

Hubungan Antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar Siswa

Oleh:

Elok Wahyu Diana

Zaki Nur Fahmawati

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

April, 2026

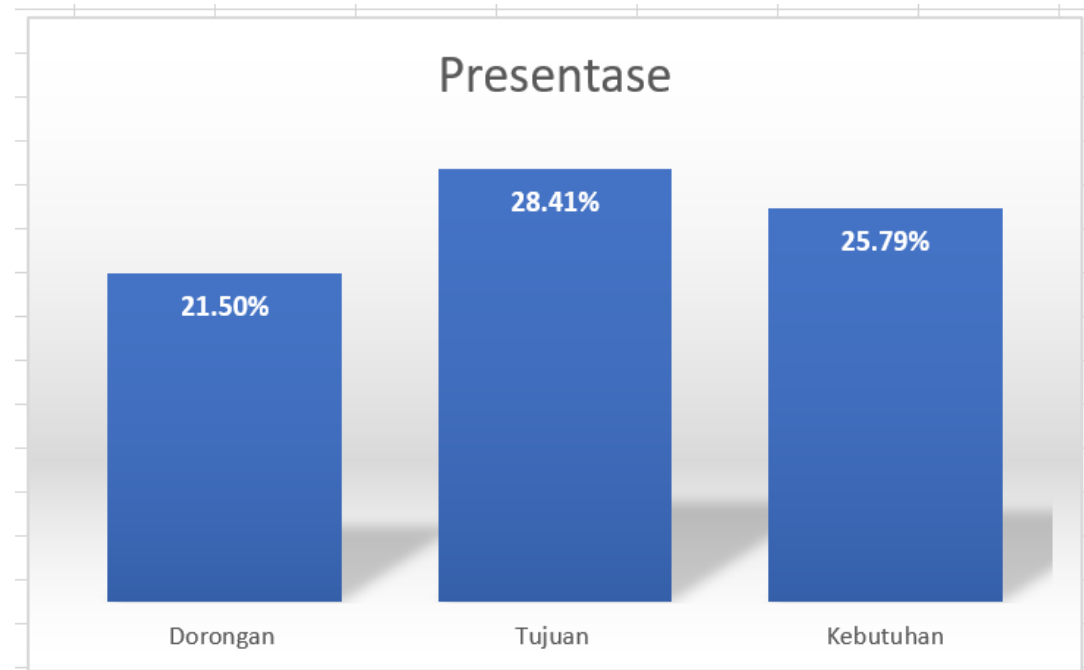
Pendahuluan

Research Gap :

Penelitian oleh Moslem yang menyatakan bahwasanya motivasi belajar siswa SMKN 12 Bandung masih tergolong rendah yang ditunjukkan dengan siswa tidak memperhatikan guru pada saat guru menjelaskan. Masih ada siswa yang terlambat dalam mengumpulkan tugas pada saat di sekolah. Ada siswa tidak menyelesaikan tugas yang diberikan untuk di rumah. Selain itu siswa sering berdalih izin ke toilet akan tetapi yang terjadi siswa jajan ke kantin, dan siswa sering memainkan handphone pada saat di kelas[5]. Penelitian yang dilakukan oleh Ziplin juga menyatakan bahwa motivasi belajar siswa SMK kelas XI OTKP SMK Negeri 3 Tebo berkategori cukup rendah dilihat dari tampak pada kurang semangatnya siswa mengikuti pembelajaran, kurangnya rasa ingin tahu terhadap materi pelajaran, rendahnya aktifitas bertanya dan menyampaikan pendapat, dan rendahnya semangat membaca sumber informasi tentang materi pelajaran. Motivasi belajar seharusnya lebih banyak muncul dari semangat dalam diri berupa semangat untuk berprestasi, semangat untuk memiliki ketrampilan, dan semangat ke depan meraih cita-cita. Tetapi yang sering terjadi siswa mau membaca materi pelajaran hanya saat mau evaluasi. Belajar belum sebagai kebutuhan, tetapi karena keterpaksaan[6]. Sementara itu, penelitian terbaru oleh Qadariyah menyatakan mayoritas siswa MA Nurul Iman tidak menunjukkan minat pada materi pelajaran yang diajarkan oleh guru. Guru wali kelas mengindikasikan bahwa rendahnya motivasi belajar siswa berdampak negatif pada nilai-nilai hasil belajar. Faktor-faktor seperti lingkungan belajar yang kurang kondusif, fasilitas sekolah yang kurang memadai, dan kondisi tempat tinggal siswa menjadi penyebab rendahnya motivasi belajar[7].

