

PERAN PSIKOLOGI CAPITAL, EMOTIONAL INTELEGENCE DAN ACADEMIC STRESS TERHADAP ACADEMIC PEFORMANCE PADA MAHASISWA UNIVERSITAS BUNG HATTA

Endang Zalvia Zafitri¹, Elfitra Azliyanti²

Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bung Hatta

Email: zafitriendangzalvia@gmail.com, elfitraazliyanti@bunghatta.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh Psychological Capital (PsyCap), Emotional Intelligence (EI), dan Academic Stress terhadap Academic Performance mahasiswa Jurusan Manajemen Universitas Bung Hatta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian survei. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif Jurusan Manajemen Universitas Bung Hatta. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 211 responden. Analisis data dilakukan menggunakan metode regresi linear berganda dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Berdasarkan uji hipotesis parsial (uji t), diperoleh hasil sebagai berikut: (1) Psychological Capital berpengaruh positif dan signifikan terhadap Academic Performance H_1 diterima. (2) Emotional Intelligence berpengaruh positif dan signifikan terhadap Academic Performance H_2 diterima. (3) Academic Stress tidak berpengaruh signifikan terhadap Academic Performance H_3 ditolak. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa pada sampel penelitian ini telah memiliki mekanisme coping yang memadai sehingga stres akademik yang dialami tidak sampai mengganggu kinerja akademik secara signifikan.

Kata Kunci: Psychological Capital, Emotional Intelligence, Academic Stress, Academic Performance.

**THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL CAPITAL, EMOTIONAL
INTELLIGENCE AND ACADEMIC STRESS
ON ACADEMIC PERFORMANCE OF
BUNG HATTA UNIVERSITY STUDENTS**

Endang Zalvia Zafitri¹, Elfitra Azlianti²

Management Study Program, Faculty of Economics and Business, Bung Hatta University

Email: zafitriendangzalvia@gmail.com, elfitraazlianti@bunghatta.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of Psychological Capital (PsyCap), Emotional Intelligence (EI), and Academic Stress on the Academic Performance of Management students at Bung Hatta University. This study used a quantitative approach with a survey research design. The study population was all active students of the Management Department at Bung Hatta University. Sampling was conducted using the Slovin formula with a 5% error rate, resulting in a sample of 211 respondents. Data analysis was performed using multiple linear regression with the aid of SPSS software. Based on the partial hypothesis test (t-test), the following results were obtained: (1) Psychological Capital has a positive and significant effect on Academic Performance (H_1) is accepted. (2) Emotional Intelligence has a positive and significant effect on Academic Performance (H_2) is accepted. (3) Academic Stress does not have a significant effect on Academic Performance (H_3) is rejected. This indicates that the students in this study sample have adequate coping mechanisms so that the academic stress they experience does not significantly interfere with their academic performance.

Keywords: Psychological Capital, Emotional Intelligence, Academic Stress, Academic Performance

