

RELATIONSHIP BETWEEN ACHIEVEMENT MOTIVATION WITH ACADEMIC STRESS IN STUDENTS MA SALAFIYAH TANGGULANGIN SIDOARJO

[HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA MA SALAFIYAH TANGGULANGIN SIDOARJO]

Viki Rijalul Fikri¹⁾, Eko Hardi Ansyah^{*2)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

^{*2)}Dosen Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: vikirijalul21@gmail.com

Abstract. Education is a process that needs to be done to get a balance and perfection in the process of forming individuals and society. In this era of technological advances, there are several schools based on Islamic boarding schools or, dormitories. Islamic boarding school-based schools are very different from formal schools in general, the purpose of this research is to find out how high academic stress will affect the achievement motivation of students who are within the scope of Islamic boarding schools. This research uses quantitative methods, where research using quantitative methods is a scientific method because it fulfills scientific principles that are concrete or empirical, objective, measurable, rational, and systematic. Using correlational quantitative methods, Correlational research aims to investigate the extent of variation in one or more other variables, based on the correlation coefficient. The results of the study stated that the relationship between achievement motivation and academic stress has a correlation coefficient of $r_{xy} -0.612$ with a significance of 0.000. This means a negative relationship exists between achievement motivation and academic stress. The higher the achievement motivation, the lower the academic stress that students have, conversely, the lower the achievement motivation, the higher the academic stress that students have. The results of the study show that students have relatively high academic stress. Therefore students are expected to increase their achievement motivation in order to be able to suppress academic stress which is classified as high.

Keywords - Achievement Motivation, Academic Stress, Islamic Boarding School Student

Abstrak. Pendidikan adalah suatu proses yang perlu dilakukan untuk mendapatkan sebuah keseimbangan dan kesempurnaan dalam suatu proses pembentukan individu dan masyarakat. di era kemajuan teknologi ini ada beberapa sekolah yang berbasis pondok pesantren atau, asrama. Sekolah yang berbasis pesantren sangat berbeda dengan sekolah formal pada umumnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi stress akademik akan berpengaruh pada motivasi berprestasi siswa. penelitian ini menggunakan metode kuantitatif,. Hasil penelitian diperoleh koefisien korelasi $r_{xy} -0,612$ dengan signifikansi 0,000. Hal ini berarti bahwa ada hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan stres akademik. Semakin tinggi motivasi berprestasi semakin rendah stres akademik yang dimiliki siswa, sebaliknya semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi stres akademik yang dimiliki siswa. Hasil menunjukkan siswa memiliki stress akademik yang tergolong tinggi. Oleh karena itu, siswa diharapkan untuk meningkatkan motivasi berprestasi mereka agar dapat menekan stress akademik yang tergolong tinggi tersebut.

Kata Kunci - Motivasi Berprestasi, Stres Akademik, Siswa Pondok Pesantren

I. PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses dimana perlu dilakukan untuk mendapatkan sebuah kesempurnaan dan keseimbangan di dalam suatu proses pembentukan individu dan masyarakat, dalam KBBI Pendidikan berasal dari kata "didik" yang berarti memelihara dan melatih peserta didik dalam hal akhlak dan kecerdasan pikiran. Pendidikan adalah serangkaian proses untuk mengubah sikap dan perilaku individu atau kelompok dalam upaya memperkembangkan manusia melalui pengajaran dan latihan. Dalam pendidikan, terdapat dua hal penting, yaitu aspek kognitif (pemikiran) dan aspek afektif (emosi). Misalnya, saat kita mempelajari sesuatu, tidak hanya terlibat dalam proses berpikir, tetapi juga melibatkan perasaan seperti semangat, minat, dan lain sebagainya. Pendidikan dasarnya adalah tujuan pengajaran dan Latihan untuk membentuk sebuah individu yang berkualitas dan cerdas[1]. Madrasah Aliyah (MA) adalah sebuah institusi pendidikan yang disediakan untuk masyarakat. Keluhan tentang kualitas pendidikan di madrasah tidak berfokus pada kurangnya pendidikan agama, tetapi lebih pada kurangnya pendidikan umum yang sejajar dengan sekolah umum dan kurangnya dampak sosial dalam masyarakat [2]. Madrasah merupakan sebuah lembaga pendidikan

yang hampir serupa dengan sekolah pada umumnya, namun memiliki kegiatan yang dianggap lebih beragam, seperti pengajian kitab dan hafalan Al-Quran. Banyak siswa di madrasah mengalami stres akademik dikarenakan tekanan belajar yang tinggi dan beberapa faktor lain yang mempengaruhi tingginya tingkat stres akademik siswa.

