HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASIWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA YANG TERDAMPAK PANDEMI COVID-19

Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1 pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi

Oleh:

RIZKY SIGIT SETYAJI

F 100 150 230

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASIWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA YANG TERDAMPAK PANDEMI COVID-19

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

RIZKY SIGIT SETYAJI

F 100 150 230

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen Pembimbing

Permata Ashfi Raihana, S.Psi, M.A

NIK. 1604

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA YANG TERDAMPAK PANDEMI COVID-19

OLEH

RIZKY SIGIT SETYAJI

F 100 150 230

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Jum'at, 18 Juni 2021
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. **Permata Ashfi Raihana, S.Psi, M.A** (.....)
   (Ketua Dewan Penguji)
2. **Dr. Daliman, SU** (.....)
   (Anggota I Dewan Penguji)
3. **Santi Sulandari, S.Psi, M.Ger** (.....)
   (Anggota II Dewan Penguji)

Dekan,

Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIK. NIDN: 838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dala m pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 15 Juni 2021

Penulis

RIZKY SIGIT SETYAJI

F 100 150 230

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASIWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA YANG TERDAMPAK PANDEMI COVID-19

Abstrak

Stres akademik adalah suatu keadaan yang muncul karena terciptanya tuntutan atau tekanan untuk meraih prestasi akademik, hal ini membuat individu semakin terbebani dengan berbagai tuntutan dan tekanan seiring meningkatnya nya kondisi persaingan akademik. Stress akademik seseorang dapat diatasi apabila ia memiliki kecerdasan emosi. Stres akademik pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19 seperti saat ini ditunjukkan dengan adanya tugas yang terlalu banyak dari dosen, kegiatan perkuliahan yang kurang efektif karena metode dan media pembelajaran yang tidak memadai. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan stress akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta selaama Pandemi Covid-19. Subjek pada penelitian ini yaitu Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, jumlah sampel pada penilitan ini yaitu 218 subjek dengan menggunakan teknik *purposive sampling.* Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, cara pengambilan data yaitu menggunakan kuesioner yang berisi skala stress akademik dan kecerdasan emosi serta dianalisis menggunakan *product moment.* Hasil analisis data *product moment* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,516 yang menunjukkan signifikansi 0,000 ($p<0,01$) yang berarti terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan stress akademik.

Kata kunci: Kecerdasan emosi, stress akademik, mahasiswa

Abstract

Adversity Academic stress is a condition that arises due to the creation of demands or pressure to achieve academic achievement, this makes individuals increasingly burdened with various demands and pressures along with increasing conditions of academic competition. A person's academic stress can be overcome if he has emotional intelligence. Academic stress on students during the Covid-19 pandemic as it is today is shown by the presence of too many assignments from lecturers, ineffective lecture activities due to inadequate learning methods and media. The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and academic stress in students of the Psychology Faculty, University of Muhammadiyah Surakarta during the Covid-19 Pandemic. The subjects in this study were students of the Faculty of Psychology, University of Muhammadiyah Surakarta, the number of samples in this research was 218 subjects using purposive sampling technique. This study uses a correlational quantitative approach, the data collection method is using a questionnaire containing a scale of academic stress and emotional intelligence and analyzed using product moment. The results of product moment data analysis show a correlation coefficient of -0.516 which indicates a significance of 0.000 ($p <0.01$) which means that there is a negative relationship between emotional intelligence and academic stress.

Keywords: Emotional intelligence, academic stress, students

1. PENDAHULUAN

Indonesia Pada awal tahun 2020 masyarakat dunia di gemparkan dengan munculnya virus Covid-19 yang menginfeksi di berbagai negara di dunia termasuk Indonesia. Per tanggal 21 januari WHO telah menetapkan bahwa, dunia telah memasuki keadaan darurat global. Hal ini merupakan fenomena yang luar biasa yang terjadi di abad ke 21. Seluruh event-event berskala besar dunia dibatalkan, contohnya euro 2020 dan olimpiade 2020 yang seharusnya dilaksanakan pada bulan Juni dan Juli 2020. Sampai saat ini jumlah kasus kasus virus corona sudah mencapai angka 11,4 juta kasus, dengan data 4,4 juta kasus aktif, 6,4 juta kasus sembuh dan 500 kasus meninggal dunia. Amerika serikat menjadi negara penyumbang kasus terbanyak dengan 2,9 juta kasus (Bunga, 2020)

Covid-19 adalah jenis virus yang termasuk dalam jenis corona virus, yaitu virus yang dapat menginfeksi hewan dan manusia. Penyakit yang disebabkan biasanya berupa flu biasa, infeksi saluran pernafasan hingga penyakit yang tarafnya serius seperti Sindrom Pernafasan Akut Berat/ *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) dan *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS). Pada tanggal 31 januari 2019 virus Covid dilaporkan ke WHO untuk pertama kalinya. Cina menjadi negara pertama yang terinfeksi wabah Covid-19, dan kota Wuhan menjadi kota pertama yang terinfeksi.

Di indonesia sendiri kasus positif Covid-19 pertama kali ditemukan pada tanggal 2 maret 2020 tepatnya di kota Depok, Jawa barat. Berita ini umumkan secara langsung oleh presiden Republik Indonesia Joko Widodo dan menteri kesehatan Terawan Agus Putranto. Achmad Yurianto, Juru Bicara (Jubir) Pemerintah untuk Penanganan Virus Corona (Covid-19), yang sekaligus Direktur Jenderal (Dirjen) Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P), pada hari kamis tanggal 12 maret 2020 menyampaikan pernyataan bahwa virus corona (Covid-19) telah ditetapkan oleh *World Health organization* (WHO) sebagai pandemi Sehingga memberitahukan seluruh negara untuk wajib mengantisipasi dan memberikan respon dan juga meyakini penyakit ini bisa menyerang siapa saja dan negara mana saja di dunia, WHO juga mengingatkan seluruh negara di dunia untuk meningkatkan kewaspadan pada virus corona (Covid-19). Kemudian pada hari minggu tanggal 15 Maret 2020 untuk merespon pernyataan dari WHO tersebut Presiden Jokowi pada saat menyampaikan keterangan pers di Istana Kepresidenan Bogor, Provinsi Jawa barat, menghimbau agar seluruh masyarakat

indonesia tetap tenang, Presiden jokowi juga menyatakan bahwa dengan kondisi seperti ini saatnya masyarakat indonesia bekerja dari rumah, belajar dari rumah dan ibadah dirumah. Selanjutnya pada 16 Maret 2020, Menteri pendidikan dan kebudayaan mengkoordinasikan pembelajaran melalui sistem daring atau online dengan mendapatkan bantuan gratis dari *Ruangguru, Zenius, Google, Microsoft, Quipper, Sekolahmu, dan Kelas Pintar*. Presiden Jokowi sendiri juga meyakini system daring atau online akan mengurangi penyebaran Covid-19 karena berkurang nya mobilitas para pelajar.

Dalam Rapat Terbatas (Ratas) yang dilaksanakan melalu media *Video Conference* di Istana Merdeka, Provinsi DKI Jakarta pada Kamis 19 Maret 2020, Presiden Jokowi menyampaikan arahan untuk mengurangi mobilitas orang dari satu tempat ke tempat lain, Presiden juga menyapaikan bahwa yang menjadi prioritas saat ini adalah mencegah penyebaran virus corona covid-19 menyebar lebih luas lagi. Presiden juga terus menggencarkan sosialisasi untuk menjaga jarak atau *Social distancing* dan mengurangi kerumunan yang membawa resiko penyebaran Covid-19. Presiden Jokowi juga menyampaikan penegasan kebijakan belajar dari rumah, bekerja dari rumah, dan beribadah dirumah harus benar benar disosialisaikan dan diimplementasikan secara terus menerus sehingga bisa dijalankan secara efektif.

2. METODE

Penelitian Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, yang merupakan metode penelitian berlandaskan pada filsafah positivisme untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, dengan analisis data bersifat statistik yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan (Sugiyono, 2012).