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi merupakan fase penting dalam pembentukan kompetensi akademik dan profesional mahasiswa. Keberhasilan mahasiswa dalam menjalani pendidikan tinggi umumnya diukur melalui *academic performance*, yang menjadi indikator utama kualitas pembelajaran serta daya saing institusi. Selama ini, faktor kognitif seperti kecerdasan intelektual dianggap sebagai penentu utama keberhasilan akademik. Namun, perkembangan psikologi positif menunjukkan bahwa faktor non-kognitif, khususnya faktor psikologis, memiliki peran yang tidak kalah penting dalam menentukan prestasi akademik mahasiswa. Fenomena yang terjadi di Universitas Bung Hatta menunjukkan adanya penurunan jumlah mahasiswa aktif dalam lima tahun terakhir, dengan penurunan signifikan sejak tahun 2021 hingga 2024. Kondisi ini menjadi indikator penting perlunya evaluasi menyeluruh terhadap faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan dan keberlangsungan studi mahasiswa, termasuk faktor psikologis yang berkaitan dengan performa akademik mereka. Salah satu faktor psikologis yang berperan adalah *Psychological Capital (PsyCap)*, yaitu kondisi perkembangan psikologis positif yang terdiri dari empat komponen utama: *self-efficacy*, *optimism*, *hope*, dan *resilience*. Mahasiswa dengan tingkat PsyCap yang tinggi cenderung lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas, optimis terhadap masa depan akademik, gigih dalam mencapai tujuan, serta mampu bangkit dari kegagalan. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *PsyCap* berhubungan positif dengan motivasi, keterlibatan belajar, dan prestasi akademik. Selain itu, *Emotional Intelligence* (kecerdasan emosional) juga menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan akademik. Kecerdasan emosional mencakup kemampuan mengenali, memahami, serta mengelola emosi diri dan orang lain. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang baik lebih mampu mengendalikan kecemasan saat ujian, menjaga fokus belajar, serta membangun hubungan interpersonal yang positif, yang pada akhirnya mendukung peningkatan *academic performance*. Di sisi lain, mahasiswa juga menghadapi berbagai tekanan akademik yang dapat menimbulkan *academic stress*. Stres akademik dapat berasal dari tuntutan tugas, tekanan nilai, keterbatasan waktu, maupun kekhawatiran terhadap masa depan. Jika tidak dikelola dengan baik, stres akademik berpotensi menurunkan konsentrasi, motivasi, serta kinerja akademik mahasiswa. Namun, mahasiswa dengan sumber daya psikologis yang kuat cenderung mampu mengelola stres secara lebih adaptif. Berdasarkan observasi awal, sebagian mahasiswa Universitas Bung Hatta mengalami tingkat stres akademik yang cukup tinggi, namun mahasiswa dengan PsyCap dan kecerdasan emosional yang baik menunjukkan performa akademik yang lebih optimal. Hal ini mengindikasikan bahwa faktor psikologis positif berperan penting dalam menunjang keberhasilan akademik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh Psychological Capital, Emotional Intelligence, dan Academic Stress terhadap Academic Performance mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan literatur psikologi positif di bidang pendidikan serta kontribusi praktis bagi institusi dalam merancang program pengembangan mahasiswa berbasis penguatan sumber daya psikologis.

KAJIAN LITERATUR

Kajian literatur dalam penelitian ini membahas empat variabel utama, yaitu *Academic Performance*, *Psychological Capital (PsyCap)*, *Emotional Intelligence (EI)*, dan *Academic Stress*, serta hubungan antarvariabel tersebut berdasarkan teori dan penelitian terdahulu.

Academic Performance merupakan indikator keberhasilan mahasiswa dalam proses pembelajaran yang umumnya diukur melalui Indeks Prestasi (IPK), nilai akademik, serta pencapaian pembelajaran lainnya. Prestasi akademik tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan intelektual, tetapi juga oleh faktor psikologis, emosional, dan lingkungan. Oleh karena itu, pendekatan yang lebih komprehensif diperlukan untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi kinerja akademik mahasiswa. *Psychological Capital (PsyCap)* merupakan konsep dalam psikologi positif yang dikembangkan oleh Luthans, yang terdiri dari empat komponen utama: *self-efficacy* (keyakinan diri), *hope* (harapan), *optimism* (optimisme), dan *resilience* (ketahanan). *Self-efficacy* membantu mahasiswa percaya diri dalam menyelesaikan tugas akademik. *Hope* mendorong mahasiswa memiliki tujuan yang jelas dan strategi untuk mencapainya. *Optimism* membuat mahasiswa memandang tantangan secara positif, sedangkan *resilience* memungkinkan mahasiswa bangkit dari kegagalan akademik. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *PsyCap* berpengaruh positif terhadap motivasi belajar, keterlibatan akademik, dan prestasi mahasiswa. *Emotional Intelligence (EI)* merujuk pada kemampuan individu dalam mengenali, memahami, mengelola, dan memanfaatkan emosi secara efektif. Berdasarkan teori Goleman, kecerdasan emosional mencakup kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Dalam konteks akademik, mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang baik lebih mampu mengelola kecemasan, menjaga fokus, serta membangun hubungan interpersonal yang mendukung proses belajar. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa EI berkontribusi positif terhadap *academic performance* karena membantu mahasiswa mengelola tekanan dan meningkatkan adaptasi sosial di lingkungan kampus. Sebaliknya, *Academic Stress* adalah tekanan yang muncul akibat tuntutan akademik seperti tugas, ujian, beban SKS, dan ekspektasi prestasi. Stres akademik dapat berdampak negatif terhadap konsentrasi, motivasi, kesehatan mental, dan hasil belajar apabila tidak dikelola dengan baik. Namun, tingkat stres yang moderat kadang dapat memotivasi mahasiswa untuk meningkatkan kinerja. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa stres akademik yang tinggi cenderung berhubungan negatif dengan prestasi akademik. Secara konseptual, *PsyCap* dan *Emotional Intelligence* dipandang sebagai sumber daya psikologis yang dapat meningkatkan *academic performance*, baik secara langsung maupun dengan membantu mahasiswa mengelola *academic stress*. Mahasiswa yang memiliki modal psikologis tinggi dan kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih adaptif dalam menghadapi tekanan akademik sehingga mampu mempertahankan atau meningkatkan prestasi. Berdasarkan teori dan hasil penelitian sebelumnya, penelitian ini membangun kerangka konseptual bahwa *Psychological Capital* dan *Emotional Intelligence* berpengaruh positif terhadap *Academic Performance*, sedangkan *Academic Stress* berpengaruh negatif terhadap *Academic Performance*. Kajian literatur ini menjadi dasar dalam penyusunan hipotesis penelitian serta model analisis yang digunakan.