Stres akademik merujuk pada perasaan cemas, tekanan fisik dan mental, ketegangan, dan kekhawatiran yang dialami oleh siswa sebagai respons terhadap tuntutan akademik dari guru/ustadz atau orangtua, seperti mencapai nilai yang baik, menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu, serta tuntutan tugas rumah yang tidak jelas, dan lingkungan kelas yang kurang nyaman. Stres akademik melibatkan aspek-aspek biologis, kognitif, emosional, dan perilaku sosial. [3]. stres akademik dapat disebabkan karena adanya perlajaran yang dirasa cukup sulit, bisa juga karena guru/ustadz yang mengajar ditakuti oleh siswa. Siswa yang memiliki tingkat resiliensi atau kemampuan untuk beradaptasi terhadap stresnya yang baik dapat memiliki hasil belajar yang bagus. Tekanan dan tuntutan yang bersumber dari kegiatan akademik disebut dengan stres akademik[4].

Stres akademik terjadi ketika seorang siswa tidak mampu mengatasi tuntutan akademik yang ada dan merasa terganggu oleh tuntutan tersebut. Stres akademik dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang disebut sebagai stresor akademik, yang meliputi tekanan untuk naik kelas, durasi belajar yang panjang, ketakutan akan mencontek, beban tugas yang banyak, prestasi rendah yang diperoleh, pengambilan keputusan mengenai jurusan dan karier, serta kecemasan saat menghadapi ujian [5].

Stres akademik merupakan tekanan psikologis yang dialami oleh individu akibat beban dan ketegangan dalam proses belajar. stres ini muncul karena adanya proses kognitif yang dilakukan oleh siswa dalam menanggapi situasi di lingkungan pendidikan, baik faktor eksternal maupun internal, yang dapat mempengaruhi individu tersebut.[6].Stres akademik bisa terjadi dikarenakan adanya faktor internal dan eksternal seperti contoh yang dialami oleh siswa MA Salafiyah yaitu tuntutan orang tua yang tinggi, jam yang sangat padat, dan tugas yang sangat padat.

Fenomena yang ditunjukkan oleh siswa MA Salafiyah Tanggulangin Sidoarjo menunjukkan adanya stress akademik yang tergolong tinggi yang dijelaskan oleh beberapa siswa MA uamg telah di wawancarai oleh peneliti senagai berikut “iya mas, jadi karena kurangnya dukungan dari orang tua dan mungkin faktor lingkungan juga jadi malas belajar dan rata rata anak anak sini juga begitu semua mas, gara gara waktu juga terlalu padat dan tekanan tugas yang terlalu padat juga akhirnya malas untuk ngerjainya, seringnya ga ngerjain” Adapun siswa yang diwawancarai mengalami gejala stress akademik sebagai berikut“ saya sering pusing mas pas waktu pelajaran, sering ngantuk dan susah tidur kalua di malam hari. Pelariannya biasanya saya merokok kalau stress, begadang sampai pagi.

Hal itu sesuai dengan aspek aspek stress akademik yang disebutkan [7] disebutkan aspek aspek stres akademik ada 5 yaitu : tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai aspek intelektual, eksptasi diri, dan keputusasaan.

