

**PENGARUH TEKANAN AKADEMIK TERHADAP PRESTASI AKADEMIK  
MAHASISWA PENDIDIKAN EKONOMI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU  
PENDIDIKAN UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

Sakinatur Rahmawati, Mintasih Indriayu & Muhammad Sabandi\*

\*Program Studi Pendidikan Ekonomi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret

Email: [sakina2sainkinan@gmail.com](mailto:sakina2sainkinan@gmail.com)

**ABSTRACT**

*This study targeted to discover the relationship of academic pressure on academic achievement Economic Education student of Teacher Training and Education Faculty Sebelas Maret University. This research used quantitative descriptive method. A total of 131 college students randomly selected from all collage students in Economic Education Faculty of Teaching Training and Education Faculty Sebelas Maret University participated in this study. The sampling technique used is a stratified proportional random sampling. Data collection used questionnaire method and documentation. Data analysis technique used is simple regression analysis. The result showed that academic pressure has a significant influence on academic achievement. While the coefficient of determination of 0.125. That means 12.5% of academic achievement was influenced by academic pressure.*

**Keywords:** *Academic achievement, academic pressure, students college.*

**ABSTRAK**

Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui pengaruh tekanan akademik terhadap prestasi akademik mahasiswa FKIP UNS. Metode yang digunakan di dalam penelitian yaitu deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan terhadap 131 mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UNS. Teknik sampling yang dipakai ialah *stratified proportional random sampling*. Teknik pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian adalah metode angket dan metode dokumentasi. Teknik analisi data yang dipakai yaitu analisis regresi sederhana. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan disimpulkan bahwa tekanan akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UNS. Besaran koefisien determinasi ialah 0,125. Hal ini memiliki arti 12,5% prestasi akademik dipengaruhi oleh tekanan akademik.

**Kata kunci:** Mahasiswa, prestasi akademik, tekanan akademik.

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang Masalah**

Maju dan berkembangnya ilmu pengetahuan serta proses globalisasi membawa tuntutan yang memberi dampak bagi semua pihak dan lapisan masyarakat. Perubahan tersebut tak terkecuali berlaku pula bagi para pelaku dunia pendidikan terutama peserta didik. Peserta didik sebagai unsur yang berhubungan secara langsung dengan perubahan dan tuntutan dunia pendidikan. Tuntutan yang timbul memberi dampak berupa tekanan pada peserta didik. Peserta didik diminta untuk mampu memenuhi sejumlah standar/kriteria tertentu yang sudah ditetapkan sebelumnya terkadang peserta didik akan merasa tertekan karena ketidakmampuan memenuhi standar tersebut (Singh, 2014: 1752). Belajar pada dasarnya haruslah menyenangkan dan mendukung untuk peserta didik. Saat ini telah dikembangkan berbagai metode pembelajaran yang mendukung serta menyenangkan bagi peserta didik tanpa mengurangi tujuan yang hendak dicapai. Lingkungan yang mendukung, baik dari lingkungan

sekolah, keluarga dan teman bermain akan berdampak bagi perkembangan anak. Pada usia remaja, terutama remaja akhir memiliki karakter berbeda dari orang dewasa maupun anak-anak. Mereka berada pada masa transisi dari anak-anak dan dewasa. Bakrie (2010) menyampaikan bahwa pada masa transisi/peralihan ini, remaja mengalami keadaan yang disebut dengan periode "*storm & stress*". Berubahnya kondisi fisik dan perkembangan yang dicirikan dengan kenaikan jumlah kadar hormon. Berakibat pada kondisi labil dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Sehingga mereka lebih condong nampak kurang berpengalaman dalam menyelesaikan masalah, karena kurang kemampuan tersebut berakibat lebih mudah mengalami tekanan/stres.

Stress dapat terjadi dimanapun dan pada siapapun, juga pada peserta didik. Stres dapat memberi pengaruh positif ataupun negatif. Pada tingkat/level tertentu stress akan dapat mendorong/memotivasi untuk meningkatkan produktivitas. Namun bila stres yang timbul berlebih dan tidak mampu untuk dikendalikan

oleh diri sendiri maka akan berakibat buruk baik secara mental ataupun fisik.

