolah lain khususnya di Kota Lumajang. Program tersebut antara lain, adanya system Hafalan Al-Qur'an yang diperuntukkan oleh peserta didik. Program ini sudah dikembangkan oleh kepala sekolah sejak tahun 2012. Selama 4 tahun ini tidak banyak peningkatan yang diberikan oleh peserta didik. Karena banyak laporan dari guru-guru pendamping Al-Qur'an bahwasanya sebagian peserta didik tidak menyetorkan hafalan selama satu bulan. Disamping melaksanakan program Hafalan Al-Qur'an, Madrasah Aliyah Nurul Islam ini juga mewajibkan semua peserta didik menghafal Ubudiyah sebelum melaksanakan Ujian Semester. Hal ini sudah dilakukan sejak lama oleh sekolah, namun masih banyak saja peserta didik yang tidak mau mematuhi dengan alasan sulit menghafal sampai pada konsentrasi terpecah dengan mata pelajaran.

Program tersebut memicu penurunan motivasi peserta didik terhadap proses pembelajaran di kelas. Hal tersebut dipertegas oleh salah satu staf bidang kurikulum, beliau mengatakan situasi belajar yang cukup panjang tidak jarang menyebabkan suasana belajar tidak kondusif saat siang hari, karena siswa banyak yang mengalami kebosanan seperti tidur atau mencari aktifitas lain pada saat pelajaran berlangsung dan sulit berkonsentrasi menerima pelajaran. Begitu juga di pagi hari, tidak sedikit siswa yang mengantuk saat akan memulai pelajaran, dikarenakan kelelahan karena menjalani hafalan-hafalan Al-Qur'an yang akan disetorkan setiap harinya, sehingga paginya siswa tidak fresh untuk menjalankan aktivitas di sekolah. Perilaku-perilaku siswa didalam maupun diluar kelas tersebut memunculkan indikasi terjadinya stres akademik siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades.

Timbulnya stres akademik bisa dilihat dari faktor internal individu maka penelitian ini akan berfokus pada aspek Kognitif peserta didik karena peserta didik adalah elemen kunci dalam sistem pendidikan. Dapat dikatakan berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan sangat ditentukan oleh peserta didik dengan beragam karakteristik kepribadian yang melekat pada dirinya. Salah satu aspek kognitif yang dapat mempengaruhi stres akademik adalah kecerdasan emosi dan efikasi diri. Bagus (2013) dalam penelitiannya menyatakan kecerdasan emosi mempunyai dampak yang baik terhadap stress khususnya dalam menghadapi ujian nasional. Apabila komponen kecerdasan emosi dilakukan dengan baik dan teratur maka individu akan dapat mengurangi stress dalam menghadapi tantangan. Sehingga individu yang memiliki kecerdasan emosi yang baik maka ia akan mampu mengatasi masalahnya dan terhindar dari stres akademik. Serta individu yang selalu yakin akan kemampuannya akan bisa mengerjakan sesuatu dengan baik, sehingga ia menganggap tugas-tugas yang sukar sebagai suatu tantangan untuk diatasi daripada sebagai ancaman yang harus dihindari. Ungkapan tersebut selaras dengan hasil penelitian Irene dan yohanes (2013) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa peserta didik akan dihadapi oleh kendala yang bervariasi dalam proses penyelesaian tugas akademik. Pada akhirnya kendala-kendala tersebut dapat menyebabkan siswa tersebut menjadi cemas dan stres sehingga menjadi ragu untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas tersebut. Oleh karena itu, diperlukan suatu keyakinan diri terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk bertindak dalam mewujudkan target akademik yang diharapkan atau yang dikenal dengan istilah efikasi diri akademik.

Dari penjelasan diatas peneliti berasumsi bahwa ada pengaruh antara kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap stres akademik siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan secara empiris pengaruh Kecerdasan Emosi dan Efikasi Diri terhadap stress akademik siswa di MA Nurul Islam Bades Pasirian Kabupaten Lumajang.