Pendahuluan

Research Penelitian



Pendahuluan

Penelitian terdahulu:

Terdapat hubungan stress akademik dengan motivasi belajar siswa menurut Triabelia dkk (2025) dan Susi Alawiyah (2020)

Variabel X:

Stres akademik adalah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik. Tekanan ini melahirkan respon yang dialami siswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi yang negative yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik

Variabel Y:

Motivasi belajar menurut Nashar merupakan **ketekunan**, **keuletan** dalam menghadapi kesulitan saat belajar, **keinginan** untuk berprestasi dalam belajar, dan **mandiri** dalam belajar.

Rumusan Masalah

Apakah terdapat Hubungan Antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar Siswa?

Metode

Jenis penelitian menggunakan kuantitatif

Objek penelitian yaitu siswa SMKN 1 Beji

Sumber Data terdiri dari kuesioner yang disebarakan melalui googleform

Populasi terdiri dari 1419 siswa, dengan sampel sebanyak 279 responden.

Teknik Pengambil sampel yaitu simple random sampling

Metode

Skala stress akademik yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang disusun oleh Cahyono dan diadaptasi oleh peneliti. Skala ini dibuat berdasarkan tuntutan fisik, tuntutan tugas, tuntutan peran, dan tuntutan interpersonal[15]. Skala ini terdiri dari 48 item yang terdiri dari 24 item favourable dan 24 item unfavourable dengan pilihan jawaban Sangat tidak setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Seetuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Hasil analisis data pada skala stress akademik diperoleh nilai reliabilitas Cronbach's alpha 0.929. berdasarkan hasil uji validitas yang diperoleh dari penilaian SME, 32 pernyataan dinyatakan valid yaitu $r_{hitung} > 0.309$, sedangkan 22 pernyataan dinyatakan tidak valid yaitu $r_{hitung} < 0.309$

Skala motivasi belajar yang digunakan penelitian ini adalah skala yang disusun oleh Shufiyah dan diadaptasi oleh peneliti. Skala ini dibuat berdasarkan kebutuhan, dorongan dan tujuan[4]. Skala ini terdiri dari 37 item yang terdiri dari 19 item favourable dan 18 item unfavourable dengan pilihan jawaban Sangat tidak setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Seetuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Hasil analisis data pada skala stress akademik diperoleh nilai reliabilitas Cronbach's alpha 0.913. berdasarkan hasil uji validitas yang diperoleh dari penilaian SME

Data dianalisis menggunakan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas (ShapiroWilk), dan uji linieritas (Q-Q Plots). Selanjutnya uji hipotesis dilakukan menggunakan Korelasi Product Moment Pearson

Hasil

Uji Validitas

Uji validitas adalah prosedural untuk mengetahui sejauh mana suatu instrumen penelitian (seperti tes, angket, atau kuisioner) mampu mengukur apa yang seharusnya diukur sesuai dengan tujuan penelitian. Berdasarkan hasil pada uji validitas variabel stress akademik dari 32 item menunjukkan sebesar 0.485-0.814 yang diuji menyatakan valid dengan kriteria signifikansi < 0.05 . selanjutnya. hasil pada uji validitas variabel motivasi belajar dari 14 item menunjukkan sebesar 0.546-0.864 yang diuji menyatakan valid dengan kriteria signifikansi < 0.05

Uji Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa stress akademik memiliki nilai Cronbach's alpha sebesar $0.950 > 0,60$ dan variabel motivasi belajar memiliki nilai Cronbach's alpha sebesar $0,814 > 0,60$. Sehingga semua variabel dinyatakan reliabel

Uji Asumsi Klasik

Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah sebaran data yang dikumpulkan normal. Data di atas menunjukkan nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,974 dengan nilai sig = 0,055 ($> 0,05$), yang berarti menunjukkan bahwa data tersebut berdistribusi normal

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui korelasi yang linier antara dua variabel yang diteliti, yakni stress akademik dengan motivasi belajar. Berdasarkan hasil uji linieritas yang sudah dilakukan, didapatkan hasil pada tabel di atas menunjukkan nilai linearity test sebesar $0,001 < 0,05$, sehingga dapat dinyatakan bahwa data yang diperoleh linier.

