

**STRESS AKADEMIK DAN MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA  
DALAM PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI  
COVID-19 DI STIKES HUSADA JOMBANG**

*Academic stress and student learning motivation  
in online learning during the covid-19  
pandemic at stikes husada jombang*

**Eka Marlina**, STIKes Husada Jombang  
**Vendi Eko Kurniawan**, STIKes Husada Jombang  
**Eliza Zihni Zatihulwani**, STIKes Husada Jombang  
e-mail : [ekamarliana183@gmail.com](mailto:ekamarliana183@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Online learning during the covid-19 pandemic has made students less active in conveying their aspirations and thoughts which makes students feel bored. The purpose of the study was to determine the relationship between academic stress and student motivation in online learning during the covid-19 pandemic at STIKes Husada Jombang. This research uses a correlational analysis research design with a cross sectional approach. The research population was all students of STIKes Husada Jombang S1 Nursing and D3 Midwifery, with a sample of some students as many as 45 people. The sampling technique used is probability sampling with the simple random sampling method. Data collection using questionnaires and data analysis with Spearman Rank test. Based on the Spearman Rank test shows  $\rho$  value 0.000 ( $\rho$  value < 0.05). So  $H_1$  is accepted, which means that there is a relationship between academic stress and student learning motivation in online learning during the covid-19 pandemic at the STIKes Husada Jombang. Based on this research, it is known that the academic stress level most experienced by respondents is high stress, while for learning motivation the most experienced by respondents is low learning motivation. There is a relationship between academic stress and student learning motivation in online learning during the covid-19 pandemic at the STIKes Husada Jombang. From the results of this study, it is expected that students can learn and understand good stress management in dealing with stress and educational institutions can create a comfortable teaching and learning atmosphere with new learning methods so that students do not feel bored in online learning.*

**Keywords : Academic Stress, Learning Motivation, Online Learning**

**ABSTRAK**

Pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 ini membuat mahasiswa menjadi kurang aktif dalam menyampaikan aspirasi dan pemikirannya yang membuat mahasiswa merasa jenuh. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 di STIKes Husada Jombang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analisis korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian semua mahasiswa STIKes Husada Jombang S1 Keperawatan dan D3 Kebidanan, dengan sampel sebagian mahasiswa sebanyak 45 orang. Teknik sampling yang digunakan *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data dengan uji *Spearman Rank*. Berdasarkan uji *Spearman Rank* menunjukkan  $\rho$  value 0,000 ( $\rho$  value < 0,05). Maka  $H_1$  diterima yang berarti ada hubungan stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi

covid-19 di STIKes Husada Jombang. Berdasarkan penelitian ini diketahui bahwa tingkat stress akademik yang paling banyak dialami oleh responden yaitu stress tinggi, sedangkan untuk motivasi belajar yang paling banyak dialami oleh responden yaitu motivasi belajar rendah. Terdapat hubungan antara stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 di STIKes Husada Jombang. Dari hasil penelitian ini, diharapkan mahasiswa dapat mempelajari dan memahami manajemen stress yang baik dalam menghadapi stress dan institusi pendidikan dapat menciptakan suasana belajar mengajar yang nyaman dengan metode pembelajaran yang baru agar mahasiswa tidak merasa jenuh dalam pembelajaran daring.

**Kata Kunci : Motivasi Belajar, Pembelajaran Daring, Stress Akademik**

## PENDAHULUAN

Dalam rangka pemenuhan hak peserta didik untuk mendapatkan layanan pendidikan selama darurat penyebaran covid-19, belajar dari rumah melalui pembelajaran jarak jauh daring/luring dilaksanakan sesuai dengan pedoman penyelenggaraan belajar dari rumah sebagaimana tercantum dalam Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19 (Kemendikbud, 2020). Pembelajaran daring diimplementasikan dengan beragam cara oleh pendidik ditengah penutupan sekolah untuk mengantisipasi virus corona. Namun implementasi tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk beradaptasi di iklim digital (Hasanah *et al.*, 2020). Tuntutan akademik yang harus dijalani menjadi faktor pemicu dari permasalahan yang dihadapi mahasiswa. Kehidupan akademik bukan hanya datang ke kampus, menghadiri kelas, ikut dalam ujian dan akhirnya lulus, akan tetapi banyak proses yang harus dilalui (Hasibuan, 2019). Banyaknya tuntutan akademik serta harus mengikuti pembelajaran daring yang memiliki beberapa kendala seperti tidak tersedianya jaringan internet dan paket