Mahasiswa mengalami stres/tekanan dapat berasal dari berbagai sumber, misal: berupa masalah akademik berkaitan dengan ketidakmampuan mahasiswa menyelesaikan tuntutan akademik, menunda menyelesaikan tugas, rendahnya prestasi akademik dan kendalah kesehatan. Purwati (2010) mengutip Davidson mengemukakan sumber stres akademik meliputi situasi yang monoton, kebisingan, tugas yang terlalu banyak, harapan yang mengada-ada, ketidakjelasan, kurang adanya kontrol, kondisi bahaya dan kritis, tidak dihargai, diacuhkan, kehilangan kesempatan, aturan yang membingungkan,, tuntutan yang saling bertentangan dan batas waktu tugas kuliah.

Lingkungan belajar bisa menjadi salah penyebab remaja mengalami tekanan. Kondisi sekolah meliputi: beban kurikulum yang terlalu banyak, orientasi sekolah yang berfokus kepada nilai, cemas menghadapi ujian, cara mengajar guru yang tidak menarik, pemberian

*punishment* (hukuman) yang tidak mendidik, mata kuliah tertentu yang menjadi momok, kurangnya fasilitas yang mendukung bakat dan minat peserta didik, serta lingkungan sosialnya bisa menjadi penyebab munculnya stres/tekanan pada peserta didik. Begitu juga dengan suasana sekolah, cara guru/dosen mengajar, materi ajar yang dianggap sulit, dan beban tugas dapat mengakibatkan peserta didik tertekan dan mengalami stres. Hal tersebut selaras dengan pendapat Aryani, (2012:3) yang mengutip simpulan Ng Lai On bahwa jika ia (peserta didik) tidak diterima dikelompok sosialnya, maka besar kemungkinan peserta didik akan mengalami stress. Ini berarti lingkungan belajar ikut memberi kontribusi dalam masalah yang dihadapi.

Pernyataan Kumari (2012: 152) yang mengutip dari Salami menyatakan bahwa tekanan akademik merupakan permasalahan yang umum dihadapi baik peserta didik laki-laki ataupun perempuan di sekolah dan dalam menanganinya memungkinkan mempengaruhi hasil belajarnya. Pendapat tersebut didukung pula

oleh Dawood (Hussain, Kumar & Husain, 2008: 70) yang mengemukakan bahwa stress yang dialami peserta didik berefek pada hasil/prestasi belajar mereka.

Stres juga menjadi salah satu faktor paling berpengaruh dalam prestasi belajar. Kaplan & Sadock (Emamanuei, Adom & Solomon, 2014: 88) menyatakan pada tingkat tertentu stres dapat mempengaruhi kemampuan belajar. Bila di dalam proses belajarnya peserta didik terganggu maka hasil yang didapat tentunya tidak sesuai harapan.

Peserta didik dengan kesulitan menyesuaikan diri dapat merupakan stressor tersendiri yang akan menghambat proses belajar mengajar sehingga mempengaruhi proses belajar. Selain itu faktor pengharapan dan tujuan, tekanan atau persaingan dalam kelompok sebaya dan pengharapan dari orang tua dapat menjadi penyebab timbulnya stress. Lebih jauh Sumarni menyatakan faktor yang dapat menyebabkan stress dapat bersifat eksternal maupun internal. Faktor eksternal dapat berupa dukungan ataupun hambatan lingkungan, sistem sosial

ekonomi, fasilitas, kondisi alam dan lain sebagainya. Adapun faktor yang berasal dari dalam/internal berupa kondisi kesehatan fisik maupun kondisi kesehatan psikis atau emosional. Faktor internal memegang peranan yang penting karena faktor internal menentukan keberhasilan proses belajar sebab kesehatan seorang peserta didik dapat berubah dengan adanya perubahan lingkungan.

