

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Telaah Pustaka**

##### **1. Konsep Stress Akademik**

###### **a. Pengertian**

Suatu keadaan pada mental seseorang yang mengalami tekanan karena tuntutan dari akademiknya yang sangat banyak yang berefek negatif dimentalnya dan juga dikesehatannya secara fisik yang berimbas kepada hasil akademiknya itu sendiri (Kohn and Frazer's. 1986).

Pengertian lainnya adalah suatu tanggapan dari kondisi akademis seseorang ataupun respon yang dialami seorang siswa akibat dari reaksinya terhadap perilakunya dikognitifnya, difisiknya, dan dipikirannya yang muncul secara negatif akibat akademiknya yang menuntut agar dia mampu menyelesaikan tugasnya. Sun, Dunne, & Hou (2012) Menjabarkan bahwa di lingkup akademik bisa mengalami stressor yang diidentifikasi dengan tekanan belajar yang harus optimal baik itu dari gurunya maupun dari orang tuanya dengan beban tugas yang diberikan sangat banyak, nilai Academy yang dituntut harus baik, harapan diri yang cukup berlebihan dan keputusasaan namanya terhadap apakah dia akan mendapatkan prestasi dari akademiknya.

Agnihstri (2018) menuturkan bahwa stress akademik tersebut merupakan tekanan yang didapatkan oleh seorang siswa berhubungan dengan ditemukannya kegagalan dari hasil akademiknya dimana ketidakmampuannya dalam menjawab pertanyaan dikelas, menunjukkan dirinya dikelas, serta mampu memahami apa yang diajarkan oleh gurunya, bersaing secara akademik dengan teman sekelasnya, mampu memenuhi harapan gurunya serta orangtuanya. Ketidakseimbangan itu menjadikannya merasa terbebani karena berbagai tuntutan yang harus dipenuhinya. Hal inilah yang menjadi penurunan motivasinya untuk belajar secara optimal.

b. Aspek Stress Akademik

Menurut Sun et al., 2012, terdiri dari lima aspek, yaitu :

1) Ekspektasi diri

Hal ini sangat terkait dengan kemampuan dari siswa itu sendiri dalam melihat masa depannya, pada siswa yang mendapatkan stres akademik ini dia tidak bisa memperoleh apa yang diinginkannya.

2) Keputusasaan

Merupakan suatu rasa putus asa di dalam dirinya ketika dia tidak mampu mengikuti pelajaran dan menyelesaikan tugas yang diberikan dan akan menjadikannya frustrasi dan tekanan dimentalnya sendiri karena tidak mampu menyelesaikan apa yang menjadi tanggung jawabnya.

### 3) Tekanan Belajar

Dalam proses belajar yang dilakukan di sekolah maupun di rumah seorang siswa memiliki target menyelesaikan tugasnya tersebut namun jika fasilitas kurang mendukung atau lingkungannya tidak kondusif sedangkan persaingan antar teman dikelasnya semakin tinggi menyebabkannya merasa tertekan.

### 4) Kekhawatiran terhadap nilai

Nilai merupakan hal yang penting bagi seorang siswa yang ingin akademiknya baik akan tetapi jika dia tidak mencapai apa yang diharapkan maka dia mengalami stres akademik.

### 5) Beban Tugas

Ketidaksanggupan mengerjakan tugas yang diberikan atau malah bingung dikarenakan tidak paham dengan apa yang harus diselesaikannya maka siswa ini akan menganggap bahwa tugas tersebut adalah beban.

## c. Faktor yang Mempengaruhi Stress Akademik

Diakibatkan oleh dua faktor yaitu eksternal dan internal (Alvin, 2007).

### 1) Faktor internal yang menyebabkan stres akademik, yaitu:

#### a) Pola pikir

Ketidakmampuan dalam berpikir dikarenakan tidak bisa memecahkan permasalahan tugas yang dihadapinya.

b) Kepribadian

Setiap Siswa memiliki pribadi yang pastinya Berbeda sehingga caranya menyikapi stres pun tidak sama dan di tingkat stres akan lebih rendah kepada orang yang pesimis dalam menghadapi masalah.

c) Keyakinan

Keberhasilan seorang siswa sangat ditentukan dari di keyakinan atau kepercayaannya terhadap kemampuan dirinya sendiri. namun masih banyak siswa yang tidak memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya dimana merasa seolah-olah dia tidak mampu melakukannya.

