

HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN MOTIVASI BELAJAR (Studi Kasus Pada Mahasiswa Semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom)

THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS WITH STUDENTS LEARNING MOTIVATION

(Case Studi On VII Semester Of Physics Engineering At Telkom University)

Khansa Farhana¹, Dr. Fetty Poerwita Sary, S.S., M.Pd.²

^{1,2}Prodi S1 Manajemen Bisnis Telekomunikasi dan Informatika,
Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Telkom

khansafarhana@student.telkomuniversity.ac.id¹, t.poerwitasary@gmail.com²

Abstrak

Universitas Telkom adalah Perguruan Tinggi Swasta yang diselenggarakan oleh Yayasan Pendidikan Telkom. Fenomena yang terjadi pada mahasiswa semester VII teknik fisika adalah perilaku membolos ketika perkuliahan serta perasaan salah dalam mengambil jurusan sehingga mahasiswa memilih untuk keluar dari jurusan yang telah ia pilih. Kondisi yang dihadapi mahasiswa semester VII terkait stres dan motivasi belajar mahasiswa ditemukan melalui *preliminary test* terhadap kedua variabel adalah pada mahasiswa semester VII tingkat stres mahasiswa tergolong tinggi dan tingkat motivasi belajar tergolong rendah.

Melalui penelitian ini akan dilakukan pengukuran tingkat stres dan motivasi belajar. Selain itu, penelitian ini mengevaluasi hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar pada mahasiswa semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode pengumpulan data penelitian diperoleh dengan penyebaran kuesioner terhadap mahasiswa semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom sebanyak 170 responden yang selanjutnya dihitung menggunakan rumus slovin dan menghasilkan 119 responden. Kuesioner yang disebar menggunakan *educational stress scale for adolescents* (ESSA) yang memiliki 16 pernyataan dan *motivated strategies for learning questionnaire* (MSLQ) yang memiliki 20 pernyataan dengan skala likert 5 poin. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif dan analisis korelasi.

Hasil pengolahan data menunjukkan tingkat stres sedang dan tingkat motivasi belajar sedang. Pada penelitian ini stres akademik berhubungan dengan motivasi belajar dengan nilai korelasi sebesar 0,303 atau 30,3% dengan tingkat kekuatan variabel rendah.

Hasil penelitian ini akan menjadi masukan bagi Universitas Telkom, khususnya Prodi Teknik Fisika untuk selalu mengelola stres akademik yang bisa dialami mahasiswa yang dapat menurunkan motivasi belajar pada masing-masing mahasiswa.

Kata kunci: Stres Akademik, Motivasi Belajar, Mahasiswa

Abstract

Telkom University is a Private University organized by Telkom Education Foundation. The phenomenon that occurs in the VII semester students of physics engineering is truant behavior when lecturing and feeling wrong in taking majors so that students choose to leave the majors he has chosen. Conditions faced by students in semester VII related to academic stress and student motivation to learn through preliminary tests on the two variables are on students semester VII the level of student stress is high and the level of learning motivation is low.

Through this research measures of stress levels and learning motivation will be measured. In addition, this study evaluates the relationship between stress and learning motivation in VII semester students of Physics Engineering at Telkom University.

This research method uses a quantitative approach. Method Research data collection was obtained by distributing questionnaires to the VII semester students of Physics Engineering at Telkom University 170 respondents were subsequently calculated using Slovin formula and produces 119 respondents. The questionnaire spread using educational stress scale for adolescents (ESSA) which has 16 statements and motivated strategies for learning questionnaire (MSLQ) which has 20 statements with 5-point Likert scale. Data analysis technique used in this research is descriptive analysis and correlation analysis.

The results of data processing indicate a moderate level of stress and moderate level of learning motivation. In this study academic stress relationship with learning motivation with the value of correlation amounted to 0.303 or 30.3% with a low level of variable strength.

The results of this study will be input for Telkom University, especially Physics Engineering Study Program to always manage academic stress that can be experienced by students that can reduce the motivation to learn at each student.