internet yang habis membuat motivasi belajar mahasiswa menurun selama pandemi covid-19. Pada pembelajaran daring mahasiswa menjadi kurang aktif dalam menyampaikan aspirasi dan pemikirannya yang membuat mahasiswa merasa jenuh dalam pembelajaran daring.

Telah dilakukan penelitian di Indonesia oleh Cahyani *et al.* (2020) dengan hasil analisis data quisioner dari 344 siswa 52,6%. diketahui bahwa motivasi belajar siswa menurun selama pembelajaran daring karena situasi covid-19 yang harus dihadapi. Berdasarkan penelitian Pawicara & Conilie (2020) dari 43 mahasiswa 73% mengalami kejenuhan belajar selama pembelajaran daring dan kehilangan motivasi belajar. Survei tentang persepsi pelajar di tengah pandemi covid-19 juga telah dilaksanakan di Jawa Timur oleh IPNU Jawa Timur, sebanyak 88,75% pelajar Jawa Timur yang menjadi responden survei menganggap sistem kegiatan belajar mengajar yang dilakukan secara daring saat ini menjenuhkan dan membosankan (SRC IPNU Jatim, 2020). Hasil studi pendahuluan di STIKes Husada Jombang, mahasiswa yang aktif dalam perkuliahan daring sebanyak 936 orang. Dari hasil wawancara singkat pada beberapa mahasiswa yang aktif mengikuti perkuliahan daring diketahui mahasiswa

tersebut mengalami penurunan motivasi belajar selama perkuliahan daring pada pandemi covid-19.

Stress akademik merupakan tekanan mental dan emosional atau tension yang terjadi akibat tuntutan kehidupan kampus. Sumber stress akademik meliputi : situasi yang monoton, kebisingan, tugas yang terlalu banyak, harapan yang mengada-ada, ketidakjelasan, kurang adanya control, keadaan bahaya dan kritis, tidak dihargai, diacuhkan, kehilangan kesempatan, aturan yang membingungkan, tuntutan yang saling bertentangan, deadline tugas perkuliahan (Hasanah *et al.*, 2020). Stress akademik merupakan salah satu bentuk dari stress negative yang mengakibatkan seseorang mahasiswa akan menjadi malas dan tidak tertarik melakukan kegiatan. Akibatnya apabila seseorang mengalami stress akan terjadi penurunan motivasi belajar (Demolingo, 2018). Motivasi belajar merupakan salah satu faktor untuk keberhasilan dalam pembelajaran daring, sehingga perlu mempertimbangkan motivasi belajar di lingkungan yang memanfaatkan teknologi (Rosa, 2020). Motivasi belajar terjadi karena adanya kemauan, kebutuhan, hasrat dan dorongan siswa untuk berpartisipasi dan sukses dalam proses belajar. Inilah yang membuat siswa terlibat dalam kegiatan akademik, membuat mereka berusaha ketika keadaan menjadi sulit, dan menentukan seberapa banyak mereka harus belajar (Adiputra & Mujiyati, 2017).

Untuk membantu meningkatkan motivasi belajar seseorang, perlu diketahui tingkat motivasi belajar orang tersebut. Pada fenomena motivasi belajar yang rendah sebaiknya dilakukan inovasi pembelajaran yang lebih menarik (Suprihatin, 2019). Di dalam kondisi yang serba terbatas saat ini, dibutuhkan pemahaman dan kreatifitas pengajar dalam mengemas pembelajaran onlinenya agar menarik perhatian dan motivasi mahasiswa dalam mengikuti

tahapan pembelajaran online. Pemilihan pendekatan dan model pendekatan yang tepat, serta dukungan berbagai pihak menentukan keberhasilan pembelajaran online. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, menjadi suatu pembahasan yang menarik untuk diangkat, dikaji, dan diteliti khususnya dalam situasi pandemi covid-19. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Stress Akademik Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Di STIKes Husada Jombang".