Stres sebagai kondisi ketika seseorang merasa tidak mampu mengatasi tuntutan dari lingkungan mereka, sehingga mengakibatkan ketegangan dan ketidaknyamanan. Stres akademik merujuk pada stres yang terjadi di lingkungan sekolah atau pendidikan. Wilks mendefinisikan stres akademik sebagai hasil dari kombinasi antara tuntutan akademis yang tinggi dengan rendahnya kemampuan individu dalam menyesuaikan diri. Stres akademik terjadi ketika individu mengalami tekanan yang berasal dari persepsi dan penilaian mereka terhadap stresor akademik. Kadapatti dan Vijayalaxmi mendefinisikan stres akademik sebagai gabungan dari tuntutan akademis yang melebihi kapasitas adaptif yang dimiliki individu.[9].

Stres yang tinggi dapat memiliki efek negatif pada kesehatan fisik, menghasilkan masalah mental seperti kecemasan, serangan panik, dan depresi, serta mengganggu kinerja akademik dan menghasilkan perilaku negatif. Stres akademik yang dialami oleh siswa juga berhubungan dengan dampak-dampak seperti gangguan kesehatan mental, penyalahgunaan obat terlarang, gangguan tidur, masalah kesehatan fisik, gaya hidup yang tidak sehat, penurunan prestasi akademik, dan risiko putus sekolah. Dengan demikian, stres dapat memiliki dampak yang merugikan pada individu, baik dari segi fisik, psikologis, maupun perilaku, serta dapat mengganggu kinerja akademiknya.

Stres akademik yang rendah sangat mempengaruhi motivasi berprestasi siswa, sehingga siswa kehilangan semangat untuk belajar. Motivasi berprestasi merupakan dorongan bagi seseorang untuk mengembangkan kreativitas dan mengarahkan seluruh kemampuan serta energinya guna mencapai prestasi belajar yang optimal.[10]. Motivasi berprestasi merupakan suatu dorongan atau keinginan dalam diri untuk mencapai kesuksesan yang setinggi mungkin sehingga tercapai kecakapan pribadi yang tinggi, sehingga individu berusaha keras dengan sebaik-baiknya dalam pencapaian prestasi di bidang akademik[11].

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi stress akademik siswa menjadi tinggi antara lain adalah ada dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal, faktor internal antara lain adalah : kepribadian, keyakinan. Sedangkan faktor eksternal adalah : tekanan untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, orang tua saling berlomba[8].

Aspek-aspek menurut Luthans meliputi dorongan individu untuk menghadapi tantangan dan mengatasi rintangan, memecahkan masalah, bersaing dengan sehat, menghasilkan karya, serta mencapai prestasi kerja dan prestasi puncak. Selain itu, motivasi berprestasi juga terkait dengan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan, mencapai kesuksesan pribadi, dan mendapatkan dukungan positif dari lingkungan sekitar. [3], yang ada di dalam

motivasi berprestasi adalah pengambilan resiko sedang, kebutuhan umpan balik segera, puas dengan prestasi dan asyik dengan tugas.

Motivasi berprestasi merupakan dorongan atau keinginan yang ada dalam diri pelajar untuk bereaksi terhadap situasi agar mencapai suatu prestasi yang ditampilkan dalam bentuk tingkah laku. Djaali menyatakan motivasi berprestasi adalah hal terpenting yang harus ada dalam situasi belajar mengajar, sebab itu merupakan dorongan atau penggerak dari individu dalam mencapai kesuksesan. Penelitian yang dilakukan oleh Moore juga ditemukan motivasi berprestasi tinggi pada siswa akan membuat siswa terarah dalam bertingkah laku sesuai dengan kemampuan dalam pengembangan pengetahuan, keterampilan, dan kepemimpinan. Motivasi berprestasi didasarkan pada pencapaian keberhasilan. Dorongan yang ada pada diri pelajar untuk memperoleh prestasi setinggi mungkin, sesuai dengan keinginan pada diri pelajar itu sendiri.

Adapula fenomena yang diteliti oleh peneliti lain yang berjudul “Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik, dan Stres Akademik Mahasiswa. Menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan stres akademik mahasiswa BK FIP UNP. Dimana semakin tinggi motivasi berprestasi mahasiswa maka semakin rendah stres akademik pada diri mahasiswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi mahasiswa dalam melaksanakan proses pendidikan maka stres akademik akan meningkat karena adanya tujuan dari pembelajaran yang tidak dapat di capai dengan baik[7].