2) Faktor eksternal

a) Pelajaran lebih padat

Dikurikulumnya dan disistem pendidikannya yang berubah menjadi lebih padat dan berat.

b) Banyaknya kegiatan yang ingin dilakukan tetapi waktu terbatas

Aktivitas menjadi terhalang dikarenakan tugas baik yang banyak diberikan oleh guru menyebabkan perilakusiswa menjadi berubah seperti lebih banyak diam, kurang bersemangat dalam mengerjakan tugasnya sehingga bisa menimbulkan stres dalam dirinya.

c) Tekanan untuk berprestasi tinggi.

Tuntutan untuk mendapatkan nilai yang baik dari orang tua dan gurunya menyebabkan mereka semakin tertekan.

d) Dorongan meniti tangga sosial.

Saat ini seseorang dipandang berdasarkan dengan status pendidikan sosial masyarakat cenderung akan lebih hormat kepada mereka yang memiliki tingkat pendidikan formal yang tinggi karena dianggap lebih pintar terlebih lagi jika nilai akademiknya tinggi, dan hal ini terjadi. Sebaliknya apabila siswa tersebut tidak berprestasi maka dianggap anak yang pemalas dan masyarakat cenderung untuk mengabaikannya.

d. Pengukuran Stres Akademik

Ada beberapa alat ukurnya adalah :

- 1) *The Student Stress Survey* (SSS), dibuat ross et al, (2008) terdiri atas 40 butir dan diukurnya dengan 4 kategori stresnya.
- 2) *Accademic Stress Scale* (ASS), oleh (Kohn & Frazer, 1986) sebanyak 40 item dengan 3 subskala yakni fisiknya, dipsikologis, dan psikososialnya.
- 3) *Perception of Academic Stres Scale* (PAS) menurut Bedewy dan Gabriel (2015), skalanya ada 18 soal, atas dasar ditiga aspeknya yaitu, diekspektasi akademiknya

(empat item), tuntutan perkuliahan dan ujiannya (delapan item), serta persepsi diri akademik mahasiswanya (enam item).

- 4) *Edducational Stress Scale for Adolescents* (ESSA), dari Sun et al., (2011), terdiri di 16 itemnya.
- 5) *Gadzella's Student-Life Stress Inventory* (1991), sejumlah 51 pernyataan diformat respon berupa skala jenis linkert.

Dipenelitian ini, pada stres akademiknya dimahasiswa akan diukur melalui skalanya yang diadaptasinya dari *Edducational Stress Scale for Adolescentsnya* (ESSA) dengan 16 itemnya untuk diketahuinya persepsi dimahasiswa terhadap stresnya yang akademik atau diukurnya seberapa dalamkah stres yang dialami oleh mahasiswanya serta menilai kondisinya saat ini.

## **2. Konsep Motivasi Belajar**

### **a. Pengertian**

Didalam bahasa Inggris pengertiannya adalah gerakan atau sesuatu yang bergerak. Mc.Donald, menjabarkan bahwa ada sesuatu yang merubah energi di dalam tubuh seseorang dengan munculnya suatu rasa yang didahului pada tanggapannya akan suatu tujuan (Sardiman, 2014).

semangat untuk termotivasi dalam belajar adalah hal yang saling mempengaruhi dikarenakan motivasi itu sendiri merupakan suatu dorongan keinginan dan juga kemauan yang

ada di dalam dirinya yang menurut Purwanto di tahun 2014 bahwa pendorong sangat diperlukan oleh seseorang dalam usahanya untuk mencapai sesuatu yang diinginkannya.

Motivasi untuk belajar dipengaruhi secara intrinsik dan juga ekstrinsik. Pada motivasi secara internal dimana seseorang untuk mencapai tujuannya karena memang merasa senang didalam dirinya. sedangkan yang berasal dari luar di mana termotivasi dikarenakan adanya imbalan yang akan didapatnya ataupun hukuman jika tidak melaksanakannya (Rucker J, 2012).