METODE

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel penelitian, variabel kecerdasan emosi dan efikasi diri berperan sebagai variabel bebas sedangkan stres akademik adalah variabel terikat. Subjek penelitian ini sebanyak 113 siswa dari populasi 280 siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tiga skala likert, skala tersebut antara lain: skala stres akademik dengan jumlah item sebanyak 38 item dengan blueprint sebagai berikut:

No	Aspek	Indikator	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1	Respon yang muncul dari Pemikiran	Kehilangan percaya diri	1, 3	2	3
		Takut gagal	5, 7	6	3
		Sulit berkonsentrasi	11, 9	8	4
		Cemas akan masa depan	12	13, 15	3
		Melupakan sesuatu	14, 17	16	3
2	Respon yang muncul dari Perilaku	Menarik diri	23	-	1
		Tidur terlalu banyak atau sedikit	25, 19	21	3
		Menangis tanpa sebab	22, 27	24	3
3	Respon yang muncul dari Reaksi tubuh	Tangan berkeringat	30	26	2
		Kecepatan jantung meningkat	28	29	3
		Mulut kering	31	34	2
		Merasa lelah	-	37	1
		Sakit kepala	41	-	1
		Mudah terserang penyakit	-	44	1
4	Respon yang muncul dari Perasaan	Cemas	47	49	5
		Mudah marah	48	-	1
		Murung	53	-	1
		Merasa takut	55	56	3

Jumlah	22	16	38
--------	----	----	----

Skala kecerdasan emosi dengan jumlah item sebanyak 49 item dengan blueprint sebagai berikut:

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1	Mengenali emosi diri	Memahami dan mengenali emosi diri	2, 7, 4, 10	3, 15, 9	7
		Memahami penyebab emosi	11, 8	-	2
2	Mengelola emosi	Mengendalikan emosi	13, 17, 21	19, 14	5
		Mengekspresikan emosi dengan tepat	16, 55, 20, 24,	22, 18, 27	7
3	Memotivasi diri sendiri	Optimis	23, 26	29, 32, 25	5
		Dorongan berprestasi	28, 38	36, 31	4
4	Mengenali emosi orang lain	Peka terhadap perasaan orang lain	33, 37	35, 40	4
		Mendengarkan masalah orang lain	41, 48	45, 39	4
5	Membina hubungan	Dapat bekerja sama	46, 50, 42	43, 47, 52	6
		Dapat berkomunikasi	44, 49, 53	54, 51	5
Jumlah			27	22	49

Skala Efikasi diri dengan jumlah item sebanyak 18 item dengan blueprint sebagai berikut:

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1	Magnitude	Keyakinan dalam mengatasi tugas	9, 15	1, 16, 6, 17, 10, 13	8
2	Generality	Konsisten menumbuhkan motivasi terhadap perilaku	2, 7	20	3
3	Streght	Keyakinan dalam mengatasi tugas	8, 11	12, 4	4
		Tingkat keyakinan	15, 3	19	3
Jumlah			8	10	18

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan tipe penelitian kuantitatif survei. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan statistik parametris dengan teknik analisis data menggunakan teknik analisis regresi linier berganda dengan menggunakan bantuan SPSS 20,0 *for Windows*. Teknik analisis ini digunakan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh Kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap stress akademik siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.

Penelitian ini menggunakan skala buatan peneliti sendiri, sehingga memerlukan uji coba skala untuk melihat validitasnya. Uji coba skala ini dilakukan di Sekolah yang berbeda tetapi memiliki ciri-ciri yang sama. Hal ini bisa jadi merupakan salah satu kelemahan dari penelitian ini sehingga untuk penelitian selanjutnya bisa mengadaptasi skala yang ada guna memperoleh hasil yang maksimal melebihi penelitian ini.

