

# **PENGARUH STRES AKADEMIK DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA JURUSAN MANAJEMEN FEB UB DI MASA PANDEMI COVID 19**

**Yoga Saputra**

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya

[yoga200599@student.ub.ac.id](mailto:yoga200599@student.ub.ac.id)

**Dosen Pembimbing:**

**Prof. Dr. Drs. Achmad Sudiro, ME, CPHR**

**Abstract :** *This study aims to determine the effect of academic stress and learning motivation on student achievement majoring in management FEB UB. This type of research is descriptive research and multiple linear regression analysis using SPSS version 21 which explains the relationship and influence between one variable and another by submitting a hypothesis. This study uses a population of 106 respondents obtained from students majoring in management FEB UB, by distributing questionnaires online. The results of testing the three hypotheses can be concluded that academic stress and learning motivation have a significant influence on student achievement in the management department of FEB UB. In addition, academic stress and learning achievement have a significant positive effect. The results of the Coefficient of Determination test showed that the value Academic Stress and Learning Motivation variables simultaneously affected the learning achievement variable by 61.2% while the remaining 38.8% was influenced by other variables not discussed in this study.*

**Keywords:** *Academic stress, learning motivation, and learning achievement.*

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stres akademik dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan manajemen FEB UB. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dan analisis regresi linear berganda dengan menggunakan SPSS versi 21 yang menjelaskan hubungan dan pengaruh antar satu variabel dengan variabel lainnya melalui pengajuan hipotesis. Penelitian ini menggunakan populasi sebanyak 106 responden yang diperoleh dari mahasiswa jurusan manajemen FEB UB, dengan penyebaran kuesioner secara *online*. Hasil pengujian terhadap ketiga hipotesis dapat disimpulkan bahwa stres akademik dan motivasi belajar memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan manajemen FEB UB. Selain itu stres akademik dan prestasi belajar berpengaruh positif yang signifikan. Hasil uji Koefisien Determinasi menunjukkan bahwa nilai variabel Stres Akademik dan Motivasi Belajar secara simultan berpengaruh terhadap variabel prestasi belajar sebesar 61,2% sedangkan sisanya sebesar 38,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas pada penelitian ini.

**Kata Kunci :** *Stres akademik, Motivasi belajar, dan Prestasi belajar.*

## PENDAHULUAN

Fenomena yang terjadi pada akhir Desember 2019 yaitu munculnya virus corona (*COVID-19*) di Wuhan China. Diketahui bahwa penyebaran *COVID-19* ke negara lain sangat cepat dan semakin meluas. Banyak masyarakat dunia yang terpapar dan terinfeksi. Hal ini membuat pemerintahan dari berbagai negara melakukan *lockdown*. *Lockdown* adalah kondisi dimana seluruh aktivitas yang ada dihentikan untuk sementara agar penyebaran virus corona dapat diminimalisir. Sehingga pada akhirnya setiap negara memberlakukan *stay at home* (tetap berada di rumah) bagi seluruh masyarakat. Ditetapkannya *COVID-19* sebagai pandemi global membuat pemerintah Indonesia membuat beberapa kebijakan strategis agar menghindari penularan virus ini. Pemerintah mengambil kebijakan dan menghimbau masyarakat untuk melakukan *physical distancing*.

Negara Indonesia juga melakukan *lockdown* dengan memberlakukan PSBB (pembatasan sosial berskala besar). Pemerintah melalui surat edarannya juga memerintahkan seluruh aktivitas pembelajaran dilakukan di rumah (sekolah dari rumah/daring) dan bekerja dari rumah (WFH). Institusi pendidikan mulai dari tingkat prasekolah hingga perguruan tinggi ditutup untuk sementara waktu. Aktivitas pembelajaran dilakukan secara jarak jauh. Mahasiswa di perguruan tinggi juga merasakan dampak dan akibat dari *COVID-19*. Kegiatan perkuliahan dilakukan secara jarak jauh melalui aplikasi-aplikasi yang mendukung kegiatan perkuliahan. Berbagai platform dapat digunakan oleh mahasiswa untuk membantunya dalam mengerjakan tugas, menjalani proses perkuliahan, melaporkan aktivitas perkuliahan secara daring. Namun tidak dipungkiri bahwa adanya hambatan-hambatan yang terjadi selama proses perkuliahan dilakukan secara daring.

Kendala-kendala yang dihadapi oleh mahasiswa seperti jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, pekerjaan rumah

yang harus dikerjakan juga, dan tugas perkuliahan yang menumpuk. Berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan oleh mahasiswa menyebabkan mereka mengalami stres akademik. Ketidakmampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan keadaan tersebut membuat mereka mengalami stres. Stres akademik diartikan sebagai keadaan dimana seseorang tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsi tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan (Barseli, dkk, 2017). Alvin 2012 menjelaskan bahwa stres akademik merupakan tekanan yang terjadi pada diri mahasiswa yang disebabkan oleh adanya persaingan ataupun tuntutan akademik. Stres akademik disebabkan oleh adanya *academic stressor* (Barseli, 2017). *Academic stressor* merupakan yaitu penyebab stres yang bermula dari proses pembelajaran seperti tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik, lamanya belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai/prestasi dan cemas dalam menghadapi ujian (Rahmawati 2017). Barseli, dkk., (2017) menjelaskan bahwa stres akademik merupakan tekanan yang diakibatkan adanya perspektif subjektif terhadap suatu kondisi akademik. Oon (2007) menjelaskan bahwa stres akademik yang dialami oleh mahasiswa yang secara terus menerus menimbulkan penurunan daya tahan tubuh mahasiswa sehingga mudah mengalami penurunan daya tahan tubuh. Hasil penelitian Siregar dan Putri (2019) menjelaskan bahwa stress akademik dipengaruhi oleh *Self-Efficacy* dengan korelasi negatif.

