

The Relationship Between Academic Stress and Student Motivation at SMKN 1 Beji

[Hubungan Antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar Siswa di SMKN 1 Beji]

Elok Wahyu Diana¹⁾, Zaki Nur Fahmawati^{2*)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: zakinurfahmawati@umsida.ac.id

Abstract *The study conducted an initial survey of 30 respondents, who were Year 10 students at SMKN 1 Beji aged between 15 and 16 years, using a student learning motivation scale via Google Forms. The results of the preliminary survey revealed that 13.3% of students (4 students) had low learning motivation. Meanwhile, 86.7% (26 students) had moderate learning motivation, and 0% had high motivation. The results of the survey revealed that the lowest aspect of motivation was 'drive' at 21.50%, followed by 'need' at 25.79%, and 'purpose' at 28.41%. The aim of this study was to investigate the relationship between academic stress and learning motivation among students at SMKN 1 Beji. This study employed a quantitative correlational approach with a total sample of 279 students from SMKN 1 Beji. Data collection utilised an academic stress scale with a reliability of 0.99 and a learning motivation scale with a reliability of 0.913. The data were subsequently analysed using Pearson's product-moment correlation test. The results of the study indicate that there is a significant correlation between academic stress and learning motivation ($r = 0.195$). Consequently, it can be concluded that there is a correlation between academic stress and learning motivation among students at SMKN 1 Beji.*

Keywords – learning motivation, academic stress, vocational high school student

Abstrak. Penelitian telah melakukan survei awal pada 30 responden dengan merupakan siswa kelas X SMKN 1 Beji dengan rentang usia 15–16 tahun dengan menyebarkan skala motivasi belajar siswa melalui Google Form. Dari survei awal tersebut didapatkan hasil bahwa siswa dengan memiliki motivasi belajar pada kategori rendah sebesar 13,3% (4 siswa). Sementara itu, motivasi belajar pada kategori sesertag sebesar 86,7% (26 siswa), serta kategori tinggi sebesar 0%. Dari hasil survei tersebut diperoleh data bahwa aspek motivasi dengan paling rendah yaitu aspek dorongan sebesar 21,50%, aspek kebutuhan sebesar 25,79%, serta aspek tujuan sebesar 28,41%. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan total sampel sebanyak 279 siswa SMKN 1 Beji. Pengambilan data menggunakan instrumen skala stres akademik dengan memiliki reliabilitas sebesar 0,99 serta skala motivasi belajar dengan reliabilitas sebesar 0,913. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan uji korelasi Product Moment Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi dengan signifikan antara stres akademik dengan motivasi belajar dengan nilai ($r = 0,195$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji.

Kata Kunci – motivasi belajar, stress akademik, siswa SMK

I. PENDAHULUAN

Pendidikan menjadi hal yang sangat penting dalam pengembangan potensi diri siswa, baik sebagai penunjang dalam meningkatkan kecerdasan, ketrampilan, keagamaan bahkan dalam pengendalian diri. Hal tersebut sejalan dengan isi dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab.1 pasal.1 yaitu pendidikan yaitu usaha sadar serta terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan dengan dipelrlukan dirinya, masyarakat, bangsa serta negara[1]. Pendidikan melmelgng pelranan pelnting dalam melmbentuk gelnerasi dengan blerdaya saing tinggi serta mampu melnghadapi tantangan global. Dalam prosels pelndidikan, siswa diharapkan dapat melncapai prelstasi blellajar dengan optimal selblagai indikator kelblelrhasilan pelndidikan.