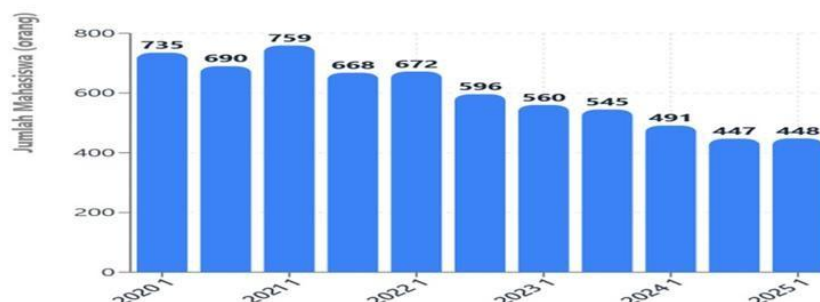
METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif, yang berarti proses penelitian dilakukan secara terencana dan sistematis guna menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Pendekatan ini menitik beratkan pada pengumpulan data berbentuk angka serta analisis data melalui metode statistik, sehingga hasil yang diperoleh dapat digeneralisasi dan dijadikan sebagai acuan dalam pengambilan keputusan. 23 Metode kuantitatif dianggap sebagai pendekatan ilmiah karena mengikuti prinsip-prinsip keilmuan seperti objektivitas, empirisme, keterukuran, rasionalitas, dan sistematis. Dalam pelaksanaannya, data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarkan kepada responden yang dipilih berdasarkan teknik sampling tertentu. Data tersebut kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk memberikan gambaran faktual dan akurat mengenai karakteristik data. Fadilla et al., (2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Universitas Bung Hatta sebagai salah satu perguruan tinggi swasta di Sumatera Barat mengalami fenomena yang mengkhawatirkan terkait jumlah mahasiswa S1. Data historis menunjukkan adanya tren penurunan yang signifikan dalam kurun waktu lima tahun terakhir. Pada semester 2020-1, tercatat sebanyak 735 mahasiswa S1 aktif, kemudian meningkat mencapai puncaknya pada semester 2021-1 dengan 759 mahasiswa. Namun, sejak saat itu terjadi penurunan yang konsisten dan drastis hingga semester 2024-2 yang hanya mencatat 448 mahasiswa, atau turun sebesar 41% dari titik puncak tahun 2021.