## **METODE**

### **Desain, tempat dan waktu**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Tempat dan waktu penelitian dilaksanakan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang pada bulan Maret sampai dengan Juni 2021.

### **Jumlah dan cara pengambilan subjek**

Populasi pada penelitian ini semua mahasiswa STIKes Husada Jombang S1 Keperawatan dan D3 Kebidanan. Subjek sebagian mahasiswa sebanyak 45 orang dengan teknik sampling *simple random sampling*.

### **Jenis dan cara pengumpulan data**

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa dua jenis kuesioner. Pengukuran tingkat stress akademik mahasiswa menggunakan kuesioner adaptasi *Gadzella's Student-Life Stress Inventory*. Sedangkan pengukuran tingkat motivasi belajar mahasiswa diadopsi dari kuesioner penelitian sebelumnya oleh (Zeprika, 2013). Kedua kuesioner tersebut telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti.

### **Pengolahan dan analisa data**

Data yang diperoleh selanjutnya akan dilakukan analisis univariat untuk mengetahui frekuensi masing-masing variabel dan analisis bivariat untuk

menguji hubungan antara kedua variabel penelitian. Dan dilakukan analisis data dengan uji *spearman rank*.

## HASIL PENELITIAN

### Data umum

Hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 orang (77,8%). Sebagian besar responden program studi S1 Keperawatan sebanyak 30 orang (66,7%). Hampir setengahnya responden semester IV sebanyak 17 orang (37,8%). Hampir seluruhnya responden tidak memiliki konflik dengan teman sebanyak 40 orang (88,9%). Hampir seluruhnya responden tidak mengalami masalah kesehatan sebanyak 40 orang (88,9%). Sebagian besar responden tidak mengalami kesulitan pembelajaran sebanyak 20 orang (55,6%). Hampir seluruh responden memiliki lingkungan belajar nyaman sebanyak 39 orang (86,7%). Hampir seluruhnya responden memiliki cita-cita sebanyak 43 orang (95,6%). Sebagian besar responden tidak memiliki masalah kemampuan belajar sebanyak 32 orang (71,1%). Sebagian besar responden tidak mengalami masalah dalam mengontrol emosi sebanyak 27 orang (60,0%). sebagian responden tidak mengalami tekanan perkuliahan daring sebanyak 30 orang (66,7%)

### Data khusus

Frekuensi stress akademik sebagian besar responden stress tinggi sebanyak 24 orang (53,3%). Hampir dari setengahnya stress sedang sebanyak 15 orang (33,3%). Dan sebagian kecil stress rendah sebanyak 6 orang (13,3%). Frekuensi motivasi belajar hampir dari setengah responden motivasi belajar rendah sebanyak 18 orang (40,0%). Hampir dari setengah responden motivasi belajar sedang sebanyak 16 orang (35,6%). Dan sebagian kecil responden motivasi belajar tinggi sebanyak 11 orang (24,4%).

Berdasarkan hasil tabulasi silang dari 6 responden stress akademik rendah hampir seluruhnya mengalami motivasi belajar tinggi sejumlah 5 orang (83,3%) dan dari 45 responden stress akademik tinggi sebagian besar mengalami motivasi belajar rendah sejumlah 15 orang (62,5). Hasil uji statistik *spearman rank* diperoleh angka signifikansi atau probabilitas (0,000) jauh lebih rendah dari standart signifikansi 0,05 atau ( $\rho < \alpha$ ), maka  $H_1$  diterima yang berarti ada hubungan stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang.

## PEMBAHASAN

### Stress akademik pada mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 45 responden sebagian besar yaitu 24 responden (53,3%) mengalami stress tinggi, hampir dari setengahnya yaitu 15 responden (33,3%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil yaitu 6 responden (13,3%) mengalami stress rendah.