Stres merupakan suatu kondisi yang negatif, suatu kondisi yang mengarah ke timbulnya penyakit fisik maupun mental atau mengarah ke perilaku yang tidak wajar. 4 aspek yang menyebabkan stres akademik yaitu:

- a. Aspek fisik

Reaksi tubuh dalam mempertahankan diri terhadap situasi yang mengancam (memicu stres) dikenal dengan istilah *General Adaptation Syndrome* (Semion, 2006).

b. Aspek emosional

Ketika seseorang berada dalam kondisi stres, mereka sering bereaksi secara emosional. Namun stres lebih sering menimbulkan emosi tidak menyenangkan daripada emosi yang menyenangkan (Lazarus 2006).

c. Aspek Pikiran

Respon kognitif merupakan pemikiran tentang stres dan situasi stres yang akan datang. Respon kognitif adalah reaksi terhadap sumber stres yang positif pada siswa (Misra dan Castillo, 2004).

d. Aspek perilaku

Respon perilaku merupakan perilaku respon yang paling penting terhadap stres. Sebagian besar respon perilaku terhadap stres mencakup perilaku mengatasi masalah (coping behavior).

Mahasiswa di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Jurusan Manajemen Universitas Brawijaya Malang diketahui memiliki beban pembelajaran yang cukup padat seperti tugas-tugas kuliah yang selama masa pandemi covid 19 menjadi banyak dari sebelum pandemi, kemudian dengan adanya pandemi ini, juga menyebabkan mahasiswa tidak dapat berinteraksi atau bersosialisasi secara langsung ke teman-teman sekelasnya, jaringan yang tidak ada, paket internet yang habis, dan pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga. Dengan beban yang cukup padat ini dan beban psikologis tersebut dkuatirkan tingkat stres akan meningkat. Berbagai masalah yang telah dikemukakan tersebut apabila berlangsung terus-menerus mengakibatkan prestasi mahasiswa menurun dan pada akhirnya berdampak pada penurunan kinerja fakultas maupun universitas secara keseluruhan.

Tercapainya tujuan suatu instansi atau universitas tidak hanya tergantung pada peralatan modern, sarana dan prasarana yang lengkap, tetapi justru lebih tergantung pada manusia yang melaksanakan pekerjaan tersebut. Mahasiswa yang berkualitas adalah mahasiswa yang melaksanakan pekerjaannya dan mampu memberikan hasil kerja yang baik

atau mempunyai prestasi belajar yang tinggi yang dibutuhkan oleh Universitas untuk mencapai tujuannya. Untuk mencapai prestasi belajar yang baik, unsur yang paling dominan adalah sumber daya manusia, walaupun perencanaan telah tersusun dengan baik dan rapi tetapi apabila orang atau mahasiswa yang melaksanakan tidak berkualitas dan tidak memiliki semangat belajar yang tinggi, maka tujuan yang telah disusun tersebut akan sia-sia. Prestasi belajar yang dicapai mahasiswa merupakan suatu hal yang sangat penting dalam menjamin kelangsungan hidup instansi. Prestasi belajar mahasiswa dipengaruhi oleh bermacam-macam ciri pribadi dari masing-masing individu.

Berdasarkan penelitian oleh Rajni dan Radhakanta 2018, menyatakan tentang hubungan stres dengan prestasi akademik pada Sekolah Menengah Atas Northwestern Delhi didapatkan bahwa adanya hubungan positif antara stres dan prestasi belajar.

Prestasi belajar tidak cukup hanya dengan stres akademik dari mahasiswa itu sendiri, tetapi bisa juga dilakukan melalui peningkatan motivasi belajar. Menurut Alderfer 2004 Motivasi belajar adalah kecenderungan siswa dalam melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin. Motivasi dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk perilaku belajar. Dalam motivasi terkandung adanya keinginan yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan dan mengarahkan sikap serta perilaku pada individu belajar (Dimiyati dan Mudjiono, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian Lismayani 2019 menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan prestasi belajar peserta didik di SMP Negeri 3 Bandar Lampung yaitu sebesar 0,453 dan masuk ke dalam derajat hubungan yang sedang dan cukup dengan arah yang positif.

Demikian halnya dengan mahasiswa di Universitas Brawijaya mempunyai mahasiswa yang berprestasi, yang memiliki kemampuan dan keunggulan untuk bersaing di era

globalisasi. Upaya untuk meningkatkan prestasi belajar harus diimbangi oleh adanya stres akademik dan motivasi belajar mahasiswa.

Berangkat dari permasalahan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat masalah mengenai prestasi dan kinerja mahasiswa maka penulis tertarik mengangkat judul “**Pengaruh Stres Akademik dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya di Masa Pandemi Covid 19.**”

### **RUMUSAN MASALAH**

1. Apakah terdapat pengaruh positif signifikan secara simultan stres akademik dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar jurusan Manajemen FEB UB.
2. Apakah terdapat pengaruh positif signifikan stres akademik terhadap prestasi belajar jurusan Manajemen FEB UB.
3. Apakah terdapat pengaruh positif motivasi terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan Manajemen FEB UB.

### **TUJUAN PENELITIAN**

1. Untuk mengetahui pengaruh signifikan secara simultan stres akademik dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar jurusan Manajemen FEB UB.
2. Untuk mengetahui pengaruh signifikan stres akademik terhadap prestasi belajar jurusan Manajemen FEB UB.
3. Untuk mengetahui pengaruh motivasi terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan Manajemen FEB UB.

### **MANFAAT PENELITIAN**

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis  
Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat yaitu:
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai tambahan referensi bagi perguruan tinggi, baik di

tingkat jurusan, fakultas, maupun universitas.

- b. Sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan stres dan motivasi untuk mencapai prestasi belajar yang baik di masa pandemi covid 19.