HASIL PENELITIAN

Dalam pengujian deskripsi statistiknya, penelitian ini menyimpulkan bahwa seluruh data valid atau sah untuk diolah tanpa adanya missing atau data yang hilang. Hal ini berlaku untuk semua data baik data stress akademik, kecerdasan emosi, maupun efikasi diri. Adapun nilai mean, standar deviationnya bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1: Deskripsi Statistik

Descriptive Statistics								
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance	
Kecerdasan Emosi	113	57	110	167	134.74	.965	10.263	105.335
Efikasi Diri	113	40	31	71	50.96	.634	6.737	45.392
Stres Akademik	113	86	34	120	86.08	1.954	20.775	431.592
Valid N (listwise)	113							

Setelah pengujian deskripsi statistic menghasilkan semua data dinyatakan valid maka selanjutnya dilakukan pengujian Asumsi. Langkah awal analisis regresi adalah pemeriksaan terhadap asumsi regresi. Evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah penggunaan model regresi linear berganda (*multiple Regression linear*) dalam menganalisis telah memenuhi asumsi klasik. Model linear berganda akan lebih tepat digunakan dan menghasilkan perhitungan yang lebih akurat apabila uji normalitas, uji linieritas, multikolinieritas, heteroskedastisitas dan autokorelasi dapat terpenuhi. Berikut hasil dari uji asumsi yang sudah dikelola dalam SPSS 20,0 *for windows*.

Tabel : Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test				
		X1	X2	Y
N		113	113	113
Normal Parameters ^a	Mean	134.74	50.96	5.54
	Std.			
	Deviation	10.263	6.737	1.817
Most Extreme Differences	Absolute	.063	.087	.099
	Positive	.063	.087	.099
	Negative	-.050	-.076	-.089
Kolmogorov-Smirnov Z		.667	.927	1.057
Asymp. Sig. (2-tailed)		.765	.356	.214
a. Test distribution is Normal.				

Hasil Uji Normalitas data ini akan menggunakan Uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan taraf signifikan 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 0,05. Berdasarkan tabel diatas didapatkan nilai signifikansi variabel kecerdasan emosi (X1) sebesar 0,765 ($> 0,05$), variabel efikasi diri (X2) sebesar 0,356 ($> 0,05$) dan variabel stress akademik (Y) sebesar 0,214 ($> 0,05$) dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel kecerdasan emosi, efikasi diri dan stress akademik memiliki distribusi normal, sehingga model regresi layak dipakai untuk memprediksi stress akademik berdasarkan variabel bebasnya.

Tabel : Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table						
			Sum of		Mean	
			Squares	Df	Square	F Sig.
Y * X1	Between	(Combined)	13245.550	35	378.444	.830 .725
	Groups	Linearity	2002.644	1	2002.644	4.394 .039
		Deviation from Linearity	11242.906	34	330.674	.726 .850
Within Groups			35092.733	77	455.750	
Total			48338.283	112		

ANOVA Table						
			Sum of		Mean	
			Squares	df	Square	F Sig.
Y * X2	Between	(Combined)	16866.489	27	624.685	1.687 .037
	Groups	Linearity	2078.526	1	2078.526	5.614 .020

	Deviation from Linearity	14787.964	26	568.768	1.536	.073
Within Groups		31471.794	85	370.256		
Total		48338.283	112			

Berdasarkan tabel di atas didapatkan nilai signifikansi kecerdasan emosi (X1) terhadap stress akademik (Y) sebesar 0,039 (< 0,05) dan Efikasi diri (X2) terhadap stress akademik (Y) sebesar 0,020 (< 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini linier karena masing-masing nilai linieritasnya menunjukkan lebih kecil dari 0,05.

Tabel : Hasil Uji Multikolinieritas

Coefficients ^a			
Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	(Constant)		
	Kecerdasan Emosi	.986	1.014
	Efikasi diri	.986	1.014

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Analisis output menggunakan besaran *tolerance* (a) dan *Variance inflation factor* (VIF) jika menggunakan alpha tolerance = 5% atau 0,05 maka VIF = 10. Dari hasil output VIF hitung dari kedua variabel = 1,014 < VIF = 5 dan semua tolerance variabel bebas 0,986 = 98,6% atau diatas 5% dapat disimpulkan bahwa antara variabel bebas tidak terjadi multikolinearitas.