Stress akademik merupakan respon peserta didik terhadap tuntutan sekolah yang menekan yang menimbulkan perasaan tidak nyaman, ketegangan dan perubahan tingkah laku (Desmita, 2017). Stress akademik muncul ketika terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan oleh seorang mahasiswa. Stress juga dapat muncul karena tekanan untuk menunjukkan prestasi (Fernandez, 2015). Faktor yang mempengaruhi stres akademik Yumba (2008) yaitu : hubungan dengan orang lain, faktor personal, faktor akademis dan faktor lingkungan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Demolingo (2018), menyatakan bahwa rata-rata tingkat stress Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sam Ratulangi Manado adalah 52,66.

Menurut Yumba (2008) adanya konflik antara individu dengan teman atau masalah keluarga dan frustrasi dapat mempengaruhi stress akademik. Setelah dilakukan tabulasi silang antara stress akademik dengan data umum konflik dengan teman dan keluarga didapatkan hasil dari 24 mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi, hanya 3 mahasiswa yang memiliki konflik dengan teman dan keluarga. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan tidak sesuai dengan teori tersebut dikarenakan hampir seluruhnya mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi tidak memiliki konflik dengan teman dan keluarga. Mahasiswa tidak memiliki konflik dengan teman dan keluarga karena mahasiswa memiliki komunikasi dan hubungan yang baik antar sesama teman, sehingga konflik dengan teman tidak mempengaruhi mahasiswa mengalami stress akademik.

Menurut Yumba (2008) masalah kesehatan termasuk ke dalam faktor personal yang mempengaruhi stress akademik. Selain masalah kesehatan, faktor personal yang lain mencakup pola tidur, pola makan, kesulitan keuangan dan tanggung jawab juga mempengaruhi stress akademik. Setelah dilakukan tabulasi silang antara stress akademik dengan data umum masalah kesehatan didapatkan hasil dari 24 mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi, hanya 4 mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan tidak sesuai dengan teori tersebut dikarenakan hampir seluruhnya mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi tidak mengalami masalah kesehatan. Mahasiswa tidak mengalami masalah faktor personal karena memiliki coping stress yang baik sehingga tidak mempengaruhi terjadinya stress akademik.

Menurut Yumba (2008) kesulitan pembelajaran termasuk ke dalam faktor akademis yang mempengaruhi stress akademik. Selain kesulitan

pembelajaran, faktor personal yang lain adalah beban tugas yang bertambah, nilai yang rendah dan waktu belajar yang banyak juga mempengaruhi stress akademik. Setelah dilakukan tabulasi silang antara stress akademik dengan data umum kesulitan pembelajaran didapatkan hasil dari 24 mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi, ada 12 mahasiswa yang mengalami kesulitan pembelajaran. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan teori tersebut karena dari hasil penelitian setengah mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi mengalami masalah kesulitan pembelajaran.

Menurut Yumba (2008) lingkungan belajar nyaman termasuk ke dalam faktor lingkungan yang mempengaruhi stress akademik. Selain lingkungan belajar yang nyaman, faktor lingkungan yang lain mencakup pindah ke lingkungan baru, kurangnya liburan dan waktu istirahat juga mempengaruhi stress akademik. Setelah dilakukan tabulasi silang antara stress akademik dengan data umum lingkungan belajar nyaman didapatkan hasil dari 24 mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi, hanya 4 mahasiswa yang tidak memiliki lingkungan belajar nyaman. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan tidak sesuai dengan teori tersebut dikarenakan hampir seluruhnya mahasiswa yang mengalami stress akademik tinggi memiliki lingkungan belajar nyaman. Pembelajaran daring dilakukan dari rumah mahasiswa masing-masing sehingga mahasiswa merasa nyaman pada lingkungannya. Sehingga faktor lingkungan tidak mempengaruhi stress akademik mahasiswa.

Menurut peneliti, mahasiswa belum terbiasa dengan metode perkuliahan daring yang dilaksanakan sehingga tingkat stress akademik mahasiswa masih tinggi. Berdasarkan hasil skor kuesioner responden, modus

butir pertanyaan yang paling mempengaruhi stress akademik mahasiswa yang tinggi yaitu "Saya merasa lebih senang saat masa perkuliahan belajar di kelas dibandingkan perkuliahan daring". Butir pertanyaan tersebut merupakan pertanyaan *favorable* dari indikator perubahan hidup yang mengganggu kehidupan individu. Penyebab stress akademik tinggi yang dialami mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang dipengaruhi oleh kegiatan perkuliahan yang tiba-tiba dilakukan secara daring tanpa persiapan, sehingga mahasiswa merasa terbebani.