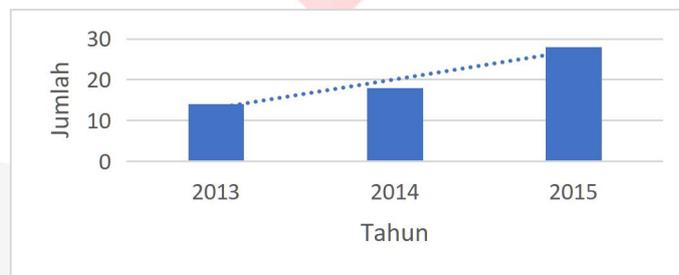
Keywords: Academic Stress, Learning Motivation, Student

1. Pendahuluan

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi memiliki berbagai tugas maupun peran dan tanggung jawab sosial yang cukup sulit untuk dijalani. Mahasiswa semester akhir berada pada masa transisi dari usia remaja menuju dewasa yang menuntut beberapa penyesuaian dalam berbagai aspek kehidupan. Stres akademik merupakan sumber stres yang berasal dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar, yang meliputi tekanan untuk naik kelas, lama belajar, menyontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, birokrasi, mendapatkan beasiswa, keputusan menentukan jurusan dan karir, serta kecemasan ujian dan manajemen waktu (Desmita, 2010:297).

Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar yaitu dapat tercapai (Prawira, 2013:20). Kedudukan motivasi dalam belajar tidak hanya memberikan arah kegiatan belajar secara benar, lebih dari itu dengan motivasi akan mendapat pertimbangan-pertimbangan positif dalam kegiatan belajar (Kompri, 2016:233). Salah satu proses pembelajaran di dalam perguruan tinggi adalah ujian, tugas, dan tuntutan organisasi serta penyusunan tugas akhir pada mahasiswa, terutama untuk mahasiswa semester VII yang sudah mulai memasuki tahap akhir dari perkuliahan.

Fenomena yang seringkali mendasari terkait dengan rendahnya motivasi belajar mahasiswa yaitu perilaku membolos kuliah. Diduga membolos kuliah merupakan salah satu faktor yang timbul dari faktor personal yakni terkait dengan menurunnya motivasi belajar yang mengakibatkan ketinggalan pelajaran (Kristiyani, 2009). Fenomena lain juga ditemukan bahwa mahasiswa sering mengalami perasaan bersalah ketika memilih jurusan yang mereka pilih, sehingga banyaknya mahasiswa yang memilih untuk keluar dan mengganti jurusan yang lain, yang sesuai dengan kemampuannya. Fenomena tersebut didukung dengan grafik *resign* mahasiswa teknik fisika, dimana terjadi peningkatan pertahun ajarannya.



Gambar 1 Grafik *Resign* Mahasiswa Teknik Fisika

Berdasarkan Gambar 1 diatas dapat dilihat bahwa jumlah mahasiswa yang *resign* atau keluar dari prodi teknik fisika mengalami kenaikan pertahunnya. Dimana pada mahasiswa tahun ajaran 2013 mengalami pengeluaran mahasiswa sebanyak 14 orang, lalu pada tahun ajaran 2014 naik menjadi 18 orang, dan pada mahasiswa dengan tahun ajaran 2015 mengalami kenaikan pada mahasiswa yang keluar dari prodi teknik fisika sebesar 28 orang.

Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan 10 mahasiswa Teknik Fisika tahun ajaran 2016 bahwa banyaknya tuntutan tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa dan tuntutan dari organisasi yang mahasiswa ikuti. Serta hasil *preliminary* yang dilakukan terkait stres akademik dan motivasi belajar menunjukkan bahwa motivasi belajar mahasiswa sebesar 52% dengan karegori rendah dan stres akademik mahasiswa sebesar 69% dengan kategori tinggi Terlebih lagi dimana mahasiswa sudah memasuki semester VII dimana mahasiswa harus belajar lebih keras lagi untuk mendapatkan nilai yang bagus saat ujian ataupun tugas dan harus memulai menyusun skripsi yang sebagai penentu kelulusan mahasiswa serta tanggung jawab yang mahasiswa pegang sebagai anggota dari sebuah organisasi. Oleh sebab itu peneliti ingin meneliti pada mahasiswa Teknik Fisika terutama pada mahasiswa semester VII yang sudah mulai memasuki tahap akhir perkuliahan yang ditambah dengan penyusunan skripsi atau tugas akhir yang dilakukan mahasiswa.

2. DASAR TEORI/MATERIAL DAN METODOLOGI/PERANCANGAN

2.1. Stres Akademik

Menurut Robbins & Judge (2015:429) stres suatu proses psikologis yang tidak menyenangkan yang terjadi sebagai tanggapan terhadap tekanan lingkungan. Stres merupakan respon seseorang pada tekanan yang ada di lingkungan kerja terhadap rangsangan yang menempatkan tekanan tersebut pada tuntutan psikologi atau fisik yang berlebihan kepada diri sendiri (Griffin dan Moorhead, 2014:181).

Stres akademik merupakan sumber stres yang berasal dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar, yang meliputi tekanan untuk naik kelas, lama belajar, menyontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, birokrasi, mendapatkan beasiswa, keputusan menentukan jurusan dan karir, serta kecemasan ujian dan manajemen waktu (Desmita, 2010:297). Para peserta didik mengemukakan mengalami stres akademik pada setiap semester dengan sumber stres akademik yang tinggi akibat dari belajar sebelum ujian, ujian, kompetisi nilai, dan dari begitu banyak materi yang harus dikuasi dalam waktu yang singkat (Mirsa & McKean, 2000:41).

2.2. Motivasi Belajar

Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar, dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar yaitu dapat tercapai (Prawira, 2013:20). Dikatakan keseluruhan karena umumnya ada beberapa motif yang bersama-sama menggerakkan siswa untuk belajar. Atau dengan kata lain, motivasi belajar adalah daya penggerak dalam diri individu untuk melakukan kegiatan belajar untuk menambah pengetahuan dan keterampilan serta pengalaman. Motivasi tumbuh karena keinginan untuk bisa mengetahui dan memahami sesuatu dan mendorong dan mengarahkan minat belajar siswa sehingga sungguh-sungguh untuk belajar dan termotivasi untuk mencapai prestasi (Rohman, 2012:241).

Sedangkan menurut Uno, (2017:23) motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku. Khodijah (2014:150-151) menjelaskan definisi motivasi belajar sebagai suatu pendorong yang mengubah energi dalam diri seseorang ke dalam bentuk aktivitas nyata untuk mencapai tujuan tertentu. Dengan kata lain motivasi adalah kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Sedang motivasi belajar adalah kondisi psikologi yang mendorong seseorang untuk belajar.

3. Metodologi Penelitian

Berdasarkan variabel yang diteliti, metode yang digunakan merupakan metode kuantitatif untuk mengukur dan membatasi fenomena secara umum pada suatu objek. Pada penelitian ini responden yang dilibatkan adalah mahasiswa teknik fisika semester VII Universitas Telkom dengan menggunakan metode *simple random sampling* sebanyak 119 responden. Pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menyebarkan kuesioner kepada 119 responden mahasiswa teknik fisika semester VII Universitas Telkom. Pengumpulan data berdasarkan sumber data sekunder yaitu dengan mengumpulkan data-data dan sumber-sumber yang berasal dari penelitian terdahulu, jurnal baik nasional maupun internasional, referensi dari buku, artikel dari internet, dan data yang disediakan dari Prodi Teknik Fisika

Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif kausal untuk menggambarkan karakteristik objek dan menguji satu variabel yang menyebabkan variabel lain berubah atau tidak dan atau menggambarkan satu atau lebih faktor yang menyebabkan suatu masalah. Penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas dan uji heteroskedastisitas, uji koefisien korelasi *pearson product moment*, dan uji hipotesis. Kuesioner penelitian terdiri dari 36 butir pernyataan yaitu 16 butir item pernyataan untuk mengukur variabel stres akademik (X) dan 20 item pernyataan untuk mengukur variabel motivasi belajar (Y). Data pada penelitian ini diolah dengan menggunakan *IBM SPSS* versi 21.