### **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

- a. Bagi Penulis  
Dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung tentang cara meminimalisir stres yang terjadi pada mahasiswa jurusan manajemen FEB UB di masa pandemi covid 19.
- b. Bagi Perguruan Tinggi  
Dapat dijadikan sebagai referensi terhadap semua pihak yang masih ada dibawah naungan universitas Brawijaya guna membentuk prestasi kinerja dan motivasi yang baik di situasi pandemi covid 19.

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **Stres Akademik**

Stres akademik adalah perasaan cemas, tertekan baik secara fisik maupun emosional, tegang dan khawatir yang dialami oleh mahasiswa karena ada tuntutan akademik dari guru/dosen maupun orangtua untuk memperoleh nilai yang baik, menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan baik, dan tuntutan tugas pekerjaan rumah yang tidak jelas dan adanya lingkungan kelas yang kurang nyaman. Aspek-aspek yang ada didalam stres akademik menurut Sarafino (2011), adalah aspek biologis, kognitif, emosional dan perilaku sosial.

Stres akademik dalam penelitian ini dapat dibagi menjadi dua aspek utama, yaitu: respon stres dan gejala stres yang diukur melalui indikator dengan ciri-ciri perubahan pada: fisik (*physiologic*), emosional (*emotional*), pikiran (*cognition*), dan perilaku (*behavior*).

Faktor yang mempengaruhi stres akademik dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa, meliputi pola

pikir, kepribadian, dan keyakinan. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar, meliputi lingkungan berupa beban materi pelajaran yang lebih padat, tekanan untuk berprestasi tinggi, dan dorongan sosial.

### **Motivasi Belajar**

Menurut Hamzah (2011) hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung. Motivasi belajar ini mempunyai peranan besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar.

Ciri-ciri motivasi belajar yang tinggi dapat dilihat dari ketekunan dalam dirinya dalam mengerjakan tugas, tidak putus asa jika menghadapi kesulitan, tertarik terhadap bermacam masalah dan memecahkannya, senang bekerja mandiri, bosan terhadap tugas rutin, dapat mempertahankan pendapat, dan tidak mudah melepaskan hal yang diyakini.

Ciri-ciri motivasi belajar dapat diukur dari tekad yang kuat dalam diri siswa untuk belajar, berhasil, dan meraih cita-cita masa depan.

Menurut Hamzah (2011) motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu “pertama, hasrat dan keinginan berhasil dan dorongan kebutuhan belajar, dan kedua, harapan akan cita-cita”. Faktor ekstrinsik yang mempengaruhi motivasi belajar meliputi “pertama adanya penghargaan, kedua, lingkungan belajar yang kondusif, dan ketiga, kegiatan belajar yang menarik”. Jadi untuk meraih motivasi belajar yang tinggi bagi siswa, harus diperhatikan faktor yang mempengaruhinya baik intrinsik maupun ekstrinsik. Siswa harus menyadari dengan sengaja untuk melakukan kegiatan dan kebutuhan belajar untuk meraih tujuan (cita-cita yang hendak dicapai). Faktor ekstrinsik harus disertai penghargaan (pujian) jika siswa berprestasi, diperlukan lingkungan belajar yang kondusif dan kegiatan belajar yang menarik. Dalam hal ini peran orang tua diperlukan untuk menciptakan suasana yang kondusif dan membantu anaknya dalam belajar.

### **Prestasi Belajar**

Menurut Syaiful (2008) prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil dari aktivitas belajar. Sedangkan menurut Suryabrata (2002), “prestasi belajar yang dicapai seorang individu merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhinya, baik dalam diri siswa (faktor internal) maupun dari luar diri siswa (faktor eksternal) individu”.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar adalah sebagai hasil perubahan yang telah dicapai seseorang setelah melakukan usaha belajar dalam waktu tertentu yang dibuktikan dengan keberhasilan menguasai sejumlah pengetahuan dan ketrampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran yang dinyatakan dalam bentuk huruf dan angka yang diperoleh melalui tes. Prestasi belajar merupakan faktor penting dalam kehidupan manusia, karena manusia selalu butuh akan pengukuran dan sekaligus sebagai sarana untuk mengukur kemampuan dirinya.

### **Upaya Meningkatkan Prestasi Belajar**

#### **a. Peningkatan Mutu Pendidikan**

Dalam meningkatkan mutu pendidikan, setiap daerah baik universitas memiliki keunggulan tersendiri baik meningkatkan sarana dan prasarana di universitas, meningkatkan mutu dalam pembelajaran seperti dosen yang kreatif maupun inovatif. Hal tersebut sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yaitu meningkatkan mutu sesuai dengan jenis dan jenjang dalam pendidikan (Mulyasa, 2006).

#### **a. Pembangunan Fisik**

Pembangunan fisik sangat mendukung sekali dalam proses pendidikan, jika fisik dari universitas itu jelas tentunya akan memberikan semangat belajar siswa untuk berprestasi. Apalagi dalam sarana dan prasarana yang ada di universitas, apabila pembangunan dan pengembangan sarana dan prasarana selalu diperbaharui sesuai dengan perkembangan zaman maka dapat menentukan efisiensi dan efektifitas

kompetensi yang telah direncanakan. Sehingga dalam rangka peningkatan daya saing bangsa maka diperlukannya pengembangan dan pemanfaatan sarana pembelajaran berbasis jaringan (Rizkiawan, 2008).

## **HIPOTESIS**

Hipotesis berfungsi sebagai dugaan sementara yang terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang dikumpulkan.

### **Hipotesis 1**

Stres akademik dan Motivasi Belajar berpengaruh signifikan simultan terhadap prestasi belajar Mahasiswa Jurusan Manajemen FEB UB.

### **Hipotesis 2**

Stres akademik berpengaruh terhadap prestasi belajar Mahasiswa Jurusan Manajemen FEB UB.