Selain itu karakter remaja yang berbeda dari usia lainnya juga membawa dampak dalam menghadapi stress seperti yang dijelaskan Aryani, (2012: 6) mengutip dari Yiming dan Fung yaitu berupa ketidakmampuan peserta didik untuk mengutarakan masalahnya dengan orang lain dan juga tidak mampu mengelola stresnya secara positif. Hal ini dikarenakan selama ini yang menyelesaikan masalahnya adalah orang dewasa, mereka tidak terbiasa mengatasi masalahnya secara mandiri. Akibatnya adalah mereka mengalami hambatan terutama berkaitan dengan prestasi/hasil belajarnya di sekolah.

Berdasarkan wawancara secara terbuka dengan 15 orang mahasiswa, sebagian dari mereka menunjukkan gejala kesulitan dalam menyesuaikan diri/adaptasi pada awal semester. Mereka mengungkapkan bahwa '*rasanya*' seperti tidak memiliki waktu libur dan luang, belum lama merasakan waktu libur tiba-tiba sudah merasa bahwa masuk kuliah sebentar lagi. Mereka juga mengungkapkan bahwa terkadang merasa begitu lelah dengan kegiatan perkuliahan dan aktivitas di luar perkuliahan.

Dari wawancara tersebut terdapat pendapat bahwa mereka merasa tertekan dengan tuntutan yang berasal dari keluarga (orang tua) meskipun tuntutan untuk berprestasi atau berhasil itu tidak diungkapkan secara langsung oleh orang tua mereka. Sebagian dari responden juga mengatakan bahwa masalah di luar urusan akademik turut mengganggu urusan akademik mereka.

Banyaknya kegiatan/kesibukan yang lain juga membuat mereka terganggu dalam menyelesaikan tugas kuliah.

Ketika ditanya lebih jauh tentang bagaimana mereka mengatur dan memenejem waktu, sebagian kecil responden menyatakan bahwa mereka tidak mengalami kesulitan dalam membagi dan menyeimbangkan waktu mereka. Sedangkan ketika diajukan pertanyaan tentang bagaimana mereka mengatasi tekanan yang dia hadapi, separuh lebih responden mengatakan tidak memiliki hal spesifik yang dilakukan. Mereka cenderung mengabaikan hal tersebut, beberapa menyatakan membagi masalah mereka dengan orang/pihak yang dianggap mampu menyelesaikan dan mau mendengarkan mereka.

Akibat dari tekanan akademik yang dialami oleh mahasiswa dapat berupa efek positif ataupun negatif (Agola, Ongori, 2009). Peningkatan tingkat stres/tekanan akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh pada indek prestasi. Beban yang dirasa terlalu berat akan memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan menyelesaikan

masalah dan kemampuan akademik (Goff, 2011).

Dampak positif dari stres diantaranya adalah meningkatkan kreativitas dan memicu perkembangan diri selama masih dalam batas kemampuan individu. Stres/tekanan diperlukan untuk perkembangan diri mahasiswa (Smeltzer, Bare, 2008). Respon yang diberikan tiap mahasiswa/individu berbeda satu sama lain. Respon tersebut tergantung pada kepribadian, kondisi kesehatan, pengalaman sebelumnya, mekanisme koping, usia, jenis kelamin, besaran stressor dan kemampuan mengelola emosi dari tiap individu (Potter & Perry, 2005).

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui: terdapat pengaruh ataukah tidak antara tekanan akademik dan prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret

### **Kajian Pustaka**

#### ***Tekanan Akademik***

Stres akademik adalah keadaan/kondisi yang terjadi karena munculnya tekanan-tekanan untuk memperlihatkan/menunjukkan prestasi dan keunggulan/kelebihan dalam situasi persaingan yang bersifat akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani karena berbagai tekanan dan tuntutan yang muncul dalam prosesnya (Alvin, 2007). Menurut Gusniarti (2002), stres akademik yang terjadi pada siswa adalah hasil persepsi subjektif terhadap ketidaksesuaian/ketidakcocokan antara harapan lingkungan dengan kemampuan yang dimiliki siswa. Stres belajar diartikan sebagai beban mental yang dialami oleh siswa karena faktor-faktor penyebab tertentu yang berhubungan dengan proses kegiatan belajar di lingkungan belajar.