### **Motivasi belajar pada mahasiswa**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 45 responden hampir dari setengahnya yaitu 18 responden (40,0%) mengalami motivasi belajar rendah, hampir dari setengahnya yaitu 16 responden (35,6%) juga mengalami motivasi belajar sedang dan sebagian kecil yaitu 11 responden (24,4%) mengalami motivasi belajar tinggi.

Motivasi adalah suatu kekuatan seseorang untuk menimbulkan tingkat persistensi dan antusiasme dalam melaksanakan kegiatan, baik bersumber dari dalam diri seseorang maupun dari luar diri seseorang. Semakin besar motivasi seseorang maka makin menentukan kualitas perilaku yang ditampilkannya baik dalam proses belajar, bekerja dan sebagainya (Sary, 2015). Faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa Sakamoto (2015) yaitu : cita-cita atau aspirasi mahasiswa, kemampuan yang dibutuhkan seorang mahasiswa, unsur-unsur dinamis belajar dan adanya tekanan di perkuliahan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sakamoto (2015) dengan hasil analisis data quesioner dari 344 siswa 52,6% diketahui bahwa motivasi belajar siswa menurun selama pembelajaran daring karena situasi covid-19 yang harus dihadapi. Penelitian

oleh Pawicara & Conilie (2020) juga menunjukkan hasil dari 43 mahasiswa 73% mengalami kejenuhan belajar selama pembelajaran daring dan kehilangan motivasi belajar.

Menurut Sakamoto (2015) cita-cita akan menjadi pemicu mahasiswa untuk semangat belajar dan menjadi sukses. Adanya cita-cita dalam diri mahasiswa akan memperkuat motivasi belajar. Setelah dilakukan tabulasi silang antara motivasi belajar dengan data umum cita-cita didapatkan hasil dari 18 mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah, hanya 1 mahasiswa yang tidak memiliki cita-cita. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan tidak sesuai dengan teori tersebut, meskipun hampir seluruhnya mahasiswa mengalami motivasi belajar rendah, tetapi mereka masih memiliki cita-cita. Setiap mahasiswa memiliki cita-cita untuk diraih dan keinginan untuk dicapai. Namun cita-cita saja tidak cukup kuat untuk memotivasi belajar mahasiswa menjadi tinggi. Harus ada dorongan dari dalam diri mahasiswa tersebut.

Menurut Sakamoto (2015) Kemampuan yang dibutuhkan seorang mahasiswa dalam belajar meliputi pengamatan, perhatian, ingatan, daya pikir dan fantasi. Kemampuan belajar yang tinggi akan memperkuat motivasi belajar mahasiswa. Setelah dilakukan tabulasi silang antara motivasi belajar dengan data umum kemampuan belajar didapatkan hasil dari 18 mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah, hanya 3 mahasiswa yang memiliki masalah kemampuan belajar. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan tidak sesuai dengan teori tersebut karena hanya sebagian kecil mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah memiliki masalah kemampuan belajar. Mahasiswa tidak memiliki masalah kemampuan belajar karena masih memiliki daya pikir yang bagus dan fantasi yang luas sebagai seorang remaja.

Menurut Sakamoto (2015) unsur-unsur dinamis dalam belajar yang keberadaannya tidak stabil, kadang kuat, kadang lemah, bahkan hilang sama sekali khususnya kondisi yang sifatnya kondisional. Misalnya keadaan emosi mahasiswa, gairah mahasiswa dan situasi dalam belajar. Setelah dilakukan tabulasi silang antara motivasi belajar dengan data umum mengontrol emosi didapatkan hasil dari 18 mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah, ada 7 mahasiswa yang memiliki masalah mengontrol emosi. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan teori tersebut karena berdasarkan hasil penelitian hampir dari setengahnya mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah memiliki masalah mengontrol emosi.