Menurut Sun banyak faktor dan aspek yang mempengaruhi stres akademik yaitu, tekanan belajar siswa dituntut oleh orang tua agar mampu menguasai semua mata pelajaran di sekolah, sedangkan siswa tidak mampu untuk menguasai semua mata pelajaran karena padatnya waktu dikarenakan kegiatan di Pondok Pesantren juga sangat banyak seperti hafalan. Membaca kitab kuning dll. Disamping itu lingkungan teman siswa juga berpengaruh besar karena kebanyakan siswa tidak belajar pelajaran sekolah namun hanya pelajaran agama, dan itu mempengaruhi siswa agar melakukan Tindakan yang sama. Beban tugas, artinya beban tugas siswa MA Salafiyah juga banyak sekali, dikarenakan adanya tugas dari sekolah MA dan dinyah siswa merasa bingung dengan banyaknya tugas dan waktu yang sangat padat, hal itu menyebabkan stres akademik yang tinggi.

Hal itu menyebabkan siswa mengalami stres akademik dan menyebabkan motivasi berprestasi siswa rendah, hal ini sejalan dengan aspek aspek motivasi berprestasi yaitu, jika keadaan dalam diri siswa tinggi maka stres akademik siswa akan rendah, artinya adalah ketika siswa mempunyai dorongan yang kuat untuk belajar maka stres akademik siswa rendah, dan juga aspek tujuan yang ingin di capai siswa tinggi maka stres akademik pada siswa tersebut rendah, artinya jika siswa mempunyai tujuan untuk berprestasi maka siswa tersebut akan menjadi rajin belajar. Jadi jika motivasi berprestasi siswa tinggi maka stres akademik siswa rendah dalam artian siswa akan giat belajar.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dimana penelitian dengan metode kuantitatif merupakan metode yang ilmiah karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yang konkrit atau empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Menggunakan metode kuantitatif korelasional, Penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu atau lebih Variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi[14]. Subjek yang dijadikan responden dalam penelitian ini adalah siswa MA Salafiyah Tanggulangin Sidoarjo yang berjumlah 120 orang dari keseluruhan populasi sebanyak 400 siswa, Teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah probability sampling yaitu teknik sampling yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Peneliti menggunakan jenis simple random sampling karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Cara ini dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Stres Akademik dan Motivasi Berprestasi yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek Stres Akademik menurut teori Sun, Dunne dan Hou antara lain adalah : (a) tekanan belajar, (b) beban tugas, (c) kekhawatiran terhadap nilai aspek intelektual, (d) ekspektasi diri, (e) keputusan diri dan Motivasi Berprestasi antara lain adalah : (a) memiliki tanggung jawab pribadi, (b) berani mengambil dan memikul resiko, (c) memiliki tujuan yang realistis. Jenis skala yang digunakan dalam alat ukur ini adalah skala Likert, yaitu suatu skala yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang dapat mengekspresikan sikap atau konstruk psikologi lainnya.

Berdasarkan uji validitas aitem maka dapat ditentukan item yang valid yaitu : (a) skala motivasi berprestasi mempunyai item yang tidak valid berjumlah 3 item yaitu 2,17,dan 31 dan memiliki item yang valid berjumlah 23 item dari keseluruhan 26 item, sedangkan untuk (b) skala stress akademik memiliki 4 item yang gugur yaitu 1,3,7, dan 22. Dan memiliki item yang valid sebanyak 23 item dari keseluruhan 27 item. Berdasarkan uji reliabilitas Skala motivasi berprestasi dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan 120 responden dapat diperoleh nilai koefisien yang sebesar 0,949. Sedangkan untuk skala stress akademik dengan menggunakan 120 responden dapat diperoleh nilai koefisien yang sebesar 0,896.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dilakukan pengujian normalitas pada variabel motivasi berprestasi dan stres akademik. Hasil pengujian menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai signifikansi motivasi berprestasi sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa distribusinya tidak normal. Begitu pula, nilai signifikansi variabel stres akademik juga sebesar 0,000, yang artinya lebih kecil dari 0,05 dan distribusinya juga tidak normal. Selanjutnya, hasil pengujian linieritas menunjukkan nilai F Deviation from Linearity sebesar 3,723 dengan signifikansi 0,00. Hal ini menunjukkan bahwa signifikansi nilainya lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa korelasinya bersifat linier. Kesimpulan ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan linier atau searah antara motivasi berprestasi dan stres akademik pada siswa MA Salafiyah Tanggulangin Sidoarjo.