Dorongan yang berasal dari luar dan juga dalam dirinya tersebut akan membuat perilakunya berubah yang pada umumnya diperubahan ini dipengaruhi oleh unsur-unsur yang mendukung (Uno, 2013).

b. Fungsi Motivasi Belajar

Pada siswa yang termotivasi dalam belajar bisa sangat membantu gurunya karena membuat mahasiswa menjadi cepat paham dengan apa yang disampaikan. Didalam diri Seorang siswa akan menjadi diri yang positif jika memiliki motivasi di kegiatan belajarnya dengan benar. hal-hal yang berperan penting dimotivasi belajarnya dalam proses dipembelajarannya yakni :

- 1) Menjadikan semangat belajar lebih baik.
- 2) Motivasi bisa menjadikan seseorang memilih jenis kegiatan

yang diinginkannya.

- 3) Sebagai petunjuk untuk tingkah lakunya (Kompri, 2016) kegi aku semakin membuat motif siswa siswa nya dek sang berperan untuk lebih bergairah, bersama bersemangat, dan tugas dan menjadikannya lebih berenergi dalam menyelesaikan tugas yang diberikan dan hasilnya pun akan memuaskan namun terkadang motivasi didalam belajar bisa menjadi turun hal ini berimbas kepada kualitas dan kuantitas dihasil belajarnya.

Pernyataan atau pendapat lainnya adalah motivasi belajar dengan baik maka hasilnya pun akan Lebih memuaskan, dampak dari motivasi itu sendiri adalah sebagai pendorong dalam mencapai prestasinya. usaha yang dilakukan tidak akan lepas dari rasa semangat. dengan kata lain jika dilakukan secara tekun dan didasari atas dasar motivasi yang benar maka akan melahirkan prestasi yang baik pula. Untuk itu dikatakan intensitas didalam belajar seseorang tidak lepas dari motivasi yang dimilikinya (Sardiman, 2014).

Belajar seorang mahasiswa digerakkan oleh motivasi yang ada di dalam dirinya. Karena bisa menjadi pemicu untuk memperoleh nilai yang lebih baik. Jika hal ini dikembangkan secara tepat maka akan berdampak kepadanilainya menjadi lebih baik hal. Sebaliknya juga bisa terjadi jika tidak benar dalam perkembangannya maka nilai yang didapatkan akan



menjadi tidak memuaskan.

c. Komponen Motivasi Belajar

Menurut (Yunas & Rachmawati, 2018) terdapat 3 komponennya motivasi belajarnya, yaitu :

1) Komponen nilai (value component)

Menjelaskan mengenai yakinnya seseorang tentang tugas yang diberikan oleh gurunya adalah sesuatu yang penting sehingga harus diselesaikan dengan baik. apabila hal ini terselesaikan secara tuntas maka bobot dipenilaian hasilnya akan menunjukkan keoptimalan. Sehingga siswa tersebut mempunyai alasan bahwa tugas yang diberikan kepadanya mampu diselesaikannya dengan baik.

2) Komponen harapan (expectancy component)

Komponen ini memberikan penjelasan tentang suatu keyakinan dari individunya terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugasnya. Dalam hal ini siswa memiliki kecenderungan bisa mempertahankan dan menyelesaikan tugasnya dan jika dia tidak mampu maka tugasnya tidak akan terselesaikan dengan maksimal.

3) Komponen afektif.

Adalah rasa emosionalnya dalam menyelesaikan tugas dari pendidiknya. Pengalamannya ini menjadikannya bisa mengantisipasi dan menentukan sikapnya secara positif bahkan bisa saja menjadi negatif dikondisi tertentu.

d. Faktor yang mempengaruhi motivasi belajar

1) Internal

Menurut moslem et al (2019), Sumbernya adalah dari dalam dirinya seperti dikondisi jasmani dan juga dirohaninya, Selain itu adalah terhadap cita-cita yang diinginkannya dan kemampuan niat menerima pelajarannya. contohnya adalah saat seorang siswa dalam kondisi sakit perhatiannya terhadap belajar menurun (Kompri, 2016).