Menurut Sakamoto (2015) adanya tekanan pada perkuliahan akan menyebabkan tekanan bagi mahasiswa. Tekanan tersebut akan menimbulkan stress. Peningkatan stress yang terjadi pada mahasiswa akan menyebabkan penurunan motivasi belajar. Setelah dilakukan tabulasi silang antara motivasi belajar dengan data umum tekanan perkuliahan didapatkan hasil dari 18 mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah, ada 7 mahasiswa yang mengalami tekanan perkuliahan. Menurut peneliti hasil penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan teori tersebut karena berdasarkan hasil penelitian hampir dari setengahnya mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah mengalami tekanan perkuliahan.

Menurut peneliti mahasiswa merasa jenuh dalam pembelajaran daring yang dilakukan. Mahasiswa menjadi kurang aktif dalam menyampaikan aspirasi dan pemikirannya serta mahasiswa tidak dapat bersosialisasi atau beratap muka secara langsung dengan dosen dan temannya sehingga membuat motivasi belajar mahasiswa menurun. Berdasarkan hasil skor kuesioner

responden, modus butir pertanyaan yang paling mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa yang rendah yaitu "Saya tidak suka dengan metode pembelajaran daring". Butir pertanyaan tersebut merupakan pertanyaan *unfovariable* dari indikator adanya kegiatan yang menarik dalam belajar. Penyebab motivasi belajar rendah yang dialami mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang disebabkan oleh kejenuhan mahasiswa dalam pelaksanaan perkuliahan daring.

### **Hubungan stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa**

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada tabel 5.14 menunjukkan bahwa dari 45 responden stress akademik hampir dari setengahnya mempengaruhi motivasi belajar rendah sejumlah 18 orang (40,0%). Dan sebagian kecil responden mengalami motivasi belajar tinggi sejumlah 11 orang (23,4%). Dari hasil uji statistik *spearman rank* diperoleh angka signifikan atau probabilitas (0,000) jauh lebih rendah dari standart signifikan 0,05 atau ( $\rho < \alpha$ ), maka  $H_1$  diterima yang berarti ada hubungan stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemic covid-19 di sekolah tinggi ilmu kesehatan husada jombang.

Stress akademik telah menjadi bagian kehidupan akademis mahasiswa karena berbagai ekspektasi internal dan eksternal (Sujadi *et al.*, 2018). Stress akademik yang dialami mahasiswa selama pembelajaran daring tentu dapat memberikan dampak negatif terhadap prestasi akademiknya. Mahasiswa tersebut akan kesulitan berkonsentrasi, sulit mengingat materi, sulit memahami materi, sering menunda penyelesaian tugas dan berfikir negatif pada diri sendiri (Aryani, 2016). Stress akademik dalam rentang normal dan ringan dapat memotivasi proses pembelajaran. Sedangkan tingkat stress sedang sampai berat dapat menghambat pembelajaran. Hal ini dapat menurunkan kapasitas

seorang yang menyebabkan ketidakmampuan memperhatikan atau mengerjakan sesuatu, seperti tugas perkuliahan (Potter, 2010).

Hubungan antara stress terhadap motivasi yaitu semakin tinggi tingkat stress maka semakin menurun minat belajar mahasiswa. Minat belajar merupakan alat untuk mendorong mahasiswa untuk termotivasi. Sehingga secara tidak langsung makin tinggi tingkat stress mahasiswa maka akan menyebabkan menurunnya motivasi belajar mahasiswa (Djamarah, 2011). Motivasi belajar adalah penggerak atau pendorong untuk melakukan kegiatan belajar serta bersemangat untuk belajar. Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non-intelektual yang berperan dalam penumbuh gairah, merasa senang dan semangat untuk belajar (Prayascitta, 2010). Mahasiswa akan mengalami motivasi belajar rendah ketika mahasiswa tersebut merasa tidak kompeten terhadap hal yang dilakukan, merasa tidak yakin bahwa usahanya akan tercapai sesuai harapan dan apabila mahasiswa tersebut telah berusaha, mereka masih beranggapan bahwa tidak dapat mencapai hasil yang diharapkan (Rucker, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Sujadi, 2021), menyatakan bahwa terdapat hubungan antara stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa. Dapat dipahami bahwa semakin tinggi stress akademik menyebabkan rendahnya motivasi belajar, sebaliknya semakin rendah stress akademik berpengaruh terhadap tingginya motivasi belajar mahasiswa. Temuan serupa juga ditemukan oleh peneliti. Mahasiswa yang mengalami motivasi belajar rendah memiliki tingkat stress akademik yang tinggi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebagian besar responden mengalami stress akademik tinggi dalam pembelajaran daring pada