Berdasarkan berbagai penggambaran tersebut, dapat disimpulkan bahwa stres/tekanan akademik adalah suatu kondisi/keadaan ketika terjadi perbedaan antara harapan lingkungan dengan kemampuan yang dimiliki peserta didik yang menyebabkan

mereka merasa terbebani oleh berbagai harapan dan tuntutan tersebut

Stres pada intinya merupakan hasil interaksi dari faktor eksternal (luar) dan faktor internal (dalam). Kaitannya dengan stres belajar, faktor eksternal yang mempengaruhi stres adalah suasana ruang kelas/gedung sekolah, ergonomi meja dan kursi belajar, beban belajar, hubungan dengan teman dan guru, dan sebagainya. Sedangkan faktor internal yang mempengaruhi stres belajar adalah karakter pribadi siswa termasuk unsur motivasi dan pengendalian emosi.

Sebuah pandangan interaktif mengemukakan bahwa stres disebabkan oleh faktor-faktor di lingkungan dan faktor dari individunya. Faktor-faktor lingkungan yang bisa memicu munculnya stres antara lain kebisingan, getaran, penerangan, hubungan, serta beban aktivitas. Sedangkan faktor-faktor individu yang bisa menimbulkan stres antara lain umur, pendidikan, kondisi kesehatan dan konflik peran (Purnomo, 2004: 37).

Beberapa indikator stres/tekanan. Menurut Purwati (2012: 13-14) mengutip dari Pottre & Perry ada tiga indikator yaitu:

#### 1) Indikator fisik

Indikator fisiologis lebih mudah dilihat dan objektif. Indikator fisiologis dapat diamati secara langsung. Meliputi kenaikan tekanan darah, postur tubuh yang tidak tegap, kelelahan/kelelahan, sakit kepala, diare, gangguan lambung, mual, muntah, perubahan nafsu makan, penurunan berat badan, suara yang bernada tinggi, telapak tangan dingin dan berkeringat.

#### 2) Indikator emosi

Indikator emosional lebih bersifat subyektif, sehingga tidak mudah diamati. Meliputi: cemas, depresi, kepenatan, kelelahan mental, hilangnya harga diri, minat dan motivasi, mudah lupa dan pikiran buntu, hilangnya perhatian terhadap hal-hal rinci, ketidakmampuan konsentrasi terhadap tugas, penurunan produktivitas dan kualitas kerja, ledakan emosi.

### 3) Indikator tingkah laku

Indikator perilaku berupa konstruktif dan destruktif. Perilaku konstruktif membantu seseorang dalam menerima tantangan untuk menyelesaikan konflik. Indikator perilaku mengacu pada cara/ teknik seseorang perilaku seseorang dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah.

#### **Prestasi Akademik**

Prestasi akademik adalah sebutan yang merujuk pada suatu pencapaian tingkat keberhasilan dalam belajar karena usaha yang dilakukan secara optimal oleh seseorang. Prestasi akademik dinyatakan dalam angka atau bentuk kuantitatif yang secara khusus disiapkan untuk proses evaluasi seperti nilai mata kuliah, nilai ujian dll.

Faktor yang berpengaruh terhadap prestasi akademik, yaitu terdiri dari: faktor intern (faktor dari dalam) dan faktor ekstern (faktor yang berasal dari luar) (Slameto, 2010). Faktor intern (faktor yang berasal dari dalam) meliputi kecerdasan, kematangan mental dan

fisik, karakteristik pribadi pengetahuan dan keterampilan, minat dan motivasi. Faktor ekstern diantaranya adalah keluarga, guru, lingkungan sekitar serta sarana dan prasarana pendidikan.

#### **METODE PENELITIAN**

##### **Pendekatan**

Penelitian ini memakai metode deskriptif kuantitatif. Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, dengan suatu instrumen penelitian yang analisisnya bersifat statistik atau angka, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ada. Penelitian dilakukan terhadap mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret angkatan 2014-2016.

##### **Sumber Data (Populasi dan Sample)**

Populasi di penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Ekonomi dari angkatan 2014-2016 yang berjumlah 195 mahasiswa. Memakai perhitungan rumus Slovin diperoleh 131 mahasiswa yang dilibatkan dalam penelitian. Teknik



pengambilan sampel (*sampling*) yang dipakai dalam studi ini adalah *stratified proportional random sampling*, pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan dengan cara acak pada tiap tingkatan kelompok yang ada di populasi tersebut.

### Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan dengan kuesioner dan dokumenter. Kuesioner dikembangkan dari kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scales*) sehingga mendapat 41 item pernyataan yang bersifat negatif dan positif.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dipakai dalam studi ini adalah teknik regresi sederhana. Proses analisis menggunakan *SPSS 23 for Windows*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### 1. Analisis Regresi Sederhana

Analisis regresi linier sederhana adalah analisis yang digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh antara satu variabel independen yaitu tekanan akademik (X) dengan satu variabel dependen yaitu prestasi

akademik (Y) dan memprediksi variabel dependen dengan menggunakan variabel independen. Berdasarkan pengujian regresi linier sederhana dengan menggunakan bantuan program *SPSS for Windows 23.00*, didapat:

Tabel Hasil Uji Regresi Linier Sederhana pada output *Coefficients*

Model	Unstandardized Coefficients	
	B	Sig.
1 (Constant)	3,723	0,000
Tekanan Akademik	-0,004	0,000

a. Dependent Variable: Prestasi Akademik

diperoleh hasil persamaan regresi linier sederhana:

$$Y = 3,723 - 0,004X$$

Keterangan:

Y = prestasi akademik

X = tekanan akademik

Didapat hasil bahwa nilai signifikan 0,000 pada variabel tekanan akademik maka dikatakan  $H_0$  diterima atau dengan kata lain variabel signifikan sehingga variabel tekanan akademik mempengaruhi prestasi akademik. Diperoleh pula

model signifikan dengan nilai konstanta sebesar 3,723 dan nilai koefisien beta untuk prestasi akademik -0,004 yang artinya setiap ada upaya penurunan tekanan akademik maka akan disertai dengan peningkatan prestasi akademik sebesar 0,004.

## 2. Uji t

Berdasarkan Uji t digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen yaitu tekanan akademik (X) berpengaruh secara signifikan atau tidak terhadap variabel dependen yaitu prestasi akademik (Y).

Nilai probabilitas tekanan akademik (X) terhadap prestasi akademik (Y) adalah 0,000. Nilai probabilitas tersebut lebih kecil dari 0,05 menyebabkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi dapat dipahami bahwa tekanan akademik berpengaruh secara signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi FKIP UNS. Persamaan regresi menunjukkan bahwa koefisien regresi bernilai negatif artinya tekanan akademik memiliki pengaruh/efek negatif terhadap

variabel prestasi akademik. Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan tersebut, bisa diambil kesimpulan bahwa tekanan akademik memiliki pengaruh secara negatif serta signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi FKIP UNS.

## 3. Uji F

Sedangkan Uji F ditujukan untuk mengetahui apakah model persamaan linier sesuai atau tidak. Nilai F berasal dari kesalahan duga standar (*Standard error of estimate*) diakibatkan oleh perbedaan antara variabel *outcome* dengan hasil perhitungan model regresi.

Tabel Hasil Uji Regresi Linier Sederhana pada *output ANOVA*

Model	Sum of Squares	Mean Square	F
1 Regression	0,293	0,293	18,413
Residual	2,052	0,016	
Total	2,345		

a. Dependent Variable: Prestasi Akademik  
b. Predictors: (Constant), Tekanan Akademik

Berdasarkan hasil uji nilai *sum of squared deviation* atau *sum of squared error* (SSE) pada baris residual sebesar 2,052, sedangkan *mean squared of error* ( $S_{y/x}$ ) sebesar 0,16. Nilai F adalah 18,413 dan nilai

sig sebesar 0,000. Nilai ini sama dengan p-value. Nilai p-value lebih kecil dari level alfa (0,05), jadi bisa ditarik simpulan  $H_0$  ditolak. Ini berarti terdapat hubungan linear antara variabel tekanan akademik dengan variabel prestasi akademik.