Berdasarkan analisis, ditemukan bahwa terdapat koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0,612 dengan signifikansi 0,000 antara motivasi berprestasi dan stres akademik. Hal ini mengindikasikan adanya hubungan negatif antara kedua variabel tersebut. Artinya, semakin tinggi motivasi berprestasi, semakin rendah stres akademik yang dialami oleh siswa. Sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi, semakin tinggi stres akademik yang dialami oleh siswa.

Tabel 1. Uji Hipotesis Correlations

			Motivasi Berprestasi	Stres Akademik
Spearman's rho	Motivasi Berprestasi	Correlation	1.000	-.612**
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	120	120
	Stres Akademik	Correlation	-.612**	1.000
		Coefficient		
Sig. (2-tailed)		.000	.	
	N	120	120	

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

sumbangan variabel X yakni motivasi berprestasi terhadap stres akademik adalah sebesar 24,5%. Hasil ini diperoleh dari R Square yaitu sebesar $0,245 \times 100\% = 24,5\%$. Hal ini berarti bahwa pengaruh motivasi berprestasi terhadap stres akademik sebesar 24,5% dan sisanya 75,5% dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 2. Sumbangan Efektif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.495 ^a	.245	.239	8.481

a. Predictors: (Constant), Motivasi Berprestasi

Berdasarkan tabel berikut, ditemukan nilai rata-rata teoritis (μ) sebesar 68,82 dan standar deviasi (σ) sebesar 16,029 untuk skala motivasi berprestasi. Sedangkan untuk skala stres akademik, nilai rata-rata teoritis (μ) sebesar 86,14 dan standar deviasi (σ) sebesar 9,719.

Tabel 3. Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Motivasi Berprestasi	120	59	43	102	68.82	16.029	256.924
Stres Akademik	120	46	62	108	86.14	9.719	94.459
Valid N (listwise)	120						

Berikut norma yang digunakan untuk mengkategorisasi pada variabel motivasi berprestasi dan stres akademik dijelaskan pada tabel di bawah ini :

Tabel 4. Kategorisasi Data

Kategori	Skor Subjek			
	Motivasi Berprestasi		Stres Akademik	
	∑ Siswa	%	∑ Siswa	%
Sangat Rendah	1	1%	4	3%
Rendah	68	57%	34	28%
Sedang	12	10%	51	43%
Tinggi	39	32%	20	17%
Sangat Tinggi	0	0%	11	9%
Total	120	100%	120	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas skor subxyjek tersebut pada skala motivasi berprestasi dapat diambil kesimpulan dari 120 siswa, diperoleh 68 siswa yang memiliki motivasi berprestasi rendah dan 1 siswa yang memiliki motivasi berprestasi yang tergolong sangat rendah, 12 siswa sedang, dan 39 siswa memiliki motivasi berprestasi yang tinggi. Kategorisasi skor subjek pada skala stress akademik dapat diambil kesimpulan dari 120 siswa, ada 11 siswa yang memiliki stress akademik sangat tinggi. 20 siswa memiliki stress akademik tinggi 51 siswa memiliki stress akademik sedang, 34 siswa memiliki stress akademik rendah, dan 4 siswa sangat rendah.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data diatas, dapat diketahui bahwa hubungan antara motivasi berprestasi dan stress akademik memiliki hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0,612$ dengan signifikansi 0,000. Hal ini berarti bahwa ada hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan stres akademik. Semakin tinggi motivasi berprestasi semakin rendah stres akademik yang dimiliki siswa, sebaliknya semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi stres akademik yang dimiliki siswa.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Karina (2021) menunjukkan hasil analisis data menggunakan korelasi product moment dengan tingkat signifikansi sebesar 0,003 ($<0,05$). Hasil ini mengindikasikan bahwa hipotesis diterima, menunjukkan adanya hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada atlet pelajar di SMA Negeri Olahraga Jawa Timur. Koefisien korelasi yang diperoleh sebesar -0,271, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi, semakin rendah stres akademik yang dialami oleh siswa.[15]

