

LINGKUNGAN BELAJAR DAN KECERDASAN EMOSIONAL SEBAGAI FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES KULIAH MAHASISWA

Dewi Amaliah Nafiati

Program Studi Pendidikan Ekonomi-FKIP Universitas Pancasakti Tegal

ABSTRAK

Lingkungan belajar merupakan manifestasi mahasiswa dalam proses belajar. Kecerdasan emosional melatih kemampuan mahasiswa untuk mengelola perasaannya, memotivasi dirinya, kesanggupan untuk tegar dalam menghadapi frustrasi, kesanggupan mengendalikan dorongan dan menunda kepuasan sesaat, mengatur suasana hati yang reaktif, serta mampu berempati dan bekerja sama dengan orang lain sehingga dapat mendukung seorang mahasiswa untuk menghadapi stres kuliah dan mencapai tujuan serta cita-citanya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah lingkungan belajar dan kecerdasan emosional mahasiswa berpengaruh secara simultan dan parsial terhadap stres kuliah pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi, FKIP-UPS Tegal. Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa FKIP-Universitas Pancasakti Tegal. Penentuan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden penelitian ini adalah mahasiswa semester VIII (delapan) sebanyak 87 mahasiswa yang tersebar pada tiga kelas. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan alat statistik, yaitu uji F untuk mengetahui secara keseluruhan pengaruh dari semua variabel *independent* secara simultan terhadap variabel *dependent*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional secara simultan berpengaruh terhadap Stres Kuliah Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal. Pengujian ini menunjukkan hasil yang signifikan dan berarti dapat disimpulkan bahwa lingkungan belajar yang baik dapat mengurangi stres kuliah pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal. Kecerdasan emosional berpengaruh positif terhadap stres kuliah pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal.

Kata Kunci : *Lingkungan Belajar, Kecerdasan Emosional, Stres Kuliah*

PENDAHULUAN

Peneliti menganggap bahwa penelitian tentang pengaruh kecerdasan emosional dan lingkungan belajar terhadap stres kuliah sangat penting, karena siapa pun dapat mengalami stres, tak terkecuali mahasiswa. Mahasiswa terkadang merasa bosan dan tertekan dengan kuliahnya. Hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran mahasiswa mengenai makna belajar di perguruan tinggi yang akan sangat menentukan sikap dan pandangan belajar di perguruan tinggi. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Suwardjono (1991) bahwa mahasiswa yang belajar di perguruan tinggi dituntut tidak hanya mempunyai keterampilan teknis tetapi juga memiliki daya dan kerangka pikir serta sikap mental dan kepribadian tertentu sehingga mempunyai wawasan luas dalam menghadapi masalah-masalah dalam dunia nyata (masyarakat).

Hasil penelitian sebelumnya mengenai kecerdasan emosional dengan stres telah dilakukan tetapi terhadap karyawan, peneliti berasumsi bahwa kecerdasan emosional akan meningkat sesuai dengan kematangan umur seseorang, sehingga hasilnya penelitian kecerdasan emosional dengan karyawan belum tentu sama dengan hasil penelitian kecerdasan emosional pada saat mahasiswa, karena pada

saat mahasiswa suasananya, kebutuhannya, pergaulannya, dan kematangannya sangat berbeda dengan pada saat bekerja, sehingga hasil penelitian ini akan bermanfaat untuk akademisi, mahasiswa, dan pengembangan kurikulum. Bagi akademisi akan menjadi rujukan yang bermanfaat dalam mengenali mahasiswanya sesuai kematangan mereka untuk menciptakan suasana kelas yang tidak menimbulkan stres kuliah, sementara bagi mahasiswa dapat merujuk hasil penelitian ini dengan mempelajari manfaat kecerdasan emosional dan lingkungan belajar mahasiswa sehingga secara tidak langsung mahasiswa akan belajar untuk mengelola kecerdasan emosional dengan baik dan mengembangkan lingkungan belajar yang baik untuk menghadapi stres kuliah.