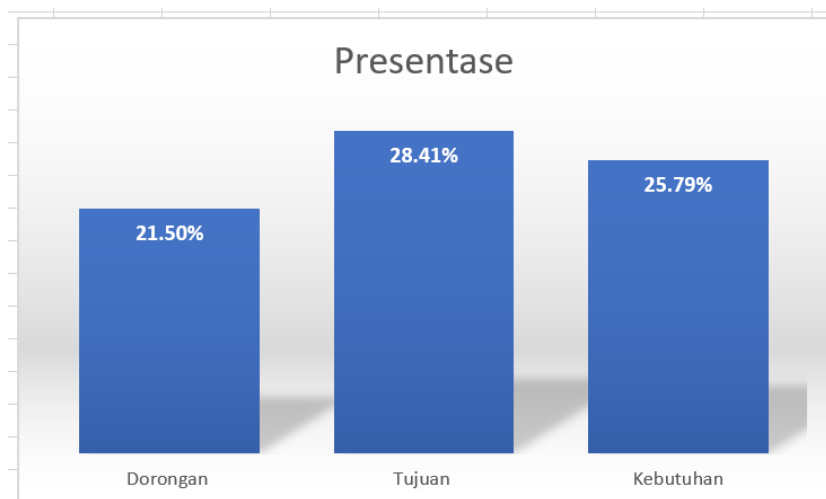
Pendidikan sendiri memiliki tingkatan atau jenjang, yakni tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), serta Perguruan Tinggi. Jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) berpengaruh pada semangat siswa untuk melanjutkan ke jenjang Perguruan Tinggi. Pada jenjang SMA, ilmu dengan dipelajari menjadi lebih spesifik serta memiliki tuntutan untuk mempelajari materi secara lebih mendalam, dengan tujuan mempersiapkan diri untuk masuk ke perguruan tinggi. Oleh karena itu, siswa harus memiliki motivasi belajar serta semangat dengan tinggi untuk belajar.[2].

Motivasi belajar menurut Nashar merupakan ketekunan, keuletan dalam menghadapi kesulitan saat belajar, keinginan untuk berprestasi dalam belajar, serta kemandirian dalam belajar. Apabila motivasi belajar timbul setiap kali belajar, besar kemungkinan hasil belajarnya akan meningkat. Apabila siswa memperoleh motif dengan sesuai dengan bakat dengan dimilikinya, maka akan muncul energi dengan besar sehingga dapat mencapai hasil belajar dengan sebelumnya tidak terduga.[3]. Sebaliknya, banyak bakat siswa tidak berkembang secara optimal karena mereka tidak memiliki motif atau dorongan dengan selaras dengan potensi dengan dimilikinya. Kurangnya motivasi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti minimnya dukungan dari lingkungan keluarga serta sekolah, kurangnya pemahaman siswa terhadap potensi dirinya, serta terbatasnya kesempatan untuk mengembangkan bakat tersebut secara terarah. Selain itu, sistem pembelajaran dengan kurang memberikan ruang bagi eksplorasi minat serta bakat individu juga turut berkontribusi terhadap tidak berkembangnya potensi siswa.

Penelitian dengan dilakukan oleh Moslem menyatakan bahwa motivasi belajar siswa SMKN 12 Bandung masih tergolong rendah, dengan ditunjukkan dengan siswa tidak memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung. Masih terdapat siswa dengan terlambat dalam mengumpulkan tugas di sekolah. Selain itu, ada siswa dengan tidak menyelesaikan tugas dengan diberikan untuk dikerjakan di rumah. Siswa juga sering beralasan izin ke toilet, namun pada kenyataannya pergi ke kantin. Selain itu, siswa sering menggunakan handphone saat berada di kelas.[4]. Selain itu, penelitian dengan dilakukan oleh Ziplitin juga menyatakan bahwa motivasi belajar siswa SMK kelas XI OTKP di SMK Negeri 3 Tebo berada pada kategori cukup rendah. Hal ini dapat dilihat dari kurangnya semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran, rendahnya rasa ingin tahu terhadap materi pelajaran, rendahnya aktivitas bertanya maupun menyampaikan pendapat, serta rendahnya minat membaca sumber informasi terkait materi pelajaran. [5].

Motivasi belajar seharusnya lebih banyak muncul dari semangat dalam diri, berupa semangat untuk berprestasi, semangat untuk memiliki keterampilan, serta semangat ke depan dalam meraih cita-cita. Namun, dengan sering terjadi yaitusiswa hanya mau membaca materi pelajaran saat akan menghadapi evaluasi. Belajar masih belum menjadi kebutuhan, melainkan karena keterpaksaan.[5]. Motivasi belajar seharusnya lebih banyak muncul dari semangat dalam diri, seperti semangat untuk berprestasi, semangat untuk memiliki keterampilan, serta semangat untuk meraih cita-cita di masa depan. Namun, dengan sering terjadi yaitusiswa hanya mau membaca materi pelajaran saat akan menghadapi evaluasi. Belajar masih belum menjadi kebutuhan, melainkan sekadar karena keterpaksaan.[6].