masa pandemi covid-19 sebanyak 24 responden (53,3%) dan hampir setengahnya mengalami motivasi belajar rendah dalam pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 sebanyak 18 responden (40,0%). Selain itu ada hubungan stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang.

## SARAN

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti bagi institusi pendidikan yaitu diharapkan institusi pendidikan menciptakan suasana belajar mengajar yang nyaman dengan metode pembelajaran yang baru agar mahasiswa tidak merasa jenuh dalam pembelajaran daring. Saran bagi mahasiswa diharapkan mahasiswa dapat mempelajari dan memahami manajemen stress yang baik dalam menghadapi stress, sehingga mampu menurunkan kemungkinan meningkatnya stress yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi tubuh. selalu berfikir positif dan menyelesaikan tuntutan akademik dengan baik meskipun dihadapkan pada situasi pandemic dapat tetap produktif. Dan saran untuk peneliti lain dari hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan informasi untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai hubungan antara stress akademik terhadap motivasi belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Cahyani, I. D. Listiana, S. Puteri, and L. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Illam*, 3(01), 123-140.
- Adiputra, S., & Mujiyati, M. (2017). Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *Konselor*, 6(4), 150. <https://doi.org/10.24036/02017648171-0-00>

- Aryani, F. (2016). *Stress Belajar : Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. Edukasi Mitra Grafika.
- Demolingo, D. P. A. (2018). Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Semester V Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Keperawatan*, 6(1).
- Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Rosda.
- Djamarah, S. . (2011). *Psikologi Belajar*. Rineka Cipta.
- Eko Sujadi. (2021). Stres Akademik dan Motivasi Belajar Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*.
- Fernandez, L. (2015). Relationships Between Academic Stress, Social Support, Optimism-Pessimism And Self-Esteem In College Students. *Elektronik Journal of Research in Educational Psychology*.
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/5941>
- Hasibuan, M. T. D. (2019). Hubungan Stres Belajar Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Yang Menjalani Pendidikan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Murni Teguh. *Indonesian Trust Health Journal*, 2(1), 128–131. <https://doi.org/10.37104/ithj.v2i1.24>
- Kemendikbud. (2020). *Surat Edaran Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi: Masa Belajar Penyelenggaraan Program Pendidikan*. <https://bersamahadapikorona.kemdikbud.go.id/surat-edaran-direktorat-jendral-pendidikan-tinggi-masa-belajar-penyelenggaraan-program-pendidikan/>
- Pawicara, R., & Conilie, M. (2020). Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi Iain Jember di Tengah Pandemi Covid-19. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 1(1), 29–38.
- Potter P.A, A. . P. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* (7th ed.). Salemba Medika.
- Prayascitta. (2010). *Hubungan Antara Coping Stress Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai*.
- Rosa, N. N. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Belajar Daring Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *TANJAK: Journal of Education and Teaching*, 1(2), 147–153. <https://doi.org/10.35961/tanjak.v1i2.146>
- Rucker, L. (2012). *The Relationship Between Motivation, Perceived Stress and Academic Achievement in Students*.
- Sakamoto, R. (2015). *The Relationship Between Motivation, Second Language Learning, And Stress In International Students*. Missouri : University Of Central Missouri.
- Sary Y. (2015). *Buku Ajar Psikologi Pendidikan*. Parama Publishing.
- SRC IPNU Jatim. (2020). *Survei Persepsi Pelajar Jatim Terhadap Dampak Covid-19*.
- Suprihatin, S. (2019). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan*

*Dan Konseling*, 3(1), 73–82.  
<https://doi.org/10.31316/g.couns.v3i1.89>

Wycliffe Yumba. (2008). Academic Stress A Case Of The Undergraduate Students. *Institutionen Fr Beteendevetenskap Och I Rande*.