Penelitian mengenai stres kuliah ini dimotivasi oleh penelitian Suryaningrum dkk (2005) dan Yulianti (2002). Penelitian Yulianti (2002) menekankan pada kecerdasan emosional dengan karyawan Pusdiklat di Cepu. Hasil penelitiannya menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres kerja. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosional karyawan maka semakin rendah stres kerja.

Suryaningsum dkk (2005) menyatakan bahwa pengaruh kecerdasan emosional mahasiswa akuntansi terhadap stres kuliah hanya dipengaruhi oleh variabel pengenalan diri dan variabel keterampilan sosial, sedangkan variabel pengendalian diri, motivasi, empati, tidak berpengaruh signifikan terhadap stres kuliah. Peneliti setuju dengan hasil Suryaningsum (2005), karena memang pengendalian diri, motivasi, dan empati mahasiswa kalau diamati sepiantas memang fenomenanya adalah mahasiswa cenderung belum mampu mengendalikan dirinya sehingga terkesan seenaknya sendiri. Penelitian ini juga dimaksudkan untuk mencari jawaban atas fenomena tersebut dengan menambahi variabel lingkungan belajar mahasiswa dalam belajar akuntansi di perguruan tinggi.

Tri Maryana Ulfa (2008) menemukan bahwa lingkungan belajar mahasiswa mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prestasi belajar akuntansi. Muhibbin Syah (2003) mengemukakan secara global faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar yaitu faktor internal, faktor eksternal dan faktor pendekatan belajar. Faktor internal yakni keadaan atau kondisi jasmani dan rohani yang meliputi kondisi fisiologis (jasmani) misalnya penglihatan dan pendengaran, kondisi psikologis yang meliputi kecerdasan, bakat, minat, motivasi, emosi dan kemampuan kognitif. Faktor eksternal yakni kondisi lingkungan sekitar seperti sekolah, masyarakat dan keluarga. Faktor pendekatan belajar yakni jenis upaya belajar yang meliputi metode yang digunakan untuk melakukan kegiatan pembelajaran.

Melihat beberapa pendapat di atas ternyata faktor kecerdasan emosional dan lingkungan belajar belum banyak diuji melalui penelitian kependidikan akuntansi. Padahal lingkungan belajar merupakan manifestasi mahasiswa dalam proses belajar dan kecerdasan emosional melatih kemampuan mahasiswa untuk mengelola perasaannya, memotivasi dirinya, kesanggupan untuk tegar dalam menghadapi frustrasi, kesanggupan mengendalikan dorongan dan menunda kepuasan sesaat, mengatur suasana hati yang reaktif, serta mampu berempati dan bekerja sama dengan orang lain sehingga dapat mendukung seorang mahasiswa untuk menghadapi stres kuliah dan mencapai tujuan serta cita-citanya. Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian

tentang "Lingkungan Belajar, Kecerdasan Emosional dan Pengaruhnya Terhadap Stres Kuliah (Studi Empiris Mahasiswa Pendidikan Ekonomi, FKIP-UPS Tegal)".

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa FKIP-Universitas Pancasakti Tegal. Penentuan Sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, sampel diambil dari populasi untuk memperoleh informasi yang diinginkan dan memenuhi kriteria tertentu (Uma Sekaran, 2006). Kriteria-kriteria yang ditentukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi.
2. Mahasiswa yang menjadi sampel adalah mahasiswa tingkat akhir, karena mahasiswa angkatan tersebut sudah mengalami proses pembelajaran yang lama dan saat ini sedang melakukan tugas akhir, menjelang kelulusan.

Berdasarkan kriteria tersebut, maka responden penelitian ini adalah mahasiswa semester VIII (delapan) sebanyak 87 mahasiswa yang tersebar pada tiga kelas. Data penelitian diperoleh melalui pengiriman kuesioner dan wawancara dengan responden penelitian.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Dalam penelitian ini, data yang digunakan adalah data primer. Data primer yang diperlukan dalam penelitian ini adalah data yang didapat dari jawaban responden terhadap serangkaian pertanyaan yang diajukan peneliti. Sedangkan responden yang menjawab daftar pertanyaan tersebut adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal tingkat akhir.