Variabel dalam penilitian ini terdiri dari variabel *independent* (X) yaitu kecerdasan emosional. Sedangkan untuk variabel *dependent* (Y) yaitu stress akademik

Definisi operasional dari Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengidentifikasi emosi baik diri sendiri maupun orang lain di sekitarnya, menggunakan emosi untuk memfasilitasi proses pikir, memahami emosi (transisi dari satu tahap ke tahap lain), mengelola emosi baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Kecerdasan emosi diukur menggunakan skala kecerdasan emosi yang disusun berdasarkan aspek

dari Goleman. Semakin tinggi nilai skala maka semakin tinggi Kecerdasan emosi, sedangkan definisi operasional dari Stres akademik adalah suatu tekanan yang dihadapi individu dari tuntutannya sebagai siswa selama menjalani kegiatan di lingkungan pendidikan. Tuntutan tersebut bisa berupa tugas yang banyak, adanya persaingan dengan teman, dan nilai yang rendah. Stres memiliki dua aspek yaitu aspek biologis dan aspek psikososial. Stres akademik disukur menggunakan skala stress akademik yang disusun berdasarkan aspek dari Sarafino dan Smith. Semakin tinggi nilai skala maka semakin tinggi Stres akademik

Populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta berjumlah 1250 orang menurut data yang diambil dari Kantor bagian Tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sampel yang digunakan sebanyak 218 mahasiswa. Teknik sampling dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik tersebut merupakan teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2012). Kriteria dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2016 sampai 2020.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kecerdasan emosi dengan Stres akademik pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terdampak pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa hasil korelasi penelitian adalah r sebesar -0,516 dengan signifikan $p = 0,000$ dimana $p < 0,01$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kecerdasan emosi dengan Stres akademik pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terdampak pandemic Covid-19. Sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu adanya hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan Stres akademik pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terdampak pandemi Covid-19. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah stres akademik dan begitu pula sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi Stres akademik. Dengan demikian hipotesis peneliti ajukan diterima. Hasil penelitian ini

sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yulianti (2002) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres kerja. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional karyawan maka semakin rendah stres kerja. Pada penelitian Akbar (2013) pada perawat di RSUD Banjarbaru menunjukkan nahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan Stres kerja

Berdasarkan analisis variabel kecerdasan emosi dapat diketahui nilai rerata empirik (RE) sebesar 140,15 dan rerata hipotetik (RH) 115, yang menunjukan kecerdasan emosi subjek tergolong tinggi. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kecerdasan emosi yang baik. Berarti kecerdasan emosi pada mahasiswa mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki pengelolaan dalam mengahadapi tuntutan-tuntutan akademik dengan menenangkan diri dan menyesuaikan diri dengan perubahan pada proses belajar, berusaha untuk membuat nyaman dengan menikmati setiap proses yang dijalani, berusaha mencari referensi lain seperti perpustakaan online maupun internet, mengerjakan sedikit demi sedikit tugas yang sudah diberikan dosen, membuat manajemen waktu, menyusun jadwal pembuatan tugas dan belajar, dan berpikir positif. Menurut Goleman (1999) kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali dan merasakan emosi yang dialami (kesadaran emosi), mengelola emosi, bisa melakukan empati (membaca emosi), membina hubungan dengan orang lain dan memanfaatkan emosi secara produktif sebagai penunjang performa seseorang. Selain itu menurut Bar On (dalam Megawati, 2010) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai serangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Sedangkan analisis variabel stres akademik tergolong dalam kategori sedang dengan rerata empirik (RE) 89,12 dan rerata hipotetik (RH) 87,5. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki stres akademik yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki stres akademik yang tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah mengahadapi tuntutan akademik di dalam perkuliahan. Para mahasiswa belum menganggap bahwa tuntutan akademik yang dialami pada saat masa pandemi Covid-19 ini menjadi sebagai sebuah ancaman. Menurut Richard (2010), stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai

sesuatu yang mengancam ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stres dapat saja positif (misalnya merencanakan kelulusan) atau negatif (contoh : ketidakmampuan menyelesaikan tugas kuliah). Sesuatu didefinisikan sebagai peristiwa yang menekan (Stresful event) atau tidak, bergantung pada respon yang diberikan oleh individu terhadapnya. Menurut Braham (1990) seseorang yang mengalami stres akan menunjukkan gangguan psikologis seperti cemas, takut, sedih gelisah, gugup, gangguan fisik berupa sulit tidur, tidak nafsu makan, jantung berdebar,badan merinding dan gejala intelektual seperti sulit berkonsentrasi, daya ingat menurun, pikiran hanya dipenuhi satu pikiran saja.