#### 4. Koefisien Determinasi

*R Square* ( $R^2$ ) menunjukkan nilai koefisien determinasi. Angka tersebut diubah dalam bentuk persentase, yang berarti persentase besaran pengaruh/efek variabel bebas terhadap variabel terikat. *R Square* digunakan karena dalam regresi ini menggunakan satu variabel bebas. Hasil perhitungan *R Square* dapat diamati pada *output Model Summary*.

Tabel Hasil Koefisien Determinasi pada *output Model Summary*

Model	R Square
1	0,125

a. Predictors: (Constant), Tekanan Akademik

b. Dependent Variable: Prestasi Akademik

Hasil uji menunjukkan nilai *R Square* sebesar 0,125 atau 12,5%. Berarti pengaruh tekanan akademik terhadap prestasi akademik mahasiswa sebesar 12,5%,

sedangkan sebesar 87,5% dipengaruhi oleh beberapa faktor lain.

#### Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian secara statistik, diambil hasil bahwa tekanan akademik berpengaruh secara negatif terhadap prestasi akademik mahasiswa. Hal ini memiliki makna bahwa penurunan tekanan akademik akan menyebabkan kenaikan prestasi akademik. Setiap berkurangnya satu satuan tekanan akademik akan menyebabkan peningkatan prestasi akademik mahasiswa sebesar 0,004.

Hasil uji *t* memperlihatkan bahwa nilai probabilitas tekanan akademik (X) terhadap prestasi akademik (Y) adalah 0,000. Nilai probabilitas ini kurang dari 0,05. Hal ini memiliki arti bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Pengujian secara statistik ini memberi bukti bahwa tekanan akademik memiliki pengaruh secara signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi FKIP UNS.

Hal ini sama halnya dengan pendapat Felsten & Wilcox dalam Kumari, Gartia (2012: 153) bahwa

ada hubungan yang signifikan dan negatif antara tekanan akademik dan hasil akademik. Pendapat lain diutarakan oleh Malik & Balda dalam Kumari, Gartia (2012:153) bahwa ada hubungan negatif antara stress dan prestasi akademik. Penelitian yang dikemukakan oleh Khan, Altaf dan Kausar (2013: 148) mengungkapkan pendapat yang sama bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara tekanan akademik dan prestasi akademik. Studi yang dilakukan oleh Safree, Yasin dan Dzulkifi pada tahun 2010 menunjukkan hasil yang sama, studi tersebut juga menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengelola tekanan akademik (stress akademik) sama pentingnya. Penerimaan mahasiswa terhadap tekanan (stress) akademik merupakan faktor penting. Salah satu tindakan yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan akademik (stress akademik) adalah dengan kemampuan mengelola stress/tekanan tersebut. Sebab mahasiswa yang mampu mengelola dengan baik tekanan/stress yang dia hadapi

memiliki hasil belajar/prestasi akademik yang lebih baik daripada yang tidak mampu untuk mengontrolnya.

Terbuktinya hipotesis dalam penelitian ini, dapat memberikan informasi bahwa semakin meningkat tekanan akademik akan menurunkan prestasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Khan, Altaf dan Kausar tahun 2013, tekanan akademik berpengaruh negatif terhadap prestasi akademik. Tekanan akademik berpengaruh sebesar 30% terhadap prestasi akademik.

Hasil penelitian yang telah dilakukan memperlihatkan bahwa pengaruh tekanan akademik terhadap prestasi akademik mahasiswa sebesar 12,5% dan besarnya pengaruh lebih kecil dibanding dengan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Pengaruh tekanan akademik terhadap prestasi akademik mahasiswa sebesar 12,5% menunjukkan bahwa pengaruhnya tidak besar. Artinya ada faktor-faktor lain di luar penelitian yang memiliki pengaruh lebih besar terhadap

prestasi belajar. Seperti yang dikemukakan Slameto (2010) bahwa prestasi akademik dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu kecerdasan, bakat, minat dan perhatian, cara belajar, motif, lingkungan keluarga dan sekolah.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil uji hipotesis dan analisis data yang telah dilakukan, kesimpulan yang diambil dari penelitian ini adalah:

1. Tekanan akademik berpengaruh secara negatif dan signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret.
2. Besarnya tekanan akademik terhadap prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret sebesar 12,5% sedangkan dipengaruhi oleh beberapa unsur lainnya sebesar 87,5%.