Zeprika A. (2013). *Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Dukungan Orang Tua Terhadap Nilai Matematika Kurikulum 2013*.

Tabel 1

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	10	22.2
Perempuan	35	77.8
Total	45	100.0

Tabel 2

Karakteristik responden berdasarkan program studi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Program Studi	Frekuensi	Persentase (%)
S1 Keperawatan	30	66.7
D3 Kebidanan	15	33.3
Total	45	100.0

Tabel 3

Karakteristik responden berdasarkan semester di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Semester	Frekuensi	Persentase (%)
IV	17	37,8
VI	13	28,9
VIII	15	33,3
Total	45	100.0

Tabel 4

Karakteristik responden berdasarkan konflik dengan teman di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Konflik Dengan Teman	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	5	11,1
Tidak	40	88,9
Total	45	100.0

Tabel 5

Karakteristik responden berdasarkan masalah kesehatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Masalah Kesehatan	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	5	11,1
Tidak	40	88,9
Total	45	100.0

Tabel 6

Karakteristik responden berdasarkan kesulitan pembelajaran di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Kesulitan Pembelajaran	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	20	44,4
Tidak	25	55,6
Total	45	100.0

Tabel 7  
Karakteristik responden berdasarkan lingkungan belajar nyaman di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Lingkungan Belajar Nyaman	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	39	86,7
Tidak	6	13,3
Total	45	100.0

Tabel 8  
Karakteristik responden berdasarkan cita-cita di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Cita-Cita	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	43	95,6
Tidak	2	4,4
Total	45	100.0

Tabel 9  
Karakteristik responden berdasarkan kemampuan belajar di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Kemampuan Belajar	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	13	28,9
Tidak	32	71,1
Total	45	100.0

Tabel 10  
Karakteristik responden berdasarkan mengontrol emosi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Mengontrol Emosi	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	18	40,0
Tidak	27	60,0
Total	45	100.0

Tabel 11  
Karakteristik responden berdasarkan tekanan perkuliahan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Tekanan Perkuliahan	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	15	33.3
Tidak	30	66.7
Total	45	100.0

Tabel 12  
 Distribusi frekuensi responden berdasarkan stress akademik mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Stress Akademik	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	6	13,3
Sedang	15	33,3
Tinggi	24	53,3
Total	45	100.0

Tabel 13  
 Distribusi frekuensi responden berdasarkan motivasi belajar mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang tanggal 27 Maret 2021

Motivasi Belajar	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	18	40,0
Sedang	16	35,6
Tinggi	11	24,4
Total	45	100.0

Tabel 14  
 Tabulasi hubungan akademik motivasi mahasiswa Tinggi Ilmu Husada tanggal 27

Stress Akademik		Motivasi Belajar			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Rendah	$\Sigma$	0	1	5	6
	% Total	.0%	2.2%	11.1%	13.3%
	%	.0%	16.7%	83.3%	100%
Sedang	$\Sigma$	3	8	4	15
	% Total	6.7%	17.8%	8.9%	33.3%
	%	0.20%	53.3%	26.7%	100%
Tinggi	$\Sigma$	15	7	2	24
	% Total	33.3%	15.6%	4.4%	53.3%
	%	62.5%	29.2%	8.3%	100%
Total	$\Sigma$	18	16	11	45
	%	40.0%	35.6%	24.4%	100.0%

silang stress dengan belajar di Sekolah Kesehatan Jombang Maret 2021

Tabel 15  
 Hasil uji hubungan stress akademik dengan motivasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 di sekolah tinggi ilmu kesehatan husada jombang

			Stress Akademik	Motivasi Belajar
<i>Spearman's rho</i>	Stress Akademik	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	-.585**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.000
		N	45	45
	Motivasi Belajar	<i>Correlation Coefficient</i>	-.585**	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	.
		N	45	45