Penelitian yang dilakukan oleh Hantoro (2016) dengan judul "Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang" menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa angkatan pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Hubungan tersebut ditunjukkan oleh nilai korelasi r_{xy} sebesar -0,525 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,001$) hasil pengujian hipotesis. [3].

Penelitian ini menghasilkan temuan yang mendukung hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara motivasi berprestasi dan stres akademik pada mahasiswa angkatan pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Semakin tinggi motivasi berprestasi, semakin rendah tingkat stres akademik, sementara semakin rendah motivasi berprestasi, stres akademik cenderung meningkat pada mahasiswa angkatan pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

Kontribusi efektif motivasi berprestasi terhadap stres akademik sebesar 27,6%. Artinya, sekitar 27,6% variasi stres akademik pada mahasiswa angkatan pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang dapat dijelaskan oleh faktor motivasi berprestasi, sedangkan 72,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Motivasi berprestasi memiliki dampak terhadap stres akademik pada mahasiswa angkatan pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang melalui empat aspek, yaitu pengambilan risiko yang moderat, kebutuhan akan umpan balik yang cepat, kepuasan terhadap prestasi, dan keasyikan dalam menjalankan tugas-tugas.

Dalam penelitian ini, didapatkan bahwa sebanyak 50,5% dari partisipan memiliki tingkat motivasi berprestasi yang tinggi, yang berkontribusi terhadap penurunan stres akademik sebesar 77,2% pada kategori rendah. Hasil penelitian ini memberikan bukti bahwa motivasi berprestasi mempengaruhi tingkat stres akademik pada siswa. Dengan kata lain, semakin tinggi motivasi berprestasi, semakin rendah stres akademik yang dialami, dan sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi, semakin tinggi stres akademik yang dialami. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan negatif antara motivasi berprestasi dan stres akademik. Perlu dicatat bahwa perbedaan dalam penelitian ini adalah penggunaan subjek yang berbeda, yaitu siswa MA Salafiyah Tanggulangin Sidoarjo.

Limitasi atau keterbatasan dalam penelitian ini adalah pada subjek populasi yang terbatas pada kelompok populasi, penelitian sebaiknya dilakukan pada subjek populasi yang lebih besar. Keterbatasan dalam penelitian juga terdapat pada variabel yang diteliti, seharusnya bisa menggunakan variabel yang lain yang lebih bervariasi, seperti self efficiency. Peneliti juga tidak bisa mengecek satu persatu bagaimana siswa mengerjakan kuisioner, apakah dengan sungguh sungguh atau tidak.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan stress akademik pada siswa MA Salafiyah Tanggulangin Sidoarjo. Semakin tinggi motivasi berprestasi semakin rendah stres akademik yang dimiliki siswa, sebaliknya semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi stres akademik yang dimiliki siswa. Adapaun sumbangan efektif dari variabel X yakni motivasi berprestasi terhadap stres akademik adalah sebesar 24,5%.

B. Saran

Bagi Siswa, diharapkan untuk meningkatkan motivasi berprestasi mereka agar dapat menekan stress akademik yang tergolong tinggi tersebut. Bagi sekolah diharapkan dapat memberikan pelatihan dan pengarahan untuk siswa agar bias menekan stress akademik yang mereka alami, dengan tujuan agar motivasi berprestasi siswa menjadi lebih baik.