### **Hipotesis 3**

Motivasi belajar berpengaruh terhadap prestasi belajar Mahasiswa Jurusan Manajemen FEB UB.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah *explanatory research*. Menurut Sugiyono (2018) penelitian *explanatory research* merupakan penelitian yang menjelaskan kedudukan variabel-variabel yang diteliti serta hubungan antara satu variabel dengan yang lain.

Penelitian ini juga menggunakan metode penelitian kuantitatif, menurut Sugiyono (2018) metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivism*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik.

### **Lokasi dan Periode Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Brawijaya yang berlokasi di Jalan MT. Haryono No. 165, Ketawanggede, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65300. Periode penelitian dilakukan sejak bulan januari tahun 2021 sampai dengan bulan februari.

## **Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2017-2020 Jurusan Manajemen di Universitas Brawijaya yaitu sebanyak 3.220 orang.

## **Sumber Data**

1. Data primer mengacu pada informasi yang diperoleh langsung (dari tangan pertama) oleh peneliti terkait dengan variabel ketertarikan untuk tujuan tertentu dari studi. Seseorang memberikan informasi ketika diwawancara, diberikan kuesioner, atau observasi. Pada penelitian ini, data primer diperoleh dengan cara membagikan daftar pertanyaan berupa kuesioner kepada karyawan, serta melalui wawancara langsung dengan para mahasiswa.
2. Data sekunder adalah data yang mengacu pada informasi yang dikumpulkan dari sumber-sumber yang sudah ada. Data sekunder pada penelitian ini berupa buku, jurnal, dan data pendukung lain.

## **Metode Pengumpulan Data**

1. Studi kepustakaan yaitu pengumpulan data dengan tujuan untuk mengetahui berbagai pengetahuan atau teori-teori yang berhubungan dengan permasalahan penelitian, diantaranya berasal dari buku, jurnal, ataupun berbagai literatur yang relevan dengan penelitian ini. Sedangkan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dan alat dokumentasi seperti alat tulis dan buku tulis.
2. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner dalam penelitian ini bersifat terbuka. Kuesioner yang disebar tersusun atas beberapa pernyataan tertulis yang berkaitan dengan variabel penelitian, yaitu stres dan prestasi kerja dimasa covid-19.

## DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL

### Stres Akademik

Penelitian ini, stres akademik yang diukur adalah stres akademik Mahasiswa Manajemen FEB UB yang diukur melalui.

1. Fisik (*physiologic*)
2. Emosional (*emotional*)
3. Pikiran (*cognition*)
4. Perilaku (*behavior*)

### Motivasi Belajar

Penelitian ini, motivasi belajar yang diukur adalah motivasi belajar Mahasiswa Manajemen FEB UB yang diukur melalui.

1. Adanya hasrat dan keinginan berhasil
2. Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar
3. Adanya harapan atau cita-cita masa depan
4. Adanya penghargaan dalam belajar
5. Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar
6. Adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan seorang siswa dapat belajar dengan baik.

### Prestasi Belajar

Penelitian ini, motivasi belajar yang diukur adalah motivasi belajar Mahasiswa Manajemen FEB UB yang diukur melalui.

1. Ketekunan dalam belajar
  - a. Kehadiran di sekolah
  - b. Mengikuti pembelajaran di kelas
  - c. Belajar di luar jam belajar
2. Ulet dalam menghadapi kesulitan
  - a. Sikap terhadap kesulitan
  - b. Usaha mengatasi kesulitan
3. Minat dan ketajaman perhatian dalam belajar
  - a. Kebiasaan dalam mengikuti pelajaran
  - b. Semangat dalam mengikuti pembelajaran
4. Berprestasi dalam belajar
  - a. Keinginan untuk berprestasi
  - b. Kualitas hasil
5. Mandiri dalam belajar
  - a. Penyelesaian tugas
  - b. Menggunakan kesempatan diluar jam pelajaran

### Skala Pengukuran

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala *Likert*. Skala *Likert* menurut (Ghozali, 2018) yaitu skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

### Uji Instrumen Penelitian

#### Uji Validitas

Untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Uji signifikansi dengan membandingkan nilai  $r$  table pada table  $r$  *product moment pearson* dengan tingkat signifikan untuk uji satu arah sebesar 5% (0,05), dengan nilai  $r$  hitung untuk *degree of freedom* (df) = n -2. Apabila nilai  $r$  hitung <  $r$  table maka dinyatakan tidak valid.

#### Uji Reliabilitas

Ghozali (2018) suatu kuesioner dikatakan reliable atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan merupakan konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Untuk mengukur reliabilitas kuesioner yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Cronbach's Alpha* ( $\alpha$ ). Variabel dikatakan reliabele jika *Cronbach's Alpha* > 0,70.

#### Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan *software* statistik SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) adalah *software* yang berfungsi sebagai menganalisis data, melakukan perhitungan statistik.

#### Analisis Deskriptif

Menurut Ghozali (2018) Statistik deskriptif memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang dilihat dari nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi, varian, maksimum, minimum, *sum*, *range*, kurtosis, dan *skewness* atau kemencengan distribusi.

#### Analisis Regresi Linier Berganda

Menurut Ghozali (2016) Uji Asumsi Klasik dilakukan untuk memberikan kepastian bahwa persamaan regresi yang diperoleh memiliki ketepatan dalam estimasi, tidak bias dan konsisten.

#### Uji Normalitas

Uji normalitas untuk mengetahui apakah distribusi sebuah data mengikuti atau mendekati distribusi normal, yang digambarkan dengan bentuk lonceng (*bellshaped*). Uji statistik untuk

normalitas yaitu *Kolmogrov-Smirnov* (Ghozali,2018).