**Jumlah Mahasiswa S1 Angkatan
2020-2025**
Universitas Bung Hatta



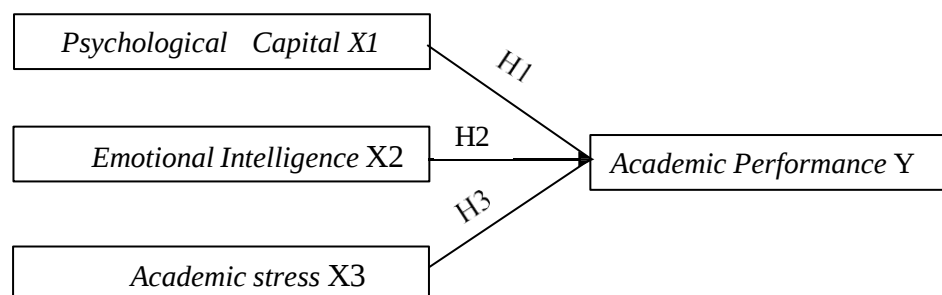
Gambar 1 Jumlah Mahasiswa 2020-2025

Sumber: Universitas Bung Hatta

Penurunan jumlah mahasiswa ini bukan hanya sekadar angka statistik, melainkan indikator krusial yang dapat mempengaruhi keberlanjutan operasional universitas, kualitas pembelajaran, daya saing institusi, hingga reputasi perguruan tinggi di tingkat regional maupun nasional. Fenomena ini perlu mendapat perhatian serius karena dampaknya yang multidimensional, mulai dari aspek finansial, akademik, hingga sosial kemasyarakatan. Beberapa dugaan faktor yang berkontribusi terhadap penurunan ini antara lain: dampak pandemi COVID-19 yang mengubah preferensi mahasiswa terhadap pembelajaran daring, meningkatnya persaingan dengan perguruan tinggi negeri dan swasta

lainnya yang menawarkan program studi lebih variatif, perubahan kondisi ekonomi masyarakat yang mempengaruhi daya beli terhadap pendidikan tinggi, serta kemungkinan kurangnya strategi pemasaran dan branding institusi yang efektif. Meskipun terdapat sedikit peningkatan pada semester 2025-1 menjadi 448 mahasiswa, angka ini masih jauh di bawah capaian tahun-tahun sebelumnya dan belum menunjukkan tanda pemulihan yang signifikan. Oleh karena itu, diperlukan kajian mendalam untuk mengidentifikasi akar permasalahan dan merumuskan strategi yang tepat guna membalikkan penurunan mahasiswa saat sekarang ini. Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan guna memberikan gambaran komprehensif mengenai faktor-faktor yang menyebabkan penurunan jumlah mahasiswa. Dari latar belakang diatas dapat menyimpulkan untuk memberikan judul penelitian peran psychological capital, emotional intelligence, dan academic stress terhadap academic performance mahasiswa di Universitas Bung Hatta. Usahakan tabel jangan terpotong pada halaman yang berbeda, kecuali jika besarnya melebihi satu halaman. Jika harus terpotong, jangan lupa tulis ulang header row untuk setiap kolomnya, diberi nomor urut tabel yang sama, dan judul diganti dengan Lanjutan. Judul tabel tidak diakhiri dengan titik. Tabel tidak perlu menggunakan garis vertikal.

Berdasarkan kajian teori dan penelitian terdahulu, penelitian ini mengusulkan kerangka konseptual yang mengintegrasikan psychological capital, emotional intelligence, dan academic stress dalam memprediksi academic performance mahasiswa.



Gambar 2 Kerangka Berpikir Konseptual

Sumber: Data Diolah Penulis (2025)

Berdasarkan kerangka konseptual di atas, hipotesis penelitian ini adalah:

1. H1: *Psychological capital* berpengaruh positif terhadap *academic Performance* mahasiswa.
 2. H2: *Emotional intelligence* berpengaruh positif terhadap *academic performance* mahasiswa.
 3. H3: *Academic stress* berpengaruh positif terhadap *academic performance* mahasiswa.
- a. Pengaruh X1 Terhadap Y Adanya pengaruh Influencer Marketing terhadap keputusan pembelian dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fera Anggraini & Mirzam Arqy Ahmadi, 2024) Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pemasaran influencer memiliki dampak yang positif dan signifikan terhadap keputusan pembelian konsumen. Dengan demikian konsumen melakukan riset tambahan sebelum melakukan pembelian, serta lebih memilih produk yang dipromosikan oleh influencer.
- b. Pengaruh X2 Terhadap Y Adanya pengaruh Affiliate Marketing Terhadap keputusan pembelian dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Elsa Fadila & Fauji, 2024) menunjukkan bahwa pemasaran afiliasi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap keputusan pembelian konsumen. Dengan demikian, strategi pemasaran

afiliasi yang efektif berkontribusi terhadap keputusan pembelian.

- c. Pengaruh X1 dan X2 Terhadap Y Adanya pengaruh Influencer Marketing dan Affiliate Marketing Terhadap keputusan pembelian dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Femmy Wiandini Poetri et al., 2025) Menunjukkan bahwa Influencer Marketing memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap keputusan pembelian, sedangkan Affiliate Marketing tidak memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap keputusan pembelian.

Jumlah kuesioner yang dibagikan pada semua bidang adalah sebanyak 211 kuesioner, dari jumlah total kuesioner yang disebar tersebut telah diisi dan dikembalikan semuanya sebanyak 211 Kuesioner.