Hasil

Uji Hipotesis

	Pearson's r	p
Stres Akademik – Motivasi Belajar	0,195	0.001
• $P < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$		

. Sesuai dengan hasil uji asumsi, diperoleh data dengan distribusi normal dan linier sehingga product moment Pearson dapat digunakan untuk menguji korelasi. Pada tabel 7, hubungan stres akademik dengan motivasi belajar menunjukkan nilai $t = 0,195$ dan nilai signifikan sebesar $< 0,05$. Sehubungan dengan klasifikasi nilai koefisien korelasi yang dibuat oleh Azwar, dapat dinyatakan terdapat korelasi yang signifikan antara stres akademik dengan motivasi belajar dengan kriteria sedang [19]. Hasil uji korelasi ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima

Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji. Dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,195 dan signifikansi $0,001 < 0,05$. Dengan hasil temuan penelitian yang mengarah positif, maka dapat diartikan bahwa siswa dengan stres akademik rendah memiliki motivasi belajar yang tinggi, sebaliknya siswa dengan stres akademik tinggi memiliki motivasi belajar yang rendah

Pembahasan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini disimpulkan adanya korelasi positif yang signifikan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji. Hasil tersebut didukung dengan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi ($r = 0,195$) yang menunjukkan bahwa stres akademik berhubungan positif dengan motivasi belajar. Hasil pengkategorian menunjukkan bahwa mayoritas distribusi frekuensi stres akademik siswa SMKN 1 Beji tergolong rendah dengan persentase sebesar 55,2, sedangkan distribusi frekuensi motivasi belajarnya tergolong sedang dengan persentase sebesar 68,1. Jadi, dapat dikatakan bahwa ketika stres akademik siswa tinggi maka motivasi belajar juga tinggi. Ketika stres akademik siswa sedang maka motivasi belajarnya juga sedang, dan ketika stres akademik siswa rendah maka motivasi belajarnya juga rendah. Saran bagi siswa untuk meningkatkan motivasi belajar yang lebih baik adalah dengan menetapkan tujuan belajar yang jelas, membuat jadwal belajar yang teratur, serta mencari tempat belajar yang menarik, misalnya belajar di perpustakaan sekolah atau di taman dengan sirkulasi udara yang segar agar lebih semangat dan rileks dalam belajar.

Referensi

- [1] A. Budiyani, R. Marlina, and K. E. Lestari, “Analisis Motivasi Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar Matematika,” *J. Maju*, vol. 8, no. 2, pp. 310–319, 2021.
- [2] A. A. Arifin, S. Ratnasari, and F. Tarbiyah, “Hubungan Minat Melanjutkan Pendidikan Ke Perguruan Tinggi Dengan Motivasi Belajar Siswa,” *J. Konseling Andi Matappa*, vol. 1, pp. 77–82, 2017.
- [3] Nashar, *Peranan Motivasi serta Kemampuan Awal Dalam Kegiatan Pembelajaran*. Jakarta: Delia Press, 2004.
- [4] M. C. Moslem, M. Komaro, and Yayat, “Faktor-faktor dengan menyebabkan rendahnya motivasi belajar siswa dalam mata pelajaran Aircraft Drawing di SMK,” *J. Mech. Eng. Educ.*, vol. 6, no. 2, pp. 258–265, 2019.
- [5] Z. ZIPLIN, “Problem-Based Learning Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pai Di Smk Negeri 3 Tebo,” *Teach. J. Inov. Karya Ilm. Guru*, vol. 1, no. 1, pp. 102–106, 2021, doi: 10.51878/teacher.v1i1.588.
- [6] N. A. Qodariyah, T. Prihandono, and S. Bektiarso, “Analisis Faktor-Faktor Dengan Mempengaruhi Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Madrasah Aliyah Nurul Iman: Studi Penelitian Kualitatif,” *J. Inov. Pendidik. serta Teknol. Inf.*, vol. 5, no. 1, pp. 24–36, 2024, doi: 10.52060/pti.v5i1.1701.
- [7] F. U. El Shufiyah, “Hubungan Antara Stres Skademik Dengan Motivasi Belajar Santri Baru Di Pondok Pesantren Al Imarah,” pp. 1–148, 2023.
- [8] M. Khanafiah, N. Febiurbaini, A. Aura Tabita, M. Syakuro, N. Sarah Dermawan, and N. Wisma, “Tren Penelitian Tingkat Remaja SMP Mengenai Urgensi Penurunan Motivasi Belajar,” vol. 8, pp. 45845–45849, 2024.
- [9] I. Maghfirah, C. Wiradendi Wolor, and R. Tuty Sariwulan, “Pengaruh Efikasi Diri, Perhatian Orang Tua Serta Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Motivasi Belajar Pada Siswa,” *Berajah J.*, vol. 3, no. 1, pp. 59–74, 2023, doi: 10.47353/bj.v3i1.197.
- [10] N. H. Susanto and C. Lestari, “Problematika Pendidikan Islam di Indonesia: Eksplorasi Teori Motivasi Abraham Maslow serta David McClelland,” *Edukasia Islam.*, vol. 3, no. 2, p. 184, 2018, doi: 10.28918/jei.v3i2.1687.