### Uji Multikolinearitas

Menurut Ghozali (2018) uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (*Independent*). Salah satu cara untuk mendeteksi ada atau tidaknya multikolonieritas di dalam model regresi adalah dengan melihat *tolerance* dan *variance inflation factor* (VIF) dengan nilai  $tolerance < 0,1$  atau  $VIF > 10$ .

### Uji Heteroskedastisitas

Bertujuan untuk menguji dalam model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain dengan menggunakan analisis hasil grafik *Scatterplot*.

### Uji Koefisien Determinan (R<sup>2</sup>)

Menurut Ghozali (2018) koefisien determinan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel bebas menjelaskan variabel terikat. Koefisien determinan (R<sup>2</sup>) mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel terikat. Nilai Koefisien Determinan adalah antara 0 dan 1.

### Pengujian Hipotesis

#### Uji t (Parsial)

Uji statistik t disebut juga sebagai uji signifikansi individual. Uji ini menunjukkan seberapa jauh pengaruh variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen (Sugiyono, 2014).

1. Jika  $t_{hitung} > t_{tabel} = 5\%$  maka H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima (berpengaruh).
2. Jika  $t_{hitung} < t_{tabel} = 5\%$  maka H<sub>0</sub> diterima dan H<sub>1</sub> ditolak (tidak berpengaruh)

#### Uji F (Simultan)

Pengujian ini dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh signifikansi antara variabel independen dan variabel dependen secara bersama-sama, dikatakan berpengaruh signifikan apabila nilai  $sig < \alpha$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Sejarah Instansi

Fakultas Ekonomi menjadi bagian dari Universitas Brawijaya sejak tanggal 31 Oktober 1961. Fakultas Ekonomi Universitas Brawijaya mulai melakukan langkah - langkah pengembangan dengan membentuk Jurusan Ekonomi Umum dan Jurusan Ekonomi Perusahaan pada periode kepemimpinan Drs. Harsono, pada tahun 1970 sampai tahun 1976.

Jurusan Ekonomi Umum memiliki spesialisasi Teori Ekonomi, sedangkan Jurusan Ekonomi Perusahaan memiliki beberapa spesialisasi, yaitu Pemasaran, Produksi, Keuangan, dan Personalia. Jurusan Ekonomi Perusahaan inilah yang saat ini menjadi Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Brawijaya.

### Visi, Misi dan Instansi

Visi : Menjadi pusat pendidikan ilmu manajemen dan bisnis bereputasi internasional yang mengutamakan etika, jiwa kewirausahaan, kepemimpinan serta mampu berperan aktif dalam pembangunan bangsa sesuai kebutuhan masyarakat.

Misi :

1. Menyelenggarakan pendidikan manajemen dan bisnis yang berkualitas.
2. Mengembangkan ilmu manajemen dan bisnis melalui penelitian yang inovatif dan publikasi bereputasi.
3. Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat melalui penerapan ilmu manajemen dan bisnis berbasis kearifan lokal

### Karakteristik Responden

#### Jenis Kelamin Responden

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
1	Laki-Laki	44	44,0
2	Perempuan	56	56,0
Total		100	100



## Usia Responden

Usia	Frekuensi	Presentase
< 21Tahun	28	28,0
21 – 25 Tahun	72	72,0
> 26 Tahun	0	0
Total	100	100

## Hasil Uji Instrumen Penelitian

### Hasil Uji Validasi

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuisioner (Ghozali, 2018). Dengan kriteria  $H_0 : r = 0$ , tidak terdapat data yang valid pada tingkat kesalahan ( $\alpha$ ) 5%.

Item	r hitung	sig.	r Tabel	Keterangan
X1.1	0.637	0.000	0.191	Valid
X1.2	0.394	0.000	0.191	Valid
X1.3	0.598	0.000	0.191	Valid
X1.4	0.664	0.000	0.191	Valid
X1.5	0.327	0.001	0.191	Valid
X1.6	0.605	0.000	0.191	Valid
X1.7	0.577	0.000	0.191	Valid
X1.8	0.652	0.000	0.191	Valid
X1.9	0.360	0.000	0.191	Valid
X1.10	0.598	0.000	0.191	Valid
X1.11	0.413	0.000	0.191	Valid
X1.12	0.525	0.000	0.191	Valid
X1.13	0.515	0.000	0.191	Valid
X1.14	0.547	0.000	0.191	Valid
X1.15	0.361	0.000	0.191	Valid
X1.16	0.516	0.000	0.191	Valid
X1.17	0.401	0.000	0.191	Valid
X1.18	0.417	0.000	0.191	Valid
X1.19	0.548	0.000	0.191	Valid
X1.20	0.445	0.000	0.191	Valid
X1.21	0.455	0.000	0.191	Valid
X1.22	0.352	0.000	0.191	Valid
X1.23	0.417	0.000	0.191	Valid
X1.24	0.574	0.000	0.191	Valid

## Tabel Uji Validitas (Lanjutan)

X1.25	0.384	0.000	0.191	Valid
X2.1	0.354	0.000	0.191	Valid
X2.2	0.458	0.000	0.191	Valid
X2.3	0.541	0.000	0.191	Valid
X2.4	0.422	0.000	0.191	Valid
X2.5	0.447	0.000	0.191	Valid
X2.6	0.532	0.000	0.191	Valid
X2.7	0.529	0.000	0.191	Valid
X2.8	0.554	0.000	0.191	Valid
X2.9	0.667	0.000	0.191	Valid
X2.10	0.664	0.000	0.191	Valid
X2.11	0.616	0.000	0.191	Valid
X2.12	0.422	0.000	0.191	Valid
X2.13	0.320	0.001	0.191	Valid
Y1	0.481	0.000	0.191	Valid
Y2	0.488	0.000	0.191	Valid
Y3	0.374	0.000	0.191	Valid
Y4	0.499	0.000	0.191	Valid
Y5	0.386	0.000	0.191	Valid
Y6	0.438	0.000	0.191	Valid
Y7	0.468	0.000	0.191	Valid
Y8	0.481	0.000	0.191	Valid
Y9	0.551	0.000	0.191	Valid
Y10	0.434	0.000	0.191	Valid
Y11	0.480	0.000	0.191	Valid
Y12	0.306	0.001	0.191	Valid
Y13	0.335	0.000	0.191	Valid
Y14	0.498	0.000	0.191	Valid
Y15	0.535	0.000	0.191	Valid
Y16	0.527	0.000	0.191	Valid
Y17	0.479	0.000	0.191	Valid
Y18	0.499	0.000	0.191	Valid
Y19	0.582	0.000	0.191	Valid