Tabel : Hasil Uji Hetrokedastisitas

Correlations			
	x1	x2	Unstandardized Residual

Spearman's rho	Kecerdasan emosi	Correlation Coefficient	1.000	.034	.073
		Sig. (2-tailed)	.	.721	.916
		N	113	113	113
	Efikasi diri	Correlation Coefficient	.034	1.000	.062
		Sig. (2-tailed)	.721	.	.585
		N	113	113	113
Unstandardized Residual		Correlation Coefficient	.073	.062	1.000
		Sig. (2-tailed)	.916	.585	.
		N	113	113	113

Dari output diatas dapat diketahui bahwa nilai korelasi kedua variabel independent dengan Unstandardized Residual memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,05 . Karena signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedastisitas pada model regresi.

Tabel : Hasil Uji Autokorelasi

Model Summary ^b										
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	Durbin-Watson
1	.275 ^a	.075	.059	20.156	.075	4.491	2	110	.013	2.082

a. Predictors: (Constant), x2, x1

b. Dependent Variable: y

Keterangan hasil uji asumsi Autokorelasi

dL	dU
1,67533	1,71101

1. Jika dW lebih kecil dari dL atau lebih besar dari $(4-dU)$, maka hipotesis nol ditolak, yang berarti terdapat autokorelasi.
2. Jika dW terletak antara dU dan $(4-dU)$, maka hipotesis nol di terima, yang berarti tidak ada autokorelasi
3. Jika d terletak antara dL dan dU atau diantara $(4-dU)$ dan $(4-dL)$ maka tidak menghasilkan kesimpulan yang pasti.

Jadi hasil diatas menunjukkan $dW = 2,082$ sehingga hipotesis nol diterima yang berarti tidak ada autokorelasi.

Setelah melakukan serangkaian uji asumsi barulah step selanjutnya peneliti menguji hipotesis penelitian ini. Di bawah ini penulis menampilkan hasil pengujian regresi linier berganda dengan menggunakan program *SPSS 20.0 for Windows*. Hasil pengujian disajikan dalam rekapitulasi hasil analisis regresi berganda pada tabel berikut ini:

Tabel: Nilai Koefisien pada Uji Regresi Berganda

Coefficients ^a					
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
Model		B	Std. Error	Beta	t
1	(Constant)	164.793	27.598		5.971
					.000

Kecerdasan Emosi	-0.367	.187	-.182	-1.966	.052
Efikasi Diri	-.573	.285	-.186	-2.013	.047
a. Dependent Variable: Stres Akademik					
*T tabel = 1,97					

Berdasarkan tabel diatas, model regresi tersebut di atas dapat dianalisis berdasarkan koefisien-koefisienya. Model persamaan regresi linier berganda dalam penelitian adalah:

$$Y = 164,793 - 0,367 X_1 - 0,573 X_2$$

Nilai konstanta sebesar 164,793 memiliki maksud, apabila variabel bebas X_1 , $X_2 = 0$, maka nilai variabel terikat Y adalah 164,793. Dengan kata lain jika kecerdasan emosi dan efikasi diri tidak memberikan pengaruh, maka kualitas audit adalah sebesar 164, 793. Nilai regresi variabel Kecerdasan emosi (X_1) sebesar -0,367, artinya jika X_1 berubah satu satuan, maka Y akan berubah sebesar -0,367 dengan anggapan X_2 tetap. Nilai regresi variabel efikasi diri (X_2) sebesar - 0,573, artinya jika X_2 berubah satu satuan, maka Y akan berubah sebesar - 0,573 dengan anggapan X_1 tetap. Tanda negatif pada nilai koefisien regresi melambangkan hubungan yang berlainan arah antara X_1 , X_2 , dan Y.