Pada penelitian ini, variabel yang digunakan sebagai titik perhatian adalah :

1. Variabel terikat/ *dependent variable*
Variabel terikat/ *dependent variable* penelitian adalah Stres Kuliah.
2. Variabel bebas/ *independent variable*
Variabel bebas/ *independent variable* pada penelitian ini ada dua, yaitu Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah: teknik angket (*Kuestioner*), wawancara, pengamatan (*observasi*).

Kualitas data yang dihasilkan dari penggunaan instrumen penelitian dapat

dievaluasi melalui uji reliabilitas dan validitas. Uji validitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan korelasi *product moment* dan reliabilitas (mengukur keandalan kuesioner) dilakukan dengan menggunakan koefisien reliabilitas *alpha cronbach (r-alpha)*. Keandalan item pernyataan dianggap cukup jika koefisien yang diperoleh lebih besar dari 0,5.

Data penelitian dianalisis dengan menggunakan alat statistik, yaitu statistik deskriptif tentang gambaran kondisi demografi responden penelitian (umur, pendidikan, jenis kelamin) dan deskripsi tentang variabel-variabel penelitian. Selain itu, metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *one-tailed*. Dalam penelitian ini analisis regresi yang digunakan sebagai model untuk memprediksi hubungan antara satu variabel dependen dengan beberapa variabel independen. Selanjutnya dengan Uji F untuk mengetahui secara keseluruhan pengaruh dari semua variabel independen secara simultan terhadap variabel dependen. Model persamaan regresi berganda yang digunakan untuk mengetahui pengaruh Lingkungan Belajar (X_1) dan Kecerdasan Emosional (X_2) terhadap Stres Kuliah (Y) adalah sebagai berikut:

$$Y = b_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + e$$

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 Pendidikan Ekonomi, FKIP Universitas Pancasakti Tegal yang berada pada semester VIII.

Demografi responden ini menggambarkan, jenis kelamin, usia, dan pendidikan. Gambaran karakteristik responden pada penelitian ini tercantum pada tabel berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif: Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Ukuran Sampel	87	100
Jenis Kelamin		
Pria	29	33,3
Wanita	58	66,7
Umur		
20 th	5	5,75
21 th	49	56,3
22 th	22	25,3
23 th	11	12,6

Jumlah keseluruhan kuesioner yang disebar adalah 87 kuesioner dengan tingkat pengembalian sebesar 87 (100%) kuesioner yang kembali dengan persentase jumlah responden pria sebesar 33,3% dan jumlah responden wanita 66,7%. Sedangkan jika responden dilihat dari tingkat umur, yang berumur 20 th sejumlah 5,75%, berumur 21 tahun berjumlah 56,3%, berumur 22 tahun berjumlah 25,3% sedangkan yang berumur 23 tahun berjumlah 12,6%.

Untuk memberikan gambaran mengenai variabel-variabel penelitian digunakan tabel frekuensi absolut.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel

Variabel	Kisaran Teoritis	Kisaran Sesungguhnya	Rata-rata	Deviasi Standar
Lingkungan Belajar	10-50	11-40	25,8727	4,4968
Kecerdasan Emosional	10-50	21-45	35,1136	4,2578
Stres Kuliah	1-5	2-5	3,0591	0,5582

Sumber : Data yang diolah

Berdasarkan deskriptif data, dapat diketahui bahwa jawaban responden untuk variabel Lingkungan Belajar mempunyai skor jawaban dengan kisaran 11 sampai dengan 40 dengan rata-rata jawaban sebesar 2,58727. Kisaran tersebut menunjukkan bahwa jawaban responden tentang Lingkungan Belajar berada dalam kisaran teoritis (2,45 sampai dengan 2,8). Standar deviasi sebesar 4,4968 menunjukkan terdapat perbedaan jawaban responden yang satu dengan responden yang lainnya.