## Hasil Uji Reliabilitas

Suatu variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* > 0,70

No	Variabel	Koefisien Reliabilitas	Keterangan
1	Stres Akademik (X1)	0,870	Reliabel
2	Motivasi Belajar (X2)	0,745	Reliabel
3	Prestasi Belajar (Y)	0,795	Reliabel

## HASIL ANALISIS

### Hasil Analisis Deskriptif

#### 1. Distribusi Frekuensi Variabel Stres Akademik

Didapatkan penilaian responden tentang variabel Stres Akademik. Nilai rata-rata terendah terdapat pada *item* X1.23 Mengenai “Saya memilih membolos kuliah ketika yang mengajar adalah dosen yang tidak disukai” dengan rata-rata sebesar 1.96 dan rata-rata tertinggi terdapat pada *item* X1.25 mengenai “Meskipun bosan dan jenuh dengan kuliah tetapi saya tetap menaati peraturan yang sudah ditetapkan kampus” dengan rata-rata sebesar 4.28. Hasil perhitungan rata – rata variabel Stres Akademik didapatkan sebesar 3,278. Penilaian tersebut menunjukkan bahwa variabel Stres Akademik pada mahasiswa jurusan manajemen FEB UB memiliki kategori penilaian yang sedang cenderung tinggi.

#### 2. Distribusi Frekuensi Variabel Motivasi Belajar

Didapatkan penilaian responden tentang variabel Motivasi Belajar. Nilai rata-rata terendah terdapat pada *item* X2.2 mengenai “Ketika mendapat nilai rendah saya mudah menyerah dan malas belajar lebih giat lagi” dengan rata-rata sebesar 2.54 dan untuk nilai rata-rata tertinggi terdapat pada *item* X2.3 mengenai “Saya akan mempertahankan dan belajar lebih giat saat mendapat nilai yang memuaskan” dengan rata-rata sebesar 4.13. Hasil perhitungan rata – rata variabel Motivasi Belajar didapatkan sebesar 3,282 Penilaian tersebut menunjukkan bahwa variabel Motivasi Belajar pada mahasiswa jurusan manajemen FEB UB memiliki kategori penilaian yang baik.

### 3. Distribusi Frekuensi Variabel Prestasi Belajar

Didapatkan penilaian responden tentang variabel Prestasi Belajar. Nilai rata-rata terendah terdapat pada *item* Y4 mengenai “saya tidak mengikuti pelajaran jika pelajaran itu tidak saya sukai” dengan rata-rata sebesar 1.89 dan nilai rata-rata tertinggi terdapat pada *item* Y3 mengenai “saya tetap mengikuti pelajaran siapapun dosen yang mengajarnya” dengan rata-rata sebesar 4.32. Hasil perhitungan rata – rata variabel Prestasi Belajar didapatkan sebesar 3,280 Penilaian tersebut menunjukkan bahwa variabel Prestasi Belajar pada mahasiswa jurusan manajemen FEB UB memiliki kategori penilaian yang baik.

### Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi ini digunakan untuk menghitung besarnya pengaruh antara variabel bebas, yaitu Stres Akademik (X1), dan Motivasi Belajar (X2), terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Jurusan Manajemen FEB UB (Y).

$\beta X1$  = variabel stres akademik memperoleh angka koefisien regresi sebesar 0,373.

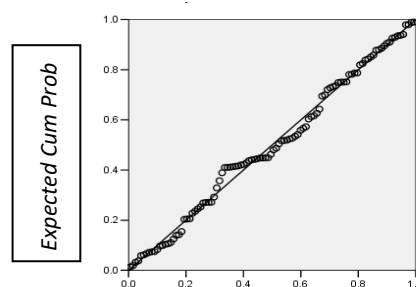
$\beta X2$  = variabel motivasi belajar memperoleh angka koefisien regresi sebesar 0,488.

### Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi variabel residual memiliki distribusi normal. Jika nilai **sig.** (*pvalue*) > 0,05 maka  $H_0$  diterima yang artinya normalitas terpenuhi.

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

Dependent Variable : Y



Observed Cum Prob

		<i>Unstandardized Residual</i>
N		106
<i>Normal Parameters(a,b)</i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std. Deviation</i>	4.98331382
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.079
	<i>Positive</i>	.052
	<i>Negative</i>	-.079
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>		.816
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.518

### Uji Multikolinieritas

Cara pengujiannya adalah dengan membandingkan nilai Tolerance yang didapat dari perhitungan regresi berganda, apabila nilai tolerance < 0,1 maka terjadi multikolinieritas.

Variabel bebas	<i>Collinearity Statistics</i>	
	<i>Tolerance</i>	VIF
Stres Akademik X1	0.557	1.795
Motivasi Belajar X2	0.557	1.795

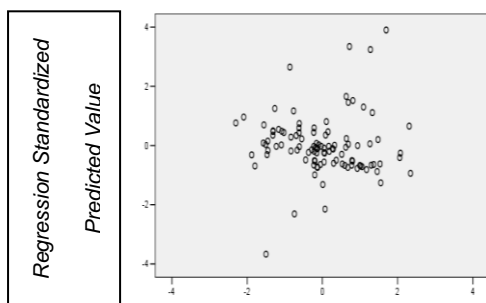
### Uji Heterokedastisitas

Mengetahui apakah terjadi ketidaksamaan nilai simpangan residual akibat besar kecilnya nilai salah satu variabel bebas. Prosedur uji dilakukan dengan Uji scatterplot.

