



**Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Akademik Mahasiswa Di Universitas X
Jakarta Barat Pada Masa Pembelajaran Daring COVID-19**

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program
Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi**

Oleh:

RAHMI ELYUNUSYAH

46116110088

**UNIVERSITAS MERCU BUANA
FAKULTAS PSIKOLOGI PROGRAM
STUDI PSIKOLOGI
2022**

Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Akademik Mahasiswa di Universitas X Jakarta Barat Pada Masa Pembelajaran Daring COVID-19

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

Oleh:

RAHMI ELYUNUSYAH

UNIVERSITAS
46116110088
MERCU BUANA

UNIVERSITAS MERCU BUANA
FAKULTAS PSIKOLOGI PROGRAM STUDI
PSIKOLOGI
2022

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar benarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini :

Judul : Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Akademik Mahasiswa di Universitas X Jakarta Barat Pada Masa Pembelajaran Daring COVID-19

Nama : Rahmi Elyunusyah

NIM : 46116110088

Program : Program Studi Psikologi

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengelolannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 12 Agustus 2022

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Rahmi Elyunusyah

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Skripsi yang berjudul “**Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Akademik Mahasiswa Di Universitas X Jakarta Barat Pada Masa Pembelajaran Daring COVID-19**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 12 Agustus 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 12 Agustus 2022

Sidang Skripsi

Penguji 1

Penguji 2



Melani Aprianti, M.Psi., Psikolog



Winy Nila Wisudawati, M.Psi.,

Psikolog Pembimbing



Maria Ulfa, M.Psi., Psikolog

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Akademik
Mahasiswa Di Universitas X Jakarta Barat Pada Masa
Pembelajaran Daring COVID-19

Nama : Rahmi Elyunusyah

NIM : 46116110088

Program Studi : S1 Psikologi

Tanggal Sidang : 12 Agustus 2022

Pembimbing



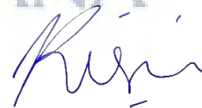
Maria Ulfa, M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi **UNIVERSITAS** Ketua Program Studi Psikologi

MERCU BUANA



Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan anugerah-Nya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN STRES AKADEMIK MAHASISWA DI UNIVERSITAS X JAKARTA BARAT PADA MASA PEMBELAJARAN DARING COVID-19” Karya Tugas Akhir ini disusun guna memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Dalam penelitian ini, Peneliti menyadari bahwa ada banyaknya dorongan support dari beberapa pihak atas bimbingan dan pengarahan yang telah membantu terselesaikannya Tugas Akhir penulis dengan baik, maka peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Kedua orang tua dan mami yang selalu memberikan support, perhatian dan kasih sayang selama penyusunan skripsi.
2. Diri sendiri yang mampu berjuang dan bertahan hingga titik akhir pendidikan.
3. Ibu Maria Ulfah, M. Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama proses penyusunan skripsi.
4. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang saya hormati dan telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah di Universitas Mercu Buana.
5. Kuncoro Aji Pamungkas, Ristiani Solikhatun, Isti Nurjanah, Yulianti, Nur Ayni Andrian, Novi Andriyani, Tiara Ramadhaniyah, Rusmiyati, Hanifa Aulia, Indah Fajriana yang selalu membantu, memberikan support yang besar dalam penyusunan skripsi.
6. Muhamad Rizki yang memberi semangat untuk menyelesaikan masa studi.
7. Teman-teman Psikologi pagi UMB 2016 Angkatan 29 yang mendampingi selama proses perkuliahan.

Akhir kata Semoga Allah SWT senantiasa memberikan segala kebaikan kepada ibu/bapak serta teman-teman dan semua pihak yang telah membantu.

Jakarta, 12 Agustus 2022

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iv
PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Stres Akademik	10
2.1.1 Stres Akademik	10
2.1.2 Aspek-Aspek Stres Akademik	11
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik	12
2.2 Kecerdasan Emosional.....	15
2.2.1 Defini Kecerdasan Emosional.....	15
2.2.2 Aspek-aspek Kecerdasan Emosional.....	16
2.2.3 Faktor-Faktor Kecerdasan Emosional Stres Akademik.....	17
2.3 Pembelajaran Daring.....	18
2.3.1 Definisi Pembelajaran daring.....	18
2.3.2 Manfaat pembelajaran daring	19

2.3.3 Prinsip Pembelajaran daring	20
2.3.4 Kebijakan pembelajaran daring	20
2.4 Covid-19.....	21
2.4.1 Pandemi Covid-19	21
2.5 Penelitian Terdahulu	22
2.6 Kerangka Berpikir	27
2.6.1 Dinamika Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Stres Akademik	27
2.7 Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Design Penelitian	30
3.2 Variabel Penelitian.....	30
3.3 Definisi Konseptual dan Operasional	30
3.3.1 Definisi Konseptual.....	30
3.3.2 Definisi Operasional.....	31
3.4 Populasi dan Sample Penelitian.....	31
3.4.1 Populasi Penelitian	31
3.4.2 Sample Penelitian.....	32
3.5 Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	32
3.5.1 Alat Ukur Kecerdasan Emosional.....	33
3.5.2 Alat Ukur Stres Akademik.....	34
3.6 Metode Analisis Data.....	35
3.6.1 Uji Validitas	35
3.6.2 Uji Reliabilitas	36
3.6.3 Uji Normalitas	36
3.7 Teknik Analisis Data	36
3.7.1 Analisis Korelasi	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Gambaran Responden Penelitian.....	39
4.2 Uji Validitas dan Reabilitas.....	41
4.2.1 Uji Validitas	41
4.2.2 Uji Reliabilitas	43
4.3 Uji Hipotesis.....	44

4.3.1 Uji Korelasi Antar Variabel.....	45
4.3.2 Uji Korelasi Antar Dimensi	46
4.4 Uji Normalitas	44
4.5 Pembahasan.....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	50
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	50
5.3 Saran	50
5.3.1 Saran Metodologi	50
5.3.2 Saran Praktis	50
LAMPIRAN	52
DAFTAR PUSTAKA	52



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Penelitian Terdahulu	23
Tabel 3.1 Skor Skala Likert	34
Tabel 3.2 Blue Print Kecerdasan Emosioanal.....	34
Tabel 3.3 Skor Skala Likert	35
Tabel 3.4 Blue print Stres Akademik	35
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Bedasarkan Jenis Kelamin.....	39
Tabel 4.2 Kategorisasi Kecerdasan emosional	39
Tabel 4.3 Kategorisasi Stres Akademik	40
Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas Kecerdasan emosional.....	41
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Stres Akademik.....	42
Tabel 4.6 Uji Reliabilitas Kecerdasan Emotional	43
Tabel 4.7 Uji Reabilitas Stres Akademik	43
Tabel 4.8 Uji Korelasi antar variabel	45
Tabel 4.9 Uji Korelasi Antar Dimensi.....	46
Tabel 5.0 Hasil Uji Normalitas	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 kerangka berpikir hubungan kecerdasan emosional dan stres akademik30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Gambaran Umum	51
Lampiran Kuesioner Penelitian	64