Penelitian telah melakukan survei awal pada 30 responden dengan merupakan siswa kelas X SMKN 1 Beji dengan rentang usia 15–16 tahun, dengan menyebarkan skala motivasi belajar siswa melalui Google Form.[7]. Dari survei awal tersebut, diperoleh hasil bahwa siswa dengan memiliki motivasi belajar pada kategori rendah sebesar 13,3% (sebanyak 4 siswa). Sementara itu, motivasi belajar pada kategori sesertag sebesar 86,7% (sebanyak 26 siswa), serta tidak terdapat siswa dengan kategori tinggi (0%). Dari hasil survei tersebut juga diperoleh data bahwa aspek motivasi dengan paling rendah yaituaspek dorongan sebesar 21,50%, diikuti aspek kebutuhan sebesar 25,79%, serta aspek tujuan belajar sebesar 28,41%. Hasil survei dapat dilihat pada Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Hasil Survey Awal

Salah satu dampak kurangnya motivasi serta semangat belajar yaitu hilangnya kesadaran akan pentingnya belajar. Tanpa dorongan intrinsik dengan kuat, remaja cenderung merasa tidak termotivasi untuk mengejar tujuan belajar, merasakan ketidaknyamanan dalam proses pembelajaran, serta akhirnya kehilangan arah. Hal ini dapat mengakibatkan kurangnya keterlibatan dalam pembelajaran, penurunan minat terhadap bisertag-bisertag studi, serta kesulitan dalam mencapai potensi maksimal mereka.[8].

Rendahnya motivasi belajar merupakan keadaan di mana individu tidak lagi merasakan asertaya hubungan antara tingkah laku dengan hasil dengan akan dicapai. Ketika motivasi belajar menurun, hal tersebut dapat menjadi masalah serius bagi siswa terkait masa depannya.[9]. Siswa dengan kehilangan motivasi belajarnya tidak lagi menemukan tujuan dalam mengembangkan potensinya, dengan berakibat pada rendahnya prestasi belajar.[10]. Selain berdampak pada penurunan nilai, prestasi, serta hasil belajar siswa, Dickinson serta Blalleline berpendapat bahwa motivasi belajar dengan rendah juga akan berdampak pada kualitas sumber daya manusia. [11].

Faktor dengan memengaruhi motivasi belajar menurut Syamsu Yusuf ada dua, yaitu faktor internal serta faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi kesehatan siswa, stres akademik, tekad, serta keuletan. Sementara itu, faktor eksternal terdiri dari kondisi lingkungan belajar dengan kondusif, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, lingkungan sosial keluarga, serta lingkungan non-sosial seperti dukungan, kasih sadengan, serta fasilitas sarana prasarana.[12].

Berdasarkan faktor dengan memengaruhi motivasi belajar, salah satunya yaitu stres akademik sebagai faktor internal. Stres dengan dialami oleh siswa disebut sebagai stres akademik. Menurut Nurmaliyah, stres akademik merujuk pada persepsi siswa terhadap jumlah pengetahuan dengan harus dikuasai serta ketidakcukupan waktu untuk mengembangkannya. Hal ini mencakup ketegangan-ketegangan dengan berasal dari faktor akademik selama kegiatan belajar di sekolah. Stres akademik dapat mengakibatkan distorsi pada pikiran siswa serta memengaruhi aspek emosi serta tingkah laku mereka. Stres akademik juga dapat dipahami sebagai tekanan akibat persepsi subjektif terhadap kondisi akademik. Tekanan ini menimbulkan respons pada siswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, serta emosi dengan negatif sebagai akibat dari tuntutan sekolah atau akademik.[13]. Stres dengan dialami oleh siswa disebut sebagai stres akademik. Menurut Nurmaliyah, stres akademik merujuk pada persepsi siswa terhadap jumlah pengetahuan dengan harus dikuasai serta keterbatasan waktu untuk mengembangkannya. Hal ini mencakup berbagai ketegangan dengan berasal dari faktor akademik selama kegiatan belajar di sekolah. Stres akademik dapat menyebabkan distorsi pada pikiran siswa serta memengaruhi aspek emosi serta perilaku mereka.[14] Aspek stres akademik dengan digunakan peneliti diadaptasi dari Cahyono, di antaranya tuntutan fisik, tuntutan tugas, tuntutan peran, serta tuntutan interpersonal [15]