*Scatterplot*

*Dependent Variabel : Y*

Regression Standardized Predicted Value



*Regression Studentized Residual*

### Hasil Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Mengetahui besar kontribusi variabel bebas (Stres Akademik (X1) dan Motivasi Belajar (X2)) Terhadap variabel terikat Prestasi Belajar (Y) digunakan nilai R<sup>2</sup> (koefisien determinasi) sebesar 0,612. Artinya bahwa

61,2% variabel Prestasi Belajar akan dipengaruhi oleh variabel bebasnya, yaitu Stres Akademik (X1) dan Motivasi Belajar (X2). Sedangkan sisanya 48,8% variabel Prestasi Belajar akan dipengaruhi oleh variabel-variabel yang lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

### Hasil Uji Hipotesis

#### Hasil Uji F

Uji F untuk mengetahui apakah dari analisis regresi signifikan atau tidak, dengan kata lain model yang diduga tepat / sesuai atau tidak. Berdasarkan nilai F hitung sebesar 83,972. Sedangkan F tabel ( $\alpha = 0.05$  ; db regresi = 2 : db residual = 103) adalah sebesar 3,085. Karena F hitung > F tabel yaitu  $83,972 > 3,085$  atau nilai sig F (0,000) <  $\alpha = 0.05$  maka model analisis regresi adalah signifikan. Hal ini berarti H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima maka dapat disimpulkan bahwa variabel terikat (Prestasi Belajar) dapat dipengaruhi secara signifikan oleh variabel bebas (Stres Akademik (X<sub>1</sub>), Motivasi Belajar (X<sub>2</sub>)) atau model regresi yang di gunakan sudah baik atau fit.

#### Hasil Uji t

Mengetahui apakah variabel bebas secara parsial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat.

#### 1. Pengujian hipotesis kedua

Hasil Uji t antara X1 (Stres Akademik) dengan Y (Prestasi Belajar) menunjukkan t hitung = 4,588. Sedangkan t tabel ( $\alpha = 0.05$  ; db residual =103) adalah sebesar 1,983. Karena t hitung > t tabel yaitu  $4,588 > 1,983$  atau nilai sig t (0,000) <  $\alpha = 0.05$  maka pengaruh X1 (Stres Akademik) terhadap Prestasi Belajar adalah signifikan. Hal ini berarti H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa Prestasi Belajar dapat dipengaruhi secara signifikan oleh Stres Akademik atau dengan meningkatkan Stres Akademik maka Prestasi Belajar cenderung mengalami peningkatan secara nyata.

## 1. Pengujian Hipotesis ketiga

Hasil Uji t antara  $X_2$  (Motivasi Belajar) dengan Y (Prestasi Belajar) menunjukkan t hitung = 5,992. Sedangkan t tabel ( $\alpha = 0.05$  ; db residual = 103) adalah sebesar 1,983. Karena t hitung > t tabel yaitu  $5,995 > 1,983$  atau nilai sig t (0,000)  $< \alpha = 0.05$  maka pengaruh  $X_2$  (Motivasi Belajar) terhadap Prestasi Belajar adalah signifikan pada alpha 5%. Hal ini berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa Prestasi Belajar dapat dipengaruhi secara signifikan oleh Motivasi Belajar atau dengan meningkatkan Motivasi Belajar maka Prestasi Belajar cenderung mengalami peningkatan secara nyata.

### Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian mengambil responden sebanyak 100 orang Mahasiswa Jurusan Manajemen FEB UB sebagai responden. Kuesioner yang disebar berjumlah 57 item yang terdiri dari 25 item pada variabel Stres Akademik ( $X_1$ ), 13 item untuk variabel Motivasi Belajar ( $X_2$ ), dan 19 item pada variabel Prestasi Belajar (Y).

## 1. Pengaruh Stres Akademik ( $X_1$ ), Motivasi Belajar ( $X_2$ ) Secara Simultan terhadap Prestasi Belajar (Y)

Berdasarkan hasil analisis regresi secara simultan didapatkan nilai Signifikansi F  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  yang berbunyi tidak ada pengaruh positif yang signifikan Stres Akademik, Motivasi Belajar secara simultan terhadap Prestasi Belajar ditolak dan  $H_a$  yang berbunyi ada pengaruh positif yang signifikan Stres Akademik, Motivasi Belajar secara simultan terhadap Prestasi Belajar diterima. Jika dilihat dari nilai *Adjust R Square* yang diperoleh, maka Stres Akademik dan Motivasi Belajar memiliki pengaruh sebanyak 61,2% dalam mempengaruhi Prestasi Belajar, sedangkan sisanya 38,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## 2. Pengaruh Stres Akademik ( $X_1$ ) terhadap Prestasi Belajar (Y)

Berdasarkan hasil analisis regresi secara parsial didapatkan nilai  $t_{hitung} 4,588 > t_{tabel} 1,983$  atau Signifikansi t  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  yang berbunyi tidak ada pengaruh positif yang signifikan Stres Akademik terhadap Prestasi Belajar ditolak dan  $H_a$  yang berbunyi ada pengaruh positif yang signifikan Stres Akademik terhadap Prestasi Belajar diterima. B (nilai koefisien regresi parsial) variabel Motivasi Belajar bernilai 0,240 berarti jika Stres Akademik mahasiswa semakin tinggi, maka Prestasi Belajar semakin meningkat. Dengan demikian kesimpulannya adalah ada pengaruh positif yang signifikan Stres Akademik terhadap Prestasi Belajar.