Variabel Kecerdasan Emosional sebesar 21 sampai dengan 45 dengan rata-rata jawaban untuk variabel Kecerdasan Emosional sebesar 3,51136. Rata-rata tersebut memperlihatkan bahwa jawaban responden untuk variabel Kecerdasan Emosional masih berada pada kisaran teoritis (2,9545 sampai dengan 4,0409). Standar deviasi variabel Kecerdasan Emosional sebesar 4,2578 menunjukkan perbedaan jawaban responden.

Sedangkan variabel Stres Kuliah kisaran teoritisnya antara 1-5 dengan rata-rata jawaban sebesar 3,0591. Standar deviasi sebesar 0,5582 menunjukkan terdapat

perbedaan jawaban responden yang satu dengan responden yang lainnya.

Kualitas data yang diperoleh dari penggunaan instrumen penelitian dapat dievaluasi melalui uji reliabilitas dan validitas (Toni Wijaya, 2009).

Tabel 3. Ringkasan Hasil Perhitungan Reliabilitas dan Analisis Faktor

Variabel	Hasil Perhitungan Reliabilitas Alpha Cronbach	Variabel Indikator	Hasil Perhitungan Analisis faktor dengan Kaiser MSA di atas 0,50
Lingkungan Belajar	0. 6735	X1, X2, X3, X4, X5, X6, X7, X8, X9, X10	X6, X7, X8, X9, X10
Kecerdasan Emosional	0. 7033	X11, X12, X13, X14, X15, X16, X17, X18, X19, X20	X16, X17, X18, X19, X20

Sumber : Data yang diolah

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan alpha cronbach diketahui bahwa variabel Lingkungan Belajar memiliki nilai alpha sebesar 0,6735. Untuk variabel Kecerdasan Emosional memiliki alpha sebesar 0,7033. Berikut ini hasil analisis regresi linier berganda analisis faktor-faktor yang mempengaruhi stres kuliah:

Tabel 4. Regresi Linier Berganda Model Summary

Model	R	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,560(a)	,314	53,465

a Predictors: (Constant), LING, EMOTIONAL

Dari tabel tersebut, nilai R sebesar 0,560 menunjukkan korelasi ganda (Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional) dengan Stres Kuliah.

Nilai Adjusted R Square sebesar 0,294 menunjukkan besarnya peran atau kontribusi variabel Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional mampu menjelaskan variabel Stres Kuliah sebesar 29,4%.

Tabel 5. Uji Signifikansi Simultan ANOVA(b)

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	285426,511	2	47571,085	16,835	,000(a)
	Residual	601888,489	21	2825,768		
	Total	887315,000	21			

a Predictors: (Constant), LING, EMOTIONAL

b Dependent Variable: STRES KULIAH

Analisis berdasarkan uji F atau uji signifikansi simultan menjawab hipotesis pertama, yaitu Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional secara simultan berpengaruh terhadap Stres Kuliah diterima. Nilai probabilitas F (F-hitung) dalam regresi linear berganda $0,000 < 0,05$ menjelaskan bahwa hipotesis (H_a) yang diajukan diterima. Hal ini berarti bahwa variabel Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional secara bersama-sama berpengaruh terhadap Stres Kuliah.

Tabel 6. Uji t Coefficients(a)

Model		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Beta		
1	(Constant)	331,858		5,477	,000
	Lingkungan Belajar	1,822	,129	2,212	,028
	Kecerdasan Emosional	2,738	,183	3,036	,003

a Dependent Variable: Stres Kuliah

Hasil *output* SPSS menunjukkan koefisien beta untuk lingkungan belajar adalah 0,129 dengan signifikansi 0,028. Nilai signifikansi sebesar 0,028 ini lebih kecil 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa variabel independen yaitu Lingkungan Belajar berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen yaitu Stres Kuliah. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan Lingkungan Belajar berpengaruh terhadap Stres Kuliah diterima atau benar.