4. Pembahasan

Hasil analisis dari penelitian ini terdiri dari analisis statistik deskriptif aspek jenis kelamin, analisis hasil uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas, uji heteroskedastisitas, uji koefisien korelasi *pearson product moment* dan uji hipotesis.

4.1 Analisis Deskriptif Aspek Jenis Kelamin

Tabel 1 Karakteristik Jenis Kelamin Responden

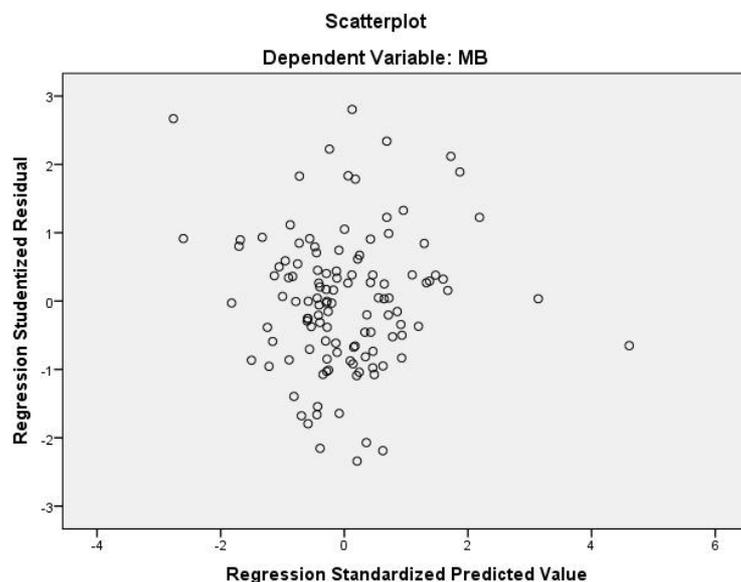
Faktor Demografi	Klasifikasi	Jenis Responden	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	76	64%
	Perempuan	43	36%
Total		119	100%

Ditemukan dari 119 sampel mahasiswa semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom diketahui bahwa jumlah mahasiswa laki-laki sebanyak 64% orang dan untuk mahasiswa perempuan sebesar 36% orang. Terkait komposisi jumlah mahasiswa diatas, Universitas Telkom menegaskan bahwa tidak ada aturan dan kualifikasi khusus untuk jenis kelamin mahasiswa yang berkuliah di prodi Teknik Fisika. Universitas Telkom menerima mahasiswa secara bebas, tidak harus laki-laki dan tidak harus perempuan, akan tetapi tingkat nilai raport dan lolos uji tes yang dilakukan oleh Universitas. Universitas juga mengatakan bahwa dalam penerimaan mahasiswa dilakukan secara terbuka untuk laki-laki dan perempuan.

4.2 Analisis Hasil Uji Asumsi Klasik

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

		Unstandardized Residual
N		119
Normal Parameters a,b	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.57688591
Most Extreme Differences	Absolute	.066
	Positive	.066
	Negative	-.054
Kolmogorov-Smirnov Z		.718
Asymp. Sig. (2-tailed)		.681



Gambar 2 Hasil Uji Heteroskedastisitas (*scatterplot*)

Hasil uji normalitas pada tabel 2 menunjukkan hasil *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar 0,681 yang artinya > 0,05 pada nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* maka data terdistribusi normal. Sedangkan, pada uji heteroskedastisitas dengan menggunakan *scatterplot* pada gambar 4 pada hasil uji heteroskedastisitas dengan menggunakan *scatterplot* didapatkan titik-titik pada grafik menyebar dan tidak berbentuk pola. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas karena data tersebar dibawah dan diatas 0 pada sumbu y. Maka data lolos uji heteroskedastisitas.