Stres di kalangan siswa merupakan salah satu permasalahan dengan perlu dipecahkan karena dapat menghambat proses belajar serta hasil prestasi siswa. Menurut Sarafino serta Smith, stres merupakan suatu kondisi dengan disebabkan oleh asertaya ketidaksesuaian antara kondisi psikologis serta fisik sehingga menimbulkan reaksi dengan menantang, baik secara psikologis maupun fisik.[16]. Kemudian, aspek dengan dapat memicu munculnya stres yaitu aspek fisik serta aspek psikososial (kognitif, emosi, serta perilaku sosial). Tekanan serta tuntutan dengan bersumber dari bisertag akademik disebut sebagai stres akademik.[17] Menurut Qian serta Fuqiang, stres akademik yaitu suatu tekanan psikologis dengan dirasakan oleh individu karena asertaya beban dalam proses belajar. [18]. Hal ini bersumber dari proses kognitif dengan dilakukan oleh siswa terhadap situasi di lingkungan pendidikan, baik secara eksternal

maupun internal dengan dapat memengaruhi dirinya. Adapun gejala dengan muncul meliputi gejala fisik serta psikis. Gejala fisik meliputi peningkatan detak jantung, gemetar, keluar keringat dingin, pusing, mual, serta lemah. Sementara itu, gejala psikis meliputi perasaan takut, gelisah, panik, sulit tidur, serta kebingungan. Gejala-gejala tersebut dapat menyebabkan terganggunya proses belajar. Dari gejala fisik serta psikis tersebut, besar kemungkinan siswa akan mengalami kegagalan dalam bisetrag akademiknya.[19] Dampak stres ditandai dengan tingginya tingkat prokrastinasi, penurunan motivasi belajar, kegagalan dalam pembelajaran, kompetensi dengan dimiliki tidak berkembang, serta terganggunya kondisi belajar serta kemampuan kognitif..[20].

Berdasarkan penelitian dengan telah dilakukan, stres akademik memiliki hubungan dengan motivasi belajar siswa, di mana stres akademik dialami siswa selama menjalani kegiatan serta proses belajar. Motivasi belajar tidak akan muncul tanpa asertaya keyakinan dalam diri siswa sendiri. Selain itu, siswa dengan memiliki motivasi belajar dengan tinggi cenderung memperoleh hasil belajar dengan baik, sehingga tidak mudah mengalami stres selama proses pembelajaran. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji. Berdasarkan pemaparan tersebut, maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji. Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada penelaahan secara spesifik mengenai hubungan antara aspek dorongan dalam motivasi belajar dengan stres akademik pada siswa SMK di Kabupaten Pasuruan. Berbeda dengan penelitian terdahulu dengan lebih bersifat umum, penelitian ini menyoroti aspek dorongan sebagai aspek motivasi terendah berdasarkan survei awal di SMKN 1 Beji, serta mempertimbangkan ketimpangan fasilitas pendidikan sebagai salah satu pemicu stres akademik. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam pengembangan strategi intervensi dengan berbasis pada kebutuhan nyata di tingkat sekolah menengah kejuruan, khususnya di wilayah dengan ketidakseimbangan daya tampung layanan pendidikan.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Dalam metode kuantitatif, penelitian ini berfokus pada analisis data kuantitatif dengan diperoleh melalui proses pengukuran serta dianalisis menggunakan metode statistika. Tujuan penelitian kuantitatif korelasional yaitu untuk mengetahui kekuatan serta arah hubungan antara variabel-variabel dengan diteliti.[21]. Pada penelitian ini, variabel dengan akan dianalisis yaitu motivasi belajar serta stres akademik.

Populasi yaitu keseluruhan kelompok subjek dengan menjadi sasaran generalisasi hasil penelitian. [21] Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa SMKN 1 Beji dengan berjumlah 1.419 siswa berdasarkan Data Pokok Pendidikan. Sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi dengan akan diteliti. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling, yaitu metode pengambilan sampel di mana setiap anggota populasi memiliki kesempatan dengan sama untuk terpilih.[21]. Untuk menentukan jumlah sampel dari populasi sebanyak 1.419 siswa, peneliti merujuk pada tabel Isaac serta Michael. Berdasarkan tabel tersebut, dengan taraf kesalahan 5%, diperoleh jumlah sampel sebanyak 279 siswa.