Pembuktian pengaruh secara parsial (Uji t) digunakan untuk menguji apakah masing-masing koefisien regresi kecerdasan emosi dan efikasi diri signifikan atau tidak. Hasil analisis dari uji t untuk variabel kecerdasan emosi (X_1) dan efikasi diri (X_2), nilai t-hitung variable kecerdasan emosi (X_1) = -1,966 dengan signifikansi 0,052 = 0,05 artinya ada pengaruh tetapi tidak signifikan antara variabel kecerdasan emosi dengan stress akademik siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang. Selanjutnya nilai t-hitung variabel efikasi diri (X_2) = - 2,013 dengan nilai signifikansi 0,020 < 0,05 artinya ada pengaruh

yang signifikan antara variabel efikasi diri terhadap stress akademik siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang

Tabel: Hasil Uji Regresi Berganda

Model Summary ^b									
Model	R	Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.275 ^a	.075	.059	20.156	.075	4.491	2	110	.013
a. Predictors: (Constant), KE, ED									
b. Dependent Variable: SA									

Selanjutnya dari analisis regresi berganda diperoleh nilai R sebesar 0,275. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel bebas yaitu variabel kecerdasan emosi (X_1) dan efikasi diri (X_2) mempunyai keeratan hubungan dengan variabel stress akademik (Y) yang rendah karena menurut Azwar (2013) menjelaskan bahwa Hubungan suatu variabel dikatakan kuat bila diatas 0,5 dan sangat kuat bila diatas 0,9. Pada penelitian ini, untuk mengetahui kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat dilakukan dengan menggunakan besaran angka R square. Hasil R square didapat sebesar 0,075. Jadi R square menunjukkan bahwa stress akademik dapat dipengaruhi oleh variabel kecerdasan emosi (X_1) dan efikasi diri (X_2) sebesar 7,5 % sementara sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ikut diteliti dalam penelitian ini

Tabel: Rekapitulasi Hasil Analisis Regresi Berganda

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3648.767	2	1824.384	4.491	.013 ^a
	Residual	44689.516	110	406.268		
	Total	48338.283	112			

a. Predictors: (Constant), X1, X2

b. Dependent Variable: Y

*F table = 3,06

Berdasarkan tabel diatas juga diketahui bahwa hasil analisis regresi berganda, Nilai F adalah 4,491 dengan Signifikan sebesar 0.013 atau lebih kecil dari 0,05, sehingga menolak H₀. Hasil ini menyatakan bahwa kedua variabel bebas yaitu variabel kecerdasan emosi (X₁) dan efikasi diri (X₂) berpengaruh terhadap stress akademik (Y).

Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik analisis regresi linier berganda dengan bantuan program SPSS 20,0 *for Windows*. Menurut Bugin (2005) teknik analisis regresi digunakan untuk menguji bagaimana pengaruh variabel X terhadap variabel Y serta untuk melihat perbedaan besar kecil pengaruh variabel X terhadap variabel Y.

Kesimpulan dari penjelasan diatas menyatakan bahwa Kecerdasan emosi dan variabel efikasi diri berpengaruh terhadap stress akademik siswa di Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang, dengan kata lain H_a di terima.

DISKUSI

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap stress akademik di Madrasah Aliyah Nurul Islam Bades Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang. Berdasarkan pada hasil uji hipotesis menggunakan teknik

analisis regresi berganda dengan bantuan program SPSS 20,0 *for windows* diperoleh hasil bahwa variabel kecerdasan emosi dan efikasi diri mempunyai pengaruh yang sangat lemah terhadap stress akademik.

Variabel kecerdaasan emosi dan efikasi diri masing-masing juga memiliki sumbangsih terhadap variabel stres akademik. Dimana variabel efikasi diri memiliki sumbangsih yang cukup banyak dan sangat signifikan. Hal tersebut sangat sesuai dengan hasil penelitian Suryanti dan Endang (2011) dalam penelitian mengungkapkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap stres akademik di perguruan tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa efikasi diri sangat membantu untuk menurunkan tingkat stres akademik.