Referensi

- [11] S. N. Jannah and U. T. Sontani, “Sarana Serta Prasarana Pembelajaran Sebagai Faktor Determinan Terhadap Motivasi Belajar Siswa,” *J. Pendidik. Manaj. Perkantoran*, vol. 3, no. 1, p. 210, 2018, doi: 10.17509/jpm.v3i1.9457.
- [12] S. Yusuf, *Program Bimbingan Serta Konseling Di Sekolah*,. Bandung: Rizki Press, 2009.
- [13] M. Barseli, I. Ifdil, and N. Nikmarijal, “Konsep Stres Akademik Siswa,” *J. Konseling serta Pendidik.*, vol. 5, no. 3, pp. 143–148, 2017, doi: 10.29210/119800.
- [14] F. Nurmaliyah, “Menurunkan Stres Akademik Siswa Dengan Menggunakan Teknik Self-Instruction,” *J. Pendidik. Hum.*, vol. 2, no. 3, pp. 273–282, 2014.
- [15] I. S. N. Cahyono, “Hubungan Antara Stres Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Smk Negeri 11 Semarang,” Universitas Semarang, 2023. [Online]. Available: [https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/167638/341506.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/8314/LOEBLEIN%2C LUCINEIA CARLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://antigo.mdr.gov.br/saneamento/proees](https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/167638/341506.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/8314/LOEBLEIN%2C%20LUCINEIA%20CARLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://antigo.mdr.gov.br/saneamento/proees)
- [16] T. W. Sarafino, E. P., Smith, *Health Psychology , iopsychosocial interactions*. John willey & sons. Inc, 2011.
- [17] Taufik T., Ifdil I., and Ardi Z., “Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Pasertag,” *J. Konseling Serta Pendidik.*, vol. 1, no. 2, pp. 143–150, 2013, [Online]. Available: <http://jurnal.konselingindonesia.com>
- [18] L. Qian and Z. Fuqiang, “Academic Stress, Academic Procrastination and Academicperformance: a Moderated Dual-Mediation Model,” *J. Innov. Sustain. RISUS ISSN 2179-3565*, vol. 9, no. 2, p. 38, 2018, doi: 10.24212/2179-3565.2018v9i2p38-46.
- [19] H. Permana, F. Harahap, and B. Astuti, “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas Ix Di Mts Al Hikmah Brebes,” *Hisbah J. Bimbing. Konseling serta Dakwah Islam*, vol. 13, no. 2, pp. 51–68, 2017, doi: 10.14421/hisbah.2016.132-04.
- [20] W. Asmita, “Faktor Dengan Mempengaruhi Stres Akademik Menghadapi Kuliah Daring Pada Mahasiswa Iain Batusangkar Skripsi,” IAIN BatuSangkar, 2021.

Referensi

- [21] S. Azwar, “Metode Penelitian Psikologi Edisi II Cetakan IV,” *Yogyakarta: Pustaka Belajar*, 2021.
- [22] Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta, 2015.
- [23] J. Psikologi, F. I. Pendidikan, J. Psikologi, and F. I. Pendidikan, “Atlet Pelajar Di Sma Negeri Olahraga Jawa Timur Tisa Alif Karina Miftakhul Jannah,” 2017.
- [24] S. Alawiyah, “Manajemen Stress serta Motivasi Belajar Siswa,” *Al-Idarah J. Kependidikan Islam*, vol. 10, no. 2, pp. 1–11, 2020, [Online]. Available: <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/idaroh>
- [25] H. A. Mulya and E. S. Indrawati, “Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang,” vol. 5, no. April, pp. 296–302, 2016.
- [26] D. C. McClelland, *Entrepreneur Behavior and Characteristics of Entrepreneurs. The Achieving Society*. 2009.
- [27] N. N. Rosa, N. N. Rosa, and N. N. Rosa, “Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Belajar Daring Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19,” vol. 1, no. 2, pp. 147–153, 2020.
- [28] S. Adiputra and M. Mujiyati, “Motivasi serta Prestasi Belajar Siswa di Indonesia,” *Kaji. Meta-Analysis. Konselor*, vol. 6, no. 4, p. 150, 2017, [Online]. Available: <https://doi.org/10.24036/02017648171-0-00>