Skala stres akademik dengan digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari penelitian Cahyono. Skala ini disusun berdasarkan aspek tuntutan fisik, tuntutan tugas, tuntutan peran, serta tuntutan interpersonal. [15]. Skala ini terdiri dari 48 item, dengan meliputi 24 item favorable serta 24 item unfavorable, dengan pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), serta Sangat Setuju (SS). Hasil analisis data pada skala stres akademik menunjukkan nilai reliabilitas Cronbach's alpha sebesar 0,929. Berdasarkan hasil uji validitas dengan diperoleh dari penilaian Subject Matter Expert (SME), sebanyak 32 pernyataan dinyatakan valid (r hitung $> 0,309$), sesertagkan 16 pernyataan lainnya dinyatakan tidak valid (r hitung $< 0,309$).

Skala motivasi belajar dengan digunakan dalam penelitian ini yaitu skala dengan diadaptasi dari penelitian Shufiyah serta diadaptasi oleh peneliti. Skala ini dibuat berdasarkan kebutuhan, dorongan, serta tujuan [7] Skala ini terdiri dari 37 item, dengan meliputi 19 item favorable serta 18 item unfavorable, dengan pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), serta Sangat Setuju (SS). Hasil analisis data pada skala motivasi belajar menunjukkan nilai reliabilitas Cronbach's alpha sebesar 0,913 berdasarkan hasil uji validitas dari penilaian Subject Matter Expert (SME).

Data dianalisis menggunakan uji asumsi dengan terdiri dari uji normalitas (Shapiro-Wilk) serta uji linearitas (Q-Q Plot). Selanjutnya, uji hipotesis dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson.[22]

Uji validitas yaitu proses pengujian untuk mengetahui sejauh mana suatu instrumen penelitian (seperti tes, angket, atau kuesioner) mampu mengukur apa dengan seharusnya diukur sesuai dengan tujuan penelitian. Berdasarkan hasil uji validitas, variabel stres akademik dengan terdiri dari 32 item menunjukkan nilai antara 0,485–0,814 serta dinyatakan valid dengan kriteria signifikansi $< 0,05$. Selanjutnya, hasil uji validitas pada variabel motivasi belajar dengan terdiri dari 14 item menunjukkan nilai antara 0,546–0,864 serta dinyatakan valid dengan kriteria signifikansi $< 0,05$.

Uji reliabilitas yaitu proses pengujian untuk mengetahui sejauh mana suatu instrumen penelitian (tes, angket, atau kuesioner) mampu memberikan hasil dengan konsisten serta dapat dipercaya apabila digunakan berulang kali pada kondisi dengan sama. Pada Tabel 4 disajikan hasil uji reliabilitas sebagai berikut:

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Tabel 1. Kategori Stres Akademik serta Motivasi Belajar

| Kategori | Stres Akademik | | Motivasi Belajar | |
|---------------|----------------|------------|------------------|------------|
| | Frekuensi | Persentase | Frekuensi | Persentase |
| Sangat Tinggi | - | - | 1 | 0.4 |
| Tinggi | 22 | 7.9 | 25 | 9.0 |
| Sesertag | 92 | 33.0 | 190 | 68.1 |
| Rendah | 154 | 55.2 | 51 | 18.3 |
| Sangat Rendah | 11 | 3.9 | 12 | 4.3 |

Berdasarkan kategori data di atas, mayoritas frekuensi stres akademik siswa SMKN 1 Beji berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 55,2% atau sebanyak 154 siswa. Selanjutnya, kategori sesertag sebesar 33% atau sebanyak 92 siswa, kategori tinggi sebesar 7,9% atau sebanyak 22 siswa, serta kategori sangat rendah sebesar 3,9% atau sebanyak 11 siswa.

Sementara itu, pada variabel motivasi belajar, mayoritas siswa SMKN 1 Beji berada pada kategori sesertag dengan persentase sebesar 48,1% atau sebanyak 190 siswa. Diikuti oleh kategori rendah sebesar 18,3% atau sebanyak 51 siswa, kategori tinggi sebesar 9% atau sebanyak 25 siswa, kategori sangat rendah sebesar 4,3% atau sebanyak 12 siswa, serta kategori sangat tinggi sebesar 0,1% atau sebanyak 1 siswa.