4.3 Uji Koefisien Korelasi *Pearson Product Moment*

Tabel 3 Uji Koefisien Korelasi

		SA	MB
SA	Pearson Correlation	1	.303**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	119	119
MB	Pearson Correlation	.303**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	119	119

Tabel 4 Interpretasi Kekuatan Hubungan Antar Variabel

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00	Tidak ada korelasi
> 0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 0,999	Sangat Kuat
1,00	Korelasi sempurna

Dari hasil diatas, dapat diketahui bahwa antara stres dengan motivasi belajar memiliki nilai signifikansi $0,001 < 0,05$ dan nilai korelasi menunjukkan hasil 0,303 (positif). Pengolahan data yang dilakukan oleh penulis memperoleh hasil koefisien korelasi (R) sebesar 0,303 yang artinya bahwa nilai tersebut berada pada kategori atau rentang interval antara 0,20 – 0,399 yang berarti tingkat hubungannya rendah.

4.4 Uji Hipotesis

Tabel 5 Hasil Uji Hipotesis

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	1,915	,349		5,485	,000
SA	,422	,122	,303	3,442	,001

Berdasarkan hasil dari uji hipotesis didapat nilai t hitung sebesar 3,442 dengan syarat yang digunakan adalah 0,05 atau 5% dan derajat kebebasan (df) = (n-2) maka $119-2=117$, dan didapatkan t tabel sebesar 1,980 maka $t \text{ hitung } (3,442) > \text{ dari } t \text{ tabel } (1,980)$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa stres akademik memiliki hubungan dengan motivasi belajar mahasiswa semester 7 Teknik Fisika Universitas Telkom.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Stres Akademik Pada Mahasiswa Semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 53%. Hal tersebut menunjukkan bahwa dari segi stres akademik mahasiswa semester VII teknik fisika Universitas Telkom memiliki motivasi yang cukup baik.
2. Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 66%. Hal tersebut menunjukkan bahwa dari segi motivasi belajar mahasiswa semester VII teknik fisika Universitas Telkom memiliki motivasi yang baik.
3. Hubungan Stres Akademik dan Motivasi Belajar Mahasiswa Semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom memiliki hubungan yang positif dengan tingkat hubungan yang rendah yakni dengan nilai korelasi sebesar 0,303. Hal tersebut dapat diartikan bahwa hubungan stres akademik dan motivasi belajar searah yang apabila stres akademik meningkat maka motivasi belajar ikut meningkat. Sedangkan tingkat hubungan yang rendah di pengaruhi dari beberapa item pernyataan yang dimana ketika mahasiswa merasa terlalu banyak tekanan akademis dari persaingan antar teman yang dapat membuat mahasiswa menjadi gugup selama proses ujian berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- 1) Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- 2) Khodijah, Nyayu. (2014). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- 3) Prawira, Purwa, Atmaja. (2013). *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- 4) Kompri. (2016). *Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- 5) Kristiyani, T. (2009). *Peran Sekolah Atasi Perilaku Membolos pada Remaja*. Makalah Staf Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- 6) Robbins, Stephen, P. & Judge, Timoty, A. (2015). *Perilaku Organisasi*. (Edisi enam belas). Jakarta: Salemba Empat.
- 7) Griffin, Ricky, W. & Moorhead, Gregory. (2014). *Organizational Behavior: Managing People and Organizations. (Eleventh Edition)*. Canada: Cengage Learning.
- 8) Mirsa, R & McKean M. (2000). College Students' Academic Stress and Its Relation to Their Anxiety, Time Management and Leisure Satisfaction. *American Journal of Health Studies*. Vol.16, No.1, 2000

- 9) Rohman, Noer. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Teras.
- 10) Uno, Hamzah, B. (2017). *Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