Sumbangan efektif yang diberikan variabel kecerdasan emosi sebesar 26,6 terhadap stres akademik. Sedangkan 73,4 % ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini seperti faktor eksternal yang meliputi kelompok kelompok di sekitar individu, media massa baik cetak maupun elektronik. Menurut Sarafino (2008) bahwa salah satu faktor yang dapat meminimalisir stres adalah faktor kemampuan mengelola emosi atau kecerdasan emosi. Menurut Goleman (2002) kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur emosinya dengan inteligensinya, menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian Arsawan (2013) yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosi berpengaruh signifikan terhadap Stres kuliah yang berarti jika semaakin tinggi kecerdasan emosi seseorang maka mahasiswa dapat memiliki tingkat Stres yang rendah dalam menghadapi perkuliahan.

Menurut penelitian yang dilakukan Marita dan Hening (2008) menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh negatif terhadap stres kuliah pada mahasiswa, artinya jika kecerdasan emosional semakin meningkat mengakibatkan Stres kuliah semakin menurun, begitu pula sebaliknya jika pada kecerdasan emosional semakin menurun maka Stres kuliah akan semakin meningkat. Seseorang dengan kecerdasan emosional yang tergolong tinggi akan memiliki sifat yang menyukai dirinya apa adanya, mengetahui betul kekuatan dirinya, tidak meragukan kemampuannya, mempunyai kekuatan mendapatkan apa yang diinginkan, bertanggungjawab dalam menyelesaikan pekerjaan, tidak khawatir dengan masa depan, tidak mudah marah tanpa

alasan, mampu melakukan sesuatu, dan berani tampil beda. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa Stres akademik dipengaruhi oleh Kecerdasan emosi mahasiswa, dimana telah dijelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara Kecerdasan emosi dan Stres akademik.

Pada penelitian ini peneliti memiliki kelemahan yaitu peneliti tidak dapat mengetahui apakah responden mengisi kuesioner sesuai dengan keadaan yang sebenarnya tau tidak karena pengisian dilakukan melalui *google form*, peneliti tidak dapat menjangkau seluruh populasi yang ada karena peneliti tidak memiliki kontak yang dapat dihubungi secara keseluruhan dan sebelumnya sudah terdapat penelitian tentang hubungan kecerdasan emosi dan Stres akademik. Adapun kelebihan dari penelitian ini yaitu dilakukan dimasa pandemi Covid-19, sehingga faktor yang mempengaruhi variabel yang digunakan berbeda dari penelitian sebelumnya dan memanfaatkan teori yang sudah ada dan mengaitkannya dengan hasil penelitian.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa koefisien korelasi *product moment* pearson penelitian adalah r sebesar -0,516 dengan signifikan p = 0,000 dimana p < 0,01 dengan sumbangan efektif sebesar 26,6% yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kecerdasan emosi dengan Stres akademik pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terdampak pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil kategorisasi diketahui bahwa Stres akademik keseluruhan tergolong sedang dengan frekuensi 58,3% dan kecerdasan emosi secara keseluruhan pada kategori tinggi dengan frekuensi 51,4%.

Saran bagi fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yaitu sebaiknya membuat kegiatan seminar tentang Stres akademik dan kecerdasan emosi agar mahasiswa lebih peka terhadap stres akademik dan mampu meningkatkan kepekaan terhadap kecerdasan emosi agar mahasiswa memiliki kecerdasan emosi yang tinggi sehingga mampu menangani tekanan tekanan yang menimbulkan stres akademik. Saran bagi mahasiswa yaitu agar lebih peka terhadap gejala dan tekanan yang mampu menimbulkan stres akademik, mahasiswa juga disarankan agar lebih peka dan sadar terhadap pentingnya kecerdasan emosi. Saran bagi penelitian selanjutnya yaitu peneliti dapat lebih teliti lagi dalam mengawasi subjek saat mengisi kuesioner, peneliti

sebaiknya mencari kontak subjek yang dapat dihubungi agar dapat menjangkau subjek sesuai dengan populasi yang ada dan mengaitkannya dengan variabel lain agar berbeda dari penelitian sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

Alvin, N. *Handling Study Stres: Panduan agar Anda Bisa Belajar bersama Anak- Anak Anda*. Jakarta : Elex Media Komputindo, 2007.