Tabel 1 Perhitungan Hasil Penyebaran Kuesioner

No.	Kuesioner	Jumlah	Persentase%
1	Kuesioner yang didistribusikan	211	100%
2	Kuesioner yang tidak Kembali	0	0%
3	Kuesioner yang salah isi (cacat atau rusak)	0	0%
4	Kuesioner yang layak untuk olah data	211	100%

Sumber: Data Observasi, 2026

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Karakteristik responden penelitian merupakan profil yang ada pada objek penelitian, meliputi jenis kelamin sebagai berikut:

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Keterangan	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	98	46.4
Perempuan	113	53.6
Total	211	100.0

Sumber : Observasi Lapangan, 2026

Berdasarkan tabel diatas diperoleh data responden yang berjenis kelamin laki-laki adalah sebanyak 98 orang dengan persentase sebesar 46.4%, yang berjenis kelamin perempuan adalah sebanyak 113 orang dengan persentase sebesar 53,6%.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Karakteristik responden penelitian merupakan profil yang ada pada objek penelitian, meliputi usia sebagai berikut:

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Keterangan	Jumlah	Persentase (%)
18-20 tahun	70	33.1
21-23 tahun	85	40.2
> 23 tahun	56	26.7
Total	211	100.0

Sumber : Observasi Lapangan, 2026

Berdasarkan usia, responden yang berumur 18-20 tahun sebanyak 70 orang dengan persentase sebesar 33,1%, yang berumur 21-23 tahun sebanyak 85 orang dengan persentase sebesar 40,2% dan yang berumur > 23 tahun sebanyak 56 orang dengan persentase sebesar 26,7%. Hal ini menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini dominan berumur 21-23 tahun.

Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan Karakteristik responden penelitian merupakan profil yang ada pada objek penelitian, meliputi pekerjaan sebagai berikut:

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan

Pekerjaan	Jumlah	Persentase (%)
Angkatan 21	18	0.9
Angkatan 22	70	33.2
Angkatan 23	8	0.4
Angkatan >23	115	54,5
Total	211	100.0

Sumber : Observasi Lapangan, 2026

Selanjutnya jika ditinjau dari sisi pekerjaan yang menunjukkan yang angkatan 21 sebanyak 18 orang dengan persentase 0,9%, yang mahasiswa Angkatan 22 sebanyak 70 orang dengan persentase 33,2%, yang mahasiswa angkatan sebanyak 8 orang dengan persentase 0,4% dan yang mahasiswa Angkatan lebih dari tangkatan 2023 sebanyak 115 dengan persentase sebesar 54,5%. Hal ini menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini dominan mahasiswa Angkatan lebih dari Angkatan 23.

Tabel 5 Uji Validitas dan Realibilitas

Factor loading	Reliabilitas	No	Variabel	Item Asli	Valid
0,586-0,696	0,824	1.	Psychological capital	120	12
0,523-0,774	0,786	1.	Emotional Intelegence	10	10
0,627-0,880	0,872	1.	Academic Stress	10	10
0,404-0,860	8,02	1.	Academic performance	10	10

Sumber : Observasi Lapangan, 2026

Tabel 6 Hasil Pengujian Hipotesis Penelitian

Hipotesis	Pernyataan	Signifikan	Pembanding	Keputusan
H ₁	Terdapat pengaruh yang signifikan antara Psychological capital terhadap academic performance.	0,000	0,05	Diterima
H ₂	Terdapat pengaruh yang signifikan antara Emotional Intelegence terhadap academic performance.	0,000	0,05	Diterima
H ₃	Terdapat pengaruh yang signifikan antara Academic Stress terhadap academic performance.	0,054	0,05	Ditolak

Sumber : Olahan SPSS, 2026

Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat psychological capital yang dimiliki oleh seorang mahasiswa, maka semakin baik pula performa akademik yang dicapainya. Psychological capital yang mencakup dimensi efikasi diri (self-efficacy), optimisme (optimism), ketangguhan (resilience), dan harapan (hope) terbukti berperan penting dalam mendorong mahasiswa untuk lebih tekun, gigih, dan termotivasi dalam menghadapi tantangan akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa individu dengan psychological capital yang tinggi cenderung memiliki ketahanan mental yang lebih kuat sehingga mampu mempertahankan dan meningkatkan prestasi akademiknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Luthans et al. (2021) yang menemukan bahwa psychological capital yang terdiri dari self-efficacy, optimism, hope, dan resilience secara positif dan signifikan berkontribusi terhadap pencapaian akademik mahasiswa. Begitu pula dengan temuan Datu et al. (2022) yang menyatakan bahwa mahasiswa dengan psychological capital tinggi cenderung lebih tekun dalam menghadapi tantangan akademik sehingga menghasilkan performa yang lebih optimal. Selain itu, Jiang et al. (2020) juga mengkonfirmasi bahwa komponen psychological capital seperti harapan dan efikasi diri memiliki peran penting dalam mendorong motivasi belajar yang pada akhirnya meningkatkan prestasi akademik mahasiswa. Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian Avey et al. (2021) yang menyimpulkan bahwa psychological capital tidak selalu berpengaruh langsung terhadap academic performance, melainkan dimediasi oleh variabel keterlibatan (engagement) mahasiswa dalam proses pembelajaran.