Bagi orang tua diharapkan mempersiapkan anaknya untuk mampu mengatasi sumber stress akademik dengan baik agar dapat membuat motivasi berprestasi mereka menjadi lebih baik. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat meneliti motivasi berprestasi diharapkan untuk menggunakan variable lain, sehingga dapat memberikan aspek yang lebih luas pada variable tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada pimpinan dan pengurus pondok pesantren Salafiyah Tanggulangin Sidoarjo, juga kepala sekolah MA Salafiyah Sidoarjo yang telah memberikan izin penelitian dan para siswa yang telah bersedia menjadi responden penelitian.

REFERENSI

- [1] N. Doktor *et al.*, "PENDIDIKAN DALAM UPAYA MEMAJUKAN TEKNOLOGI," 2013.
- [2] A. Kholijah Siregar and Mp. Dosen PIAUD, "MADRASAH SEBAGAI LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM DI INDONESIA, 2018."
- [3] H. Adhi Mulya, E. Sri Indrawati, and J. S. Soedarto Tembalang Semarang, "HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT PERTAMA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG," 2016.
- [4] M. Barseli, R. Ahmad, and I. Ifdil, "Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar," *J. Educ. J. Pendidik. Indones.*, vol. 4, no. 1, p. 40, Apr. 2018, doi: 10.29210/120182136.
- [5] N. Barselii, Mufadhal ;Ifdil, Ifdil;Nikmarijal, "Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Dikes Prov Bali tahun 2017," *J. Konseling dan Pendidik.*, vol. 5, no. 2005, pp. 143–148, 2017.
- [6] D. K. Pramesta and D. K. Dewi, "Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa di SMA X," *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 7, pp. 23–33, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41594>

- [7] M. H. Fitri and A. Kusumaningrum, "i RELATIONSHIP BETWEEN PEER SUPPORT AND ACADEMIC STRESS ON BOARDING HIGH SCHOOL STUDENTS, 2020."
- [8] J. Bimbingan, D. Konseling, F. Tarbiyah, and D. I. Keguruan, "FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES AKADEMIK MENGHADAPI KULIAH DARING PADA MAHASISWA IAIN BATUSANGKAR SKRIPSI Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Jurusan Bimbingan dan Konseling Oleh: WENDA ASMITA NIM 1730108085," 2021.
- [9] N. M. Yusuf and J. M. Yusuf, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik," *Psyche 165 J.*, pp. 235–239, 2020, doi: 10.35134/jpsy165.v13i2.84, 2020.
- [10] D. D. Sagita, D. Daharnis, and S. Syahniar, "Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa," *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling Teor. dan Prakt.*, vol. 1, no. 2, p. 43, 2017, doi: 10.26740/bikotetik.v1n2.p43-52.
- [11] F. Dakwah, U. Raden, I. Lampung, and S. A. Id, "Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam VII (II) (2017) ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERPENGARUH TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI MAHASISWA PRODI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN UIN RADEN INTAN LAMPUNG Sri Ilham Nasution", 2017.
- [12] Al-Faruq, Fathurrahman. "HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN FLOW AKADEMIK PADA ANGGOTA MENWA SATUAN 042/IB UIN SUSKA RIAU SKRIPSI, 2015."
- [13] I. Istianah, "HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DAN SELF EFFICIACY DENGAN ADVERSITY QUESTION SISWA KELAS (SMP NEGERI 2 BRANGSONG TAHUN AJARAN 2016/2017 KEC. BRANGSONG KAB. KENDAL," *Univ. negeri semarang*, vol. 1, p. 77, 2017.
- [14] F. Yusup Program Studi Tadris Biologi and F. Tarbiyah dan Keguruan, "UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS INSTRUMEN PENELITIAN KUANTITATIF," *Januari-Juni*, vol. 7, no. 1, pp. 17–23, 2018.
- [15] T. A. Karina and M. Jannah, "Hubungan antara Motivasi Berprestasi dengan Stres Akademik pada Atlet Pelajar di SMA Negeri Olahraga Jawa Timur," *Jurursan Psikologi, Fak. Ilmu Pendidikan, UNESA*, vol. 8, no. 4, pp. 1–10, 2021.

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.