Akbar. (2013). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Stres Kerja Perawat di RSUD Banjarbaru. Journal Ecopsy, 1:(1)

Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An Assasment of Academis Stres Among Undergraduated Students. *Academic Journal, Educational Research And Review Vol. 4 (2).* pp. 063-067.

Fairbrother K, Warn J (2003). Workplace Dimensions, Stres and Job Satisfaction. *Journal Managerial Psychologhy*. 18(1): 8-21.

Govaerst, S. & Gregoire, J. (2004). Stresfull Academic Situations: Study on Appraisil Variables in Adolescence. *British Journal of Clinical Psychology, 54, 261-271*.

Goleman, D. (1999). *Working with Emotional Intelligence : Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Prestasi(ed.1).* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Agustyarna, W. (2014).) Proses Penyusunan Peraturan Desa (Studi Kasus) di Desa Penganten Kecamatan Klambu Kabupaten Grobogan berdasarkan Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2014).. . *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.

Bart, S. (1994). *Psikologi Kesehatan.* Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia.

Baumel. (2000). *Stres Belajar Akademik.* Jakarta: Gramedia Widiasarana.

Braham. (1997). Gejala Stres. *Anima. No 48. Volume xii, Juli-Sept . Indonesian Psychological journal.*

Goleman, D. (2001). *Kecerdasan Emosional untuk Mencapai Puncak Prestasi.* Jakarta: PT. Gramedia.

Goleman, D. (2002). *Working With Emotional Intelligence (terjemahan).* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Ghozali, I. (2009). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS.* Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Hadi, S. (2000.). *Analisis Regresi.* Yogyakarta: Andi Offset.

Hardjana, A. M. (1994). *Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres.* Yogyakarta: Kanisius.

Marita, S. S, dan Hening N.S. (2008). *Kajian Empiris Atas Perilaku Belajar dan Kecerdasan Emosional dalam Mempengaruhi Stres Kuliah Mahasiswa Akuntansi,*. Pontianak: Simposium Nasional Akuntansi X.

Megawati, P., & Yuwono, S. (2010). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stres Kerja Pada Perawat ICU dan Perawat IGD. *Indigenous* , 169-178.

Mulyadi, S., Rahardjo, W., dan Basuki, A.M.H. (2016). The role of parentchild relationship, self-esteem, academic self-efficacy to academic. *Procedia, Social and Behavioral Sciences DOI: 10.1016 /j.sbspro.2016.02.063)*, 603-608.

Priyatno, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS dan Tanya Jawab Ujian Pendadaran.* Yogyakarta: Gaya Media.

Safaria, Triantoro & Saputra, Eka, Nofrans. (2012). *Manajemen Emosi, Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda.* Jakarta : PT Bumi Aksara.

Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan.* Jakarta: Kencana Perdana Media.

Sarafino, E. P. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions Sixth Edition.* USA: The College of New Jersey .

Sarafino, E.P., dan Smith, T.W. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (7th ed.).* New York: John Wiley & Sons, Inc.

Soetjiningsih. (2008). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya.* Jakarta: Sagung Seto.

Sugiyono. (2012.). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B.* Bandung: Alfabeta.

Sundari, A. T. (2011). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kontrol Diri Pada Mantan Wanita Tuna Susila.* Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Tribunnews. (2020). *https://newsmaker.tribunnews.com.* Tribunnews.

Wulandari, S. (2014). *Hubungan antara efikasi diri dan stres akademik pada siswa sekolah menengah atas (SMA) yang mengikuti program akselerasi. Skripsi.* . Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia

Warsawan, I. E. (2013). Pengaruh Perilaku Belajar dan Kecerdasan Emosional . *SOSHUM JURNAL SOSIAL DAN HUMANIORA*, VOL. 3, NO.1.

Yuniani, A. (2010). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat. *Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Diponegoro*.

Yulianti (2002), Kecerdasan Emosional dan Stres Kerja, Tesis. Pascasarjana. MM UGM.

Bunga. (2020). *Update Corona Global 11 April 2020: Menginfeksi 210 Negara, Tembus 1,6 Juta Kasus, Amerika Terbanyak.* Jakarta: Tribunnews.