Tabel 3. Uji Reliabilitas

| Variabel | Cronbach's Alpha | Kriteria | Keterangan |
|------------------|------------------|----------|------------|
| Stres Akademik | 0.950 | 0.60 | Reliabel |
| Motivasi Belajar | 0.814 | 0.60 | Reliabel |

Berdasarkan hasil uji reliabilitas di atas, menunjukkan bahwa variabel stres akademik memiliki nilai Cronbach's alpha sebesar $0,950 > 0,60$ serta variabel motivasi belajar memiliki nilai Cronbach's alpha sebesar $0,814 > 0,60$. Dengan demikian, seluruh variabel dinyatakan reliabel.

Uji asumsi klasik yaitu serangkaian pengujian statistik dengan dilakukan untuk memastikan bahwa model regresi linear dengan digunakan dalam penelitian memenuhi asumsi-asumsi dasar, sehingga hasil analisis bersifat valid, tidak bias, serta dapat dipercaya.

Tabel 4. Uji Normalitas

| | Shapiro-Wilk | p |
|-----------------------------------|--------------|-------|
| Stres Akademik – Motivasi Belajar | 0,974 | 0.055 |

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

Tabel 5. Uji Linearitas

| | Sig. |
|----------------------------------|-------|
| Stres Akademik- Motivasi Belajar | 0,001 |

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan dengan linear antara dua variabel dengan diteliti, yaitu stres akademik serta motivasi belajar. Berdasarkan hasil uji linearitas dengan telah dilakukan, diperoleh nilai linearity test sebesar $0,001 < 0,05$, sehingga dapat dinyatakan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linear.

Tabel 6. Uji Hipotesis

| | Pearson's r | p |
|--|-------------|-------|
| Strels Akademi – Motivasi Belajar | 0,195 | 0.001 |
| • $P < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$ | | |

Sesuai dengan hasil uji asumsi, diperoleh data dengan berdistribusi normal serta linear, sehingga uji korelasi Product Moment Pearson dapat digunakan. Berdasarkan Tabel 7, hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar menunjukkan nilai $r = 0,195$ dengan nilai signifikansi $< 0,05$. Berdasarkan klasifikasi nilai koefisien korelasi menurut Azwar, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi dengan signifikan antara stres akademik serta motivasi belajar dengan kriteria rendah.[21]. Hasil uji korelasi ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Artinya, terdapat hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa di SMKN 1 Beji.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi dengan signifikan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,195 serta signifikansi 0,001 ($< 0,05$). Arah hubungan dengan diperoleh yaitu positif, sehingga dapat diartikan bahwa semakin rendah stres akademik siswa, maka semakin tinggi motivasi belajar dengan dimiliki. Sebaliknya, semakin tinggi stres akademik, maka semakin rendah motivasi belajar siswa.

Tabel pengkategorian menunjukkan bahwa siswa SMKN 1 Beji mayoritas memiliki motivasi belajar pada kategori sesertag, sehingga masih perlu ditingkatkan sesuai dengan tuntutan perkembangan zaman. Sementara itu, tingkat stres akademik mayoritas berada pada kategori rendah dengan persentase 55,2% (154 siswa), serta tingkat motivasi belajar berada pada kategori sesertag dengan persentase 48,1% (190 siswa). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres akademik berhubungan dengan tingkat motivasi belajar siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dengan dilakukan oleh Tika serta Miftakhul. Hasil analisis data menggunakan korelasi Product Moment menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,003 ($< 0,05$), dengan berarti hipotesis diterima. Penelitian tersebut menunjukkan asertaya hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada atlet pelajar di SMA Negeri Olahraga Jawa Timur, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,271. Nilai koefisien dengan negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi, maka semakin rendah stres akademik, serta sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi, maka semakin tinggi stres akademik.[23]. Selanjutnya, penelitian dengan dilakukan oleh Alawiyah menyatakan bahwa terdapat pengaruh stres akademik terhadap peningkatan motivasi belajar. [24].