## 3. Pengaruh Motivasi Belajar ( $X_2$ ) terhadap Prestasi Belajar (Y)

Berdasarkan hasil analisis regresi secara parsial didapatkan nilai  $t_{hitung} 5,992 > t_{tabel} 1,983$  atau Signifikansi t  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  yang berbunyi tidak ada pengaruh positif yang signifikan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar ditolak dan  $H_a$  yang berbunyi ada pengaruh positif yang signifikan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar diterima. B (nilai koefisien regresi parsial) variabel Motivasi Belajar bernilai 0,649 berarti jika Motivasi Belajar mahasiswa semakin tinggi, maka Prestasi Belajar semakin meningkat pula. Dengan demikian kesimpulannya adalah ada pengaruh positif yang signifikan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar.

### Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa stres akademik dan motivasi belajar berpengaruh terhadap prestasi belajar mahasiswa manajemen. Stres akademik memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa manajemen, sama halnya dengan motivasi belajar memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan manajemen FEB UB.

Variabel Stres Akademik dan Motivasi Belajar memiliki pengaruh sebanyak 61,2% dalam mempengaruhi Prestasi Belajar, sedangkan sisanya 38,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Oleh sebab itu, perlu diteliti lebih lanjut mengenai variabel lain yang dapat berpengaruh sehingga penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian berikutnya.

Berdasarkan jawaban kuesioner penelitian di manajemen FEB UB pihak jurusan harus mempertahankan peraturan yang telah dibentuk untuk tetap dipatuhi oleh mahasiswa jurusan manajemen karena berdasarkan hasil kuesioner dapat dilihat bahwa mahasiswa manajemen cenderung taat pada peraturan yang sudah ditetapkan pada jurusan manajemen walaupun mahasiswa dalam kondisi bosan dan jenuh. Harapannya pihak jurusan lebih memperhatikan mahasiswa untuk menerapkan pembelajaran yang menyenangkan sehingga mahasiswa tidak jenuh dan bosan.

Berdasarkan jawaban kuesioner penelitian, variabel motivasi Belajar bernilai 0,649 berarti jika Motivasi Belajar mahasiswa semakin baik, maka Prestasi Belajar akan naik sebesar 0,649. Hal tersebut menggambarkan bahwa mahasiswa manajemen memiliki motivasi yang tinggi dengan begitu akan mendorong mahasiswa untuk menyelesaikan pekerjaan yang telah ditentukan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

1. Hasil Penelitian didapatkan bahwa terdapat pengaruh stres akademik dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar.
2. Berdasarkan pada hasil penelitian didapatkan bahwa Stres Akademik mempunyai pengaruh terhadap Prestasi Belajar. Stres akademik yang dialami oleh mahasiswa jurusan manajemen FEB UB adalah stres yang masih terkendali / stres optimum.

3. Berdasarkan pada hasil penelitian didapatkan bahwa Motivasi Belajar mempunyai pengaruh terhadap Prestasi Belajar. Semakin tinggi Motivasi Belajar, maka semakin meningkat pula Prestasi Belajarnya.

### **Saran**

1. Diharapkan pihak jurusan dapat mempertahankan serta meningkatkan mutu dari Motivasi Belajar, karena variabel Motivasi Belajar mempunyai pengaruh yang tinggi dalam mempengaruhi Prestasi Belajar, sehingga Prestasi Belajar akan meningkat.
2. Mengingat variabel bebas dalam penelitian ini merupakan hal yang sangat penting dalam mempengaruhi Prestasi Belajar diharapkan hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel-variabel lain seperti variabel tujuan pembelajaran, bahan ajar, alat, proses belajar mengajar, metode, sumber, evaluasi, mahasiswa, dosen, interaksi mahasiswa dengan bahan ajar, dan interaksi mahasiswa dengan mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.M, Sardiman. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo.
- Aat, Sriati. 2008. *Tinjauan Tentang Stres Skripsi*. Fakultas Ilmu Keperawatan UNPAD. Jatinangor.
- Alderfer, C. 2004. *Peranan Motivasi dan Kemampuan Awal dalam Kegiatan Pembelajaran*. dalam Nashar, H. Jakarta: Delia Press.
- Alvin. (2007). *Stres akademik*. Jakarta: PT Raja.
- Bahri, Syaiful djamarah. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Barseli, M. dan Ifdil, I. (2017). Konsep stres akademik. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 5 (3), 143-148.
- Ghozali, Imam. 2018. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro: Semarang.
- Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. (2010). Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(2), 93-115.
- Harahap, Sofyan Syafri. 2020. *Manajemen Pembelajaran Daring Menggunkan Education Smart Courses*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hasibuan, Taufik Daniel, Hendry Kiswanto Mendrofa. 2019. Pengaruh Hipnoterapi terhadap Stres Belajar dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kota Medan. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi*, Vol. 2.
- Lazaru, R. dan Folkman, S. (1986). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Misra, R. L. dan Castilo, G. (2004). Academic stress among college students: comparison of american and international students. *International Journal of Stress*, 11(2), 132-148.
- Mulya, H. A. dan Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama fakultas psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 5(2), 296-302.
- Oon, Alvin Ng Lai. 2007. *Mengatasi Stres Belajar*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7th edition*. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Semiun, Y. 2006. *Kesehatan Mental 1. Pandangan Umum Mengenai Penyesuaian Diri dan Kesehatan Mental Serta Teori-Teori yang Terkait*. Yogyakarta: Kanisius.
- Slameto. 2003. *Belajar dan faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, Sumadi. 2002. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Grafindo Persada Rajawali.
- Syah, Muhibbin. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT.Grafindo Persada.
- Uno, H.(2011). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Aksara Bandung PT Remaja Rosdakarya.