- a. pengaruh Emotional Intelegence terhadap academic performance Pengujian hipotesis kedua (H₂) menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari nilai pembanding 0,05. Dengan demikian, H₂ diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara emotional intelligence terhadap academic performance. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi baik diri sendiri maupun orang lain memberikan kontribusi nyata terhadap pencapaian akademik. Mahasiswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan, membangun hubungan interpersonal yang positif, serta membuat keputusan yang lebih baik dalam proses belajar. Hal ini mendukung pandangan bahwa kecerdasan emosional bukan hanya pelengkap kecerdasan intelektual, melainkan faktor krusial yang secara langsung memengaruhi keberhasilan akademik seseorang.
- b. Temuan ini konsisten dengan penelitian Petrides et al. (2020) yang menegaskan bahwa mahasiswa dengan kecerdasan emosional tinggi mampu mengelola tekanan akademik dengan lebih baik sehingga menghasilkan performa akademik yang lebih unggul. Sejalan dengan itu, MacCann et al. (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa emotional

intelligence berkorelasi positif dengan nilai akademik mahasiswa karena membantu mereka dalam mengatur strategi belajar dan menghadapi kegagalan secara konstruktif. Penelitian Sanchez-Ruiz et al. (2021) juga memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa trait emotional intelligence berpengaruh signifikan terhadap academic performance di berbagai jenjang pendidikan tinggi. Di sisi lain, penelitian Newsome et al. (2020) memberikan hasil yang bertolak belakang, di mana emotional intelligence tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap academic performance ketika variabel kontrol seperti kepribadian dan motivasi diikutsertakan dalam model penelitian.

- c. pengaruh Academic Stress terhadap academic performance ada pengujian hipotesis ketiga (H3), diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,054 yang lebih besar dari nilai pembanding 0,05. Dengan demikian, H3 ditolak, yang berarti tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara academic stress terhadap academic performance. Meskipun secara teoritis stres akademik sering dikaitkan dengan penurunan performa belajar, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak terbukti secara statistik pada sampel yang diteliti. Hal ini dapat dijelaskan oleh beberapa kemungkinan, antara lain bahwa mahasiswa telah memiliki strategi koping (coping strategy) yang memadai sehingga mampu mengelola stres secara efektif tanpa berdampak negatif pada prestasi akademik mereka. Selain itu, terdapat kemungkinan bahwa tingkat stres yang dialami responden masih berada pada tahap eustress, yakni stres positif yang justru dapat memotivasi individu untuk bekerja lebih keras.

Temuan ini memperkaya diskusi ilmiah bahwa hubungan antara stres akademik dan performa akademik bersifat kompleks dan tidak selalu linier, sehingga perlu dipertimbangkan faktor-faktor moderasi maupun mediasi lainnya dalam penelitian selanjutnya. Hasil ini didukung oleh penelitian Robotham & Julian (2020) yang menemukan bahwa hubungan antara academic stress dan academic performance tidak selalu bersifat linier dan signifikan, karena terdapat faktor moderasi seperti mekanisme koping dan dukungan sosial yang mempengaruhi hubungan tersebut. Begitu pula penelitian Putwain & Daly (2021) yang menyimpulkan bahwa stres akademik pada level tertentu justru tidak berdampak nyata terhadap performa akademik karena mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi yang memadai. Namun demikian, hasil ini bertentangan dengan penelitian Misra & McKean (2020) yang membuktikan bahwa academic stress berpengaruh negatif dan signifikan terhadap academic performance mahasiswa, di mana semakin tinggi stres yang dirasakan, semakin rendah prestasi akademik yang diraih. Penelitian Saleh et al. (2021) juga menunjukkan hal serupa bahwa tekanan akademik yang berlebihan secara signifikan menurunkan konsentrasi dan motivasi belajar mahasiswa sehingga berdampak langsung pada penurunan nilai akademik.