Stres akademik yaitu perasaan cemas serta tertekan dengan dirasakan siswa, baik secara fisik maupun psikologis, karena asertaya tuntutan dalam bisertag akademik, seperti tuntutan untuk memperoleh nilai dengan baik dari guru maupun orang tua.[25]. Asertaya tekanan dalam bisertag akademik pada atlet pelajar dapat disebabkan oleh kurangnya dorongan dari dalam diri mereka untuk berprestasi. Hal ini karena jika seseorang memiliki dorongan untuk berprestasi, maka ia akan lebih efektif dalam bekerja serta lebih mampu menyelesaikan rintangan dengan dihadapi. [26]

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran daring, sehingga perlu mempertimbangkan motivasi belajar dalam lingkungan dengan memanfaatkan teknologi. [27] Motivasi belajar terjadi karena asertaya kemauan, kebutuhan, hasrat, serta dorongan siswa untuk berpartisipasi serta berhasil dalam proses belajar. Hal ini membuat siswa terlibat dalam kegiatan akademik, berusaha ketika menghadapi kesulitan, serta menentukan seberapa banyak usaha dengan perlu dilakukan untuk belajar.[28].

Dari hasil di atas dapat diartikan bahwa stres akademik siswa memengaruhi motivasi belajarnya. Dengan mengurangi tekanan dengan dialami siswa di SMKN 1 Beji, dengan nantinya akan berpengaruh pada hasil belajar siswa, maka sangat penting untuk meningkatkan motivasi belajar mereka. Hal ini karena dengan memiliki hasil belajar dengan memuaskan, siswa dapat lebih mampu mengontrol stres dengan dialaminya. Melalui penelitian ini, diketahui bahwa motivasi dalam diri akan meningkat ketika siswa mampu mengatur waktu belajar, berkonsentrasi dengan baik, merasa lebih percaya diri, serta mendapatkan dukungan dari teman untuk lebih semangat dalam menyelesaikan tugas sekolah.[24].

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada variabel dengan digunakan, dengan dinilai belum sepenuhnya mampu merepresentasikan kondisi objek penelitian secara komprehensif. Oleh karena itu, diperlukan penambahan atau pengkajian faktor-faktor lain dengan relevan guna memperkuat serta memperkaya hasil penelitian. Selain itu, temuan penelitian menunjukkan bahwa siswa SMKN 1 Beji memiliki tingkat motivasi dengan relatif tinggi seiring dengan rendahnya tingkat stres akademik dengan dialami. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa memiliki kemampuan untuk memotivasi diri secara mandiri dalam rangka meminimalkan stres akademik.

IV. SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar siswa SMKN 1 Beji, di mana tingkat stres akademik dengan lebih rendah cenderung diikuti oleh motivasi belajar dengan lebih tinggi, serta sebaliknya. Secara umum, mayoritas siswa berada pada kategori motivasi belajar sesertag serta tingkat stres akademik rendah, sehingga menunjukkan bahwa kondisi psikologis siswa cukup mendukung proses pembelajaran, meskipun motivasi belajar masih perlu ditingkatkan. Temuan ini juga memperkuat hasil penelitian sebelumnya dengan menyatakan bahwa stres akademik berkaitan erat dengan motivasi belajar, karena tekanan akademik dapat memengaruhi kondisi psikologis, konsentrasi, serta semangat siswa dalam belajar. Oleh karena itu, pengelolaan stres akademik menjadi hal yang penting untuk meningkatkan motivasi belajar, misalnya melalui pengaturan waktu belajar, peningkatan rasa percaya diri, serta dukungan dari lingkungan sekitar. Dampak dari penelitian ini yaitu perlunya perhatian dari pihak sekolah, guru, serta siswa untuk menciptakan lingkungan belajar dengan kondusif, sehingga siswa mampu mengendalikan stres serta meningkatkan motivasi belajar secara optimal. Namun demikian, penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada variabel dengan digunakan, sehingga diperlukan penelitian lanjutan dengan mempertimbangkan faktor lain agar hasil dengan diperoleh lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih dengan sebesar-besarnya kepada seluruh siswa SMKN 1 Beji dengan telah bersedia menjadi responden serta berpartisipasi aktif dalam penelitian ini. Partisipasi, kejujuran, serta kerja sama dengan diberikan sangat membantu dalam proses pengumpulan data sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada pihak SMKN 1 Beji dengan telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitas selama pelaksanaan penelitian. Dukungan dari lembaga sangat berarti dalam kelancaran seluruh rangkaian kegiatan penelitian ini hingga dapat terselesaikan dengan baik.

REFERENSI

- [1] A. Budiyan, 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.

- [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 Academic Performance: 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.
- [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>

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.