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan hasil pengujian yang telah dikemukakan,

sebagai sumbangan pemikiran dalam upaya peningkatan prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Ekonomi FKIP UNS, dikemukakan sebagai berikut:

1. Bagi pengelola institusi pendidikan

Pengelola institusi pendidikan dapat meningkatkan model dan sistem pembelajaran dan perkuliahan yang tidak terlalu memberatkan mahasiswa serta memberi dampak yang lebih sedikit terhadap tekanan akademik. Sistem pendampingan oleh Pembimbing Akademik merupakan salah satu bentuk yang bagus guna mendampingi mahasiswa dan dapat membantu mahasiswa dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi terkait dengan permasalahan akademik.

2. Bagi mahasiswa

Mahasiswa dapat mengelola tekanan/stres akademik yang dihadapi dengan lebih baik. Mengetahui dan memahami penyebab dari turunnya hasil belajar/prestasi akademik dan tekanan akademik. Memiliki teman/kelompok diskusi

merupakan salah satu bentuk yang baik dalam menanggulangi serta mengurangi stres/tekanan akademik.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji dan mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa, seperti: Perlu adanya pengembangan penelitian sehingga hasil penelitian lebih spesifik dengan lebih menambah atau mengembangkan variabel-variabel yang berbeda dengan variabel sebelumnya untuk memperkaya pengetahuan berkaitan dengan faktor-faktor yang memberi pengaruh terhadap prestasi akademik.

#### DAFTAR PUSTAKA

Agola, J.E., & Ongori, H (2009). An Assasment of Academic Stress Among Undergraduate Student. *Academic Journals, Educational Research and Review*. 4 (2), 63-67.

Aryani, F. (2012). *Stres Inoculation Training (SIT): Solusi Efektif Mengelola Stres Belajar Siswa Menuju Generasi Unggul dan*

Berkarakter. Konvensi Nasional Pendidikan Indonesia VII, Universitas Negeri Yogyakarta Hotel Ambarukmo, 31 Oktober - 3 Nopember.

Emmanuel, A-Osei., Adom, A .E., & Solomon, F.K. (2014). Perceived Stress and Academic Performance of Senior High School Students in Western Region, Ghana. *European Journal of Business and Social Sciences*, 2 (11), 88-101.

Goff.A.M. (2011).Stressor, Academic Performance and Learned Resourcefulness in Baccalaureate Nursing Student. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 8, 923-1548.

Hussain, A., Kumar, A., & Husain, A. (2008). Academic Stress and Adjustment Among High School Students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 34, Special Issue, 70-73.

Khan, Altaf & Kausar.(2013). Effect of Perceived Academic Stress on Students' Performance. *FWU Journal of Social Sciences*.7 (2), 146-151.

Kumari, R., & Gartia, R. (2012). Relationship Between Stress and Academic Achievement of Senior Secondary School

Students. *Asian Journal of Multidimensional Research*, 1 (3), 152-160.

Purwati, S. (2012). *Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*. Skripsi Dipublikasikan, Universitas Indonesia.

Safree, Yasin & Dzulkipli.(2010). The Relationship between social support and academic achievement among student. *International journal of Business and Social Sciences*, 1 (3), 135-147.

Singh, B.P. (2014). *Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies*. II (XIII), 1751-1755.

Slameto.(2010). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

## PENGESAHAN

Nama : Sakinatur Rahmawati  
NIM : K7410168  
Judul : Pengaruh Tekanan Akademik terhadap Prestasi Akademik  
Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan  
Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret

Artikel ini telah dibaca dan direkomendasikan oleh pembimbing I dan  
pembimbing II.

Surakarta, Sempember 2017

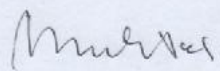
Dosen Pembimbing Skripsi I



Dr. Mintasih Indriayu, M.Pd

NIP. 196611081992032001

Dosen Pembimbing Skripsi II



Muhammad Sabandi, S.E, M.Si

NIP. 197909132005011001