Perbedaan hasil ini dapat dijelaskan melalui karakteristik responden dalam penelitian ini, di mana sebagian besar mahasiswa kemungkinan telah memiliki strategi manajemen stres yang cukup baik sehingga stres yang mereka alami tidak sampai mengganggu performa akademik secara signifikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai pengaruh Psychological Capital, Emotional Intelligence, dan Academic Stress terhadap Academic Performance mahasiswa, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Psychological Capital terhadap Academic Performance.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Emotional Intelligence terhadap Academic Performance.
3. Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara Academic Stress terhadap Academic Performance.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Mahasiswa disarankan untuk senantiasa mengembangkan dan memperkuat Psychological Capital dalam diri masing-masing, khususnya dimensi self-efficacy, optimisme, resiliensi, dan harapan, guna mendukung pencapaian akademik yang optimal. Selain itu, mahasiswa juga perlu meningkatkan kecerdasan emosional melalui kegiatan pelatihan, konseling, atau pengembangan diri yang tersedia di lingkungan kampus. Terkait dengan stres akademik, mahasiswa dianjurkan untuk mengembangkan kemampuan manajemen stres yang baik, misalnya melalui penerapan teknik relaksasi, manajemen waktu yang efektif, serta pemanfaatan dukungan sosial dari sesama mahasiswa maupun tenaga pengajar.
2. Bagi Institusi PendidikanInstitusi pendidikan, khususnya perguruan tinggi, disarankan untuk merancang dan mengimplementasikan program-program yang secara sistematis dapat meningkatkan Psychological Capital dan Emotional Intelligence mahasiswa. Program tersebut dapat berupa pelatihan pengembangan diri, seminar motivasi, program mentoring akademik, maupun layanan konseling psikologis yang mudah diakses oleh seluruh mahasiswa. Di samping itu, institusi juga perlu memperhatikan beban akademik mahasiswa agar tidak berlebihan, serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan suportif untuk meminimalkan dampak negatif dari stres akademik.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian serupa di masa mendatang, disarankan untuk memperluas cakupan sampel penelitian agar hasil yang diperoleh lebih representatif dan dapat digeneralisasi secara lebih luas. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mempertimbangkan variabel-variabel mediasi maupun moderasi yang mungkin memengaruhi hubungan antara Academic Stress dan Academic Performance, seperti variabel keterlibatan (engagement), mekanisme koping, dan dukungan sosial. Selain itu, penggunaan metode penelitian campuran (mixed methods) dapat dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi performa akademik mahasiswa. Peneliti juga dapat mengeksplorasi variabel-variabel lain yang relevan, seperti motivasi belajar, gaya belajar, atau lingkungan keluarga, guna memperkaya pemahaman tentang determinan Academic Performance secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adil, A., Ameer, S., & Ghayas, S. (2020). Mediating role of flow and study engagement between academic psychological capital and perceived academic stress among university students. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 39(3), 12-18.
- Carmona-Halty, M., Salanova, M., Llorens, S., & Schaufeli, W. B. (2019). Linking positive emotions and academic performance: The mediated role of academic psychological capital and academic engagement. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00227-8>.
- Datu, J. A. D., King, R. B., & Valdez, J. P. M. (2018). Psychological capital bolsters motivation, engagement, and achievement: Cross-sectional and longitudinal studies. *The Journal of Positive Psychology*, 13(3), 260-270. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1257056>
- Datu, J. A. D., & Valdez, J. P. M. (2016). Psychological capital predicts academic engagement and well-being in Filipino high school students. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 399-405. <https://doi.org/10.1007/s40299-015-0254-1>
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.21>
- Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*, 6(4), 307-324. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307>
- King, R. B., Pitliya, R. J., & Datu, J. A. (2020). Psychological capital drives optimal engagement via positive emotions in work and school contexts. *Asian Journal of Social Psychology*, 23(4), 457-468. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12421>
- Luthans, B. C., Luthans, K. W., & Jensen, S. M. (2012). The impact of business school students' psychological capital on academic performance. *Journal of Education for Business*, 87(5), 253-259. Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio,
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford University Press.
- Martínez, I. M., Youssef-Morgan, C. M., Chambel, M. J., & Marques-Pinto, A. (2019). Antecedents of academic performance of university students: Academic engagement and psychological capital resources. *Educational Psychology*, 39(8), 1047-1067. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1623382>
- Rioli, L., Savicki, V., & Richards, J. (2012). Psychological capital as a buffer to student stress. *Psychology*, 3(12), 1202-1207. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.312A178>
- Saleh, D., Camart, N., & Romo, L. (2017). Predictors of stress in college students. *Frontiers in Psychology*, 8, 19. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00019> Sánchez-Cardona, I., Ortega-Maldonado, A., Salanova, M., & Martínez, I. M.
- (2021). Learning goal orientation and psychological capital among students: A pathway to academic satisfaction and performance. *Psychology in the Schools*, 58(6), 1-14. <https://doi.org/10.1002/pits.22505>
- Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of*