Bandura (1999) memperkuat bahwasanya seseorang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan lebih senang menetapkan tujuan-tujuan yang bersifat menantang dan mengokohkan komitmennya terhadap tujuan tersebut. Mereka akan tetap mengarahkan orientasi pemikirannya terhadap tugas ketika menghadapi situasi yang menekan, kegagalan dan umpan balik yang negative, sebab mereka senantiasa membayangkan scenario keberhasilan yang mendukung penampilannya. Sebaliknya seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah tidak akan menyukai tujuan-tujuan yang menantang. Mereka senantiasa membayangkan sekenario kegagalan dan serba salah, sehingga orientasi dan analisa pemikirannya jadi tidak jelas. Tujuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keberhasilan dari peserta didik yang dituntut oleh system pendidikan di Indonesia.

Sedangkan variabel kecerdasan emosi juga memiliki sumbangsih untuk stres akademik namun tidak signifikan. Hal ini bisa saja menjadi kelemahan penelitian ini, karena dari penelitian terdahulu banyak membahas pengaruh antara kedua variabel ini dan menghasilkan hasil yang signifikan. Seperti penelitian Chlarasinta (2015) dalam penelitiannya menyatakan bahwa kecerdasan emosi memiliki hubungan negative yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dan stress akademik yang berarti individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan mengalami stress akademik yang rendah begitu juga sebaliknya apabila kecerdasan emosi suatu individu rendah maka ia akan rentan mengalami stress akademik.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terjadinya stress akademik siswa tidak hanya dapat dilihat dari kecerdasan emosi dan efikasi diri siswa itu sendiri, tetapi bisa juga dilihat

dari factor eksternal individu. Menurut Sudiana (2007) faktor terjadinya stres akademik dipengaruhi oleh dua aspek yakni aspek kognitif dan aspek lingkungan. Jika dalam aspek kognitif (kecerdasan emosi dan Efikasi diri) mempunyai pengaruh yang sangat lemah terhadap stres akademik, bisa saja faktor eksternal dari peserta didik dapat mempengaruhi terjadinya stres akademik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data yang telah dilakukan pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang lemah antara kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap stress akademik di Madrasah Aliyah Nurul Islam desa Bades Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terjadinya stress akademik siswa tidak hanya dapat dilihat dari kecerdasan emosi dan efikasi diri siswa itu sendiri, tetapi bisa juga dilihat dari factor eksternal individu. Jika dalam aspek kognitif (kecerdasan emosi dan Efikasi diri) mempunyai pengaruh yang sangat lemah terhadap stres akademik, bisa saja faktor eksternal dari peserta didik dapat mempengaruhi terjadinya stres akademik.

PUSTAKA ACUAN

- Bagus, S. (2013). Pengaruh Prilaku Belajar siswa dan Kecerdasan emosional terhadap stres menghadapi ujian nasional pada mata pelajaran akuntansi di Madrasah Aliyah Kabupaten Tuban. *Jurnal Ilmu dan Riset Akuntansi* , vol 2 No 10.
- Bandura, A. (1999). Social Cognitive Theory: An agentic Perspective. *Asian Journal Of Social Psychology* , 21-41.
- Kartika, C. D. (2015, September 29). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhamadiyah Surakarta*. Dipetik November 25, 2016, dari UMS ETD-db: <http://eprints.ums.ac.id>
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic Stress Among College Student: Comparison Of American And International Students. *International Journal Of Stress Managemen* , 132-148.
- Olejnik, S. N., & Holschuh, J. P. (2007). *College Rules: How to Study Survive and Succeed in College (2nd edition)* (Review. New York: Ten Speed Press.
- Sudiana, D. (2007, agustus 31). *Kondisi stres siswa sekolah menengah Kejuruan dan faktor-faktor penyebabnya*. Dipetik january 16, 2017, dari a-research.ipi.edu: http://repository.upi.edu/skripsiview.php?no_skrip

Suryanti, & Endang. (2011). Kajian Empiris Atas Perilaku Belajar, Efikasi Diri dan Kecerdasan Emosional yang berpengaruh pada stres kuliah pada mahasiswa akuntansi perguruan tinggi swasta Surakarta . *Probank* , vol 1, no 7.