Hasil *output* SPSS menunjukkan koefisien beta Kecerdasan Emosional sebesar 0,183 dengan signifikansi sebesar 0,003. Nilai signifikansi sebesar 0,003 lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa variabel independen yaitu Kecerdasan Emosional berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen yaitu Stres Kuliah. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan Kecerdasan Emosional berpengaruh terhadap Stres Kuliah diterima atau benar. Dengan demikian, dapat dirumuskan suatu persamaan regresi pengaruh Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional terhadap Stres Kuliah sebagai berikut:

$$Y = 0,129X_1 + 0,183X_2$$

SIMPULAN

Pengujian secara bersama-sama menunjukkan hasil yang signifikan. Dengan demikian Lingkungan Belajar dan Kecerdasan Emosional secara simultan berpengaruh terhadap Stres Kuliah mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal. Lingkungan belajar berpengaruh positif terhadap Stres Kuliah mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal. Pengujian ini menunjukkan hasil yang signifikan dan berarti dapat disimpulkan bahwa lingkungan belajar yang baik dapat mengurangi stres kuliah pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal. Kecerdasan Emosional berpengaruh positif terhadap Stres Kuliah mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal. Pengujian ini menunjukkan hasil yang signifikan berarti dapat disimpulkan bahwa Kecerdasan Emosional mahasiswa dapat menekan dan mengurangi Stres Kuliah mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Pancasakti Tegal.

DAFTAR PUSTAKA

Ariyanti, Ika M P 2005, *Pengaruh Kecerdasan Emosional Mahasiswa Akuntansi Terhadap Stres Kuliah*, Skripsi Fakultas Ekonomi, UPN "Veteran", Yogyakarta.

Bulo, William 2002, *Pengaruh Tingkat Pendidikan Tinggi Terhadap Kecerdasan Emosional*, Skripsi Fakultas Ekonomi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

Cooper, R.K. dan Sawaf A 1998, *Executive EQ: Kecerdasan emosional dalam Kepemimpinan Organisasi*,

(Terjemahan T. Hermaya), Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Goleman, Daniel 2000, *Working With Emotional Intelligence*, (Terjemahan Alex Tri Kantjono W) Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Handoko, T. Hani 2000, *Manajemen Personalia dan Sumberdaya Manusia*, Edisi 2, Yogyakarta: BPFE.
- Hanifah, Syukriy Abdullah 2001, *Pengaruh Perilaku Belajar Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Akuntansi*, Media Riset Akuntansi, Auditing dan Informasi, Volume 1, No. 3, 63-86.
- Hardjana, Agus 1994, *Stres Tanpa Distres*, Yogyakarta: Kanisius.
- Juliana 2004, *Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Etis Mahasiswa Akuntansi*, Skripsi Fakultas Ekonomi, UPN "Veteran", Yogyakarta.
- Singgih, Santoso 2001, *SPSS Versi 10.0 Mengelola Data Statistik Secara Profesional*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Sugiyono 1991, *Metode Penelitian Bisnis*, Bandung: Alfabeta.
- Suryaningsum, Sri, Suchayo Heriningsih dan Afifah Afuwah (2004), *Pengaruh Pendidikan Tinggi Akuntansi Terhadap Kecerdasan Emosional Mahasiswa*, SNA VII, Denpasar Bali.
- Suryaningsum, Sri, Suchayo Heriningsih 2005 *Kajian Empiris Atas Pengaruh Kecerdasan Emosional Mahasiswa Akuntansi Terhadap Stres Kuliah*, Sposium Nasional Mahasiswa Dan Alumni Pascasarjana Ilmu-Ilmu Ekonomi, MM UGM.
- Sutrisno, Hadi 1991, *Statistika*, Edisi ke 6, Jilid ke 2, Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Suwardjono 1991, *Perilaku Belajar di Perguruan Tinggi*, Jurnal Akuntansi, edisi Maret, Yogyakarta: STIE YKPN.
- Trisnawati, Eka Indah. Suryaningsum, Sri. 2003, *Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi*, SNA VI, Surabaya.
- Yulianti 2002, *Kecerdasan Emosional dan Stres Kerja*, Tesis. Pascasarjana. MM UGM.