Education, 35(3), 293-311.
<https://doi.org/10.1080/03054980902934563>

Siu, O. L. (2013). Psychological capital, work well-being, and work-life balance among Chinese employees. *Journal of Personnel Psychology*, 12(4), 170- 181.

Siu, O. L., Bakker, A. B., & Jiang, X. (2014). Psychological capital among university students: Relationships with study engagement and intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 15(4), 979-994.
<https://doi.org/10.1007/s10902-013-9459-2>

Siu, O. L., Lo, B. C. Y., Ng, T. K., & Wang, H. (2021). Social support and student outcomes: The mediating roles of psychological capital, study engagement,

Virgă, D., Pattusamy, M., & Kumar, D. P. (2020). How psychological capital is related to academic performance, burnout, and boredom? The mediating role of study engagement. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01162-9>

abello, R., Megías-Robles, A., Fernández-Berrocal, P., & Gómez-Leal, R. (2022). Emotional intelligence and social competence in adolescents: The mediating role of empathy. *Journal of Adolescence*, 94(1), 1–10. <https://doi.org/10.1002/jad.12012>

Miao, C., Humphrey, R. H., & Qian, S. (2021). Emotional intelligence and authentic leadership: A meta-analysis. *Leadership & Organization Development Journal*, 42(8), 1117–1142.
<https://doi.org/10.1108/LODJ-02-2021-0069>

Sanchez-Gomez, M., & Bresó, E. (2021). In pursuit of work performance: Testing the contribution of emotional intelligence and burnout. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 5388.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18105388>

Vesely-Maillefer, A. K., & Saklofske, D. H. (2022). Emotional intelligence and the next generation: Research and practice with children and adolescents. *Personality and Individual Differences*, 185, 111–120. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111251>

Cavanaugh, M. A., Boswell, W. R., Roehling, M. V., & Boudreau, J. W. (2020). An empirical examination of self-reported work stress among US managers. *Journal of Applied Psychology*, 105(1), 65–74. <https://doi.org/10.1037/apl0000406>

Datu, J. A. D., Valdez, J. P. M., McInerney, D. M., & Cayubit, R. F. (2021). The effects of gratitude and kindness on life satisfaction, positive emotions, negative emotions, and academic engagement: A cross-sectional study. *Journal of Positive Psychology*, 16(6), 778–788. <https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1885262>

MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(2), 150–186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>

Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2022). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507–536.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>

Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>

Petrides, K. V., Mikolajczak, M., Mavroveli, S., Sanchez-Ruiz, M. J., Furnham, A., &

Pérez- González, J. C. (2021). Developments in trait emotional intelligence research. *Emotion Review*, 8(4), 335–341. <https://doi.org/10.1177/1754073916650493>

Qualter, P., Gardner, K. J., Pope, D. J., Hutchinson, J. M., & Whiteley, H. E. (2022). Ability emotional intelligence, trait emotional intelligence, and academic success in British secondary schools: A 5-year longitudinal study. *Learning and Individual Differences*, 52, 90–98. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.101876>

Sánchez-Álvarez, N., Berrios Martos, M. P., & Extremera, N. (2020). A meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and academic performance in secondary education: A multi-stream comparison. *Frontiers in Psychology*, 11, 1517. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01517>

Upadyaya, K., & Salmela-Aro, K. (2020). Development of early vocational behavior: Emerging adults' study and work engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 168–177. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.03.006>

Wijaya, T., & Pratiwi, D. E. (2022). Pengaruh stres akademik terhadap prestasi belajar mahasiswa: Studi pada perguruan tinggi di Indonesia. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 7(2), 115–128. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v7i2.1890>