2) Ekstrenal

Faktor yang berasal dari luar diri siswa. hal ini merupakan unsur yang dinamis didalam belajarnya dan upaya seorang pengajar dalam mengelola kelasnya itu sendiri (Moslem et al, 2019). contoh dari luar adalah lingkungan alamnya, ditempat tinggalnya, pergaulannya dengan sebaya, dan dikehidupannya bermasyarakat (Kompri, 2016). Keterkaitan hal ini dengan pembelajaran adalah motivasinya untuk belajar, lingkungannya yang sehat selama hidupnya yang rukun pergaulan yang tertib, amannya lingkungan, serta keindahannya (Darsono, 2000).

e. Pengukuran Motivasi Belajar

Alat ukur dimotivasi belajarnya, antara lain adalah :

- 1) Tuan et al.(2005), Dikembangkannya suatu alat untuk menilai motivasi belajar pada ilmu sains yang jenisnya adalah kuisisioner dengan judul "*students' motivation towardsscience learning*" dalam kuis ini memiliki efek yaitu keyakinan terhadap kemampuan dirinya, menciptakan strategi untuk belajarnya, nilai hasil dari belajarnya, tujuan dari hasil kinerjanya, serta prestasi yang ingin dicapainya, serta bagaimana lingkungan dari luar mampu merangsang untuk belajar lebih baik lagi.
- 2) *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ). Instrumen ini dikembangkan di tahun 1991 oleh pintrich dan kawan-kawan yang yang memiliki dua bagian utama yaitu motivasinya dan strategi dibelajarnya. Skala yang digunakan adalah like dari 1 - 7.
- 3) Mubeen dan Reid (2006), Memberikan penilaian motivasi belajar menggunakan instrumen yang mencakup motivasi secara intrinsik yang berisi tentang hubungan di individunya sendiri, keyakinannya dalam mengembangkannya, kegelisahan yang dirasakan, kemampuan determinasi diri serta motivasinya untuk karir dan pendidikannya fisik.

Di penelitian ini, peneliti memakai alat ukur menggunakan

MSLQ Yang telah diterjemahkan oleh Anwar pada tahun 2013 untuk mengukur motivasi dan di strategi belajarnya pada dicollaborative learningnya dan diproblem-based dilearningdi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Hassanuddin.

### **3. Konsep Mahasiswa**

#### **a. Definisi**

Yaitu seseorang yang telah terdaftar di institusi pendidikan dalam proses pengembangan ilmu dan sedang dijalani proses pendidikannya Di perguruan tinggi berupa di Akademi, Politeknik, disekolah tinggi, ataupun di Institut dan universitas (Hartaji, 2012).

Dikamus bahasa Indonesia di tahun 2014 menjabarkan bahwa seorang mahasiswa yang belajar diperguruan tinggi. secara perspektif psikologi, mahasiswa ini berada ditahap perkembangan adalah remaja akhir yaitu diusia 18-21 tahun dan 22-24 tahun Yang mana dimasa ini adalah fase peralihan dari remaja akhir kedewasa awal (Ismiati, 2015).

Secara umum dapat diartikan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang belajar dibangku perkuliahan dengan jurusan yang sesuai dengan keinginannya yang didalamnya besar pengembangan bakatnya. Bahwa hal ini menggambarkan dengan llinier dan lebih spesifik dipemilihan keilmuannya maka akan menjadil lebih baik dibidangnya (Zamhari, 2016).

b. Peran dan fungsi mahasiswa

Sora N (2014), menjelaskan bahwa :

1) Sebagai Iron Stock

Hal ini dimaknai dimana seorang mahasiswa kelak akan menjadi seorang pemimpin.

2) Agent Of Change

Seorang mahasiswa dituntut sebagai orang yang bertanggung jawab terhadap perubahan yang terjadi. Diartikan bahwa jika ada sesuatu salah dilingkungan itu maka mahasiswa itu dianggap orang yang bertanggung jawab terhadap kesalahan tersebut.

3) Social Control

Pengontrolan terhadap kondisi sosial diharapkan mampu diselesaikan oleh mahasiswa yang berada dilingkungan tersebut. Jadi selain pintar seorang mahasiswa juga diharapkan mampu bersosialisasi dengan baik.

4) Moral Force

Tuntutan lainnya seorang mahasiswa adalah menjaga moral disekitarnya apabila tidak bisa menjaganya maka dia wajib untuk merubah dan meluruskannya sesuai apa yang diharapkan oleh masyarakat.

#### 4. Konsep Pembelajaran Daring

##### a. Definisi

Suatu pemanfaatan jaringan internet untuk pembelajarannya dimana hal ini peserta didiknya dapat memiliki kekuasaan diwaktu belajarnya karena dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun. Di jenis ini adalah inovasi pendidikan dan merupakan tantangan akan ketersediaan sumber belajar yang lebih variasi (Nugraha et al., 2020).

##### b. Karakteristik pembelajaran daring

Dikarakteristiknya ini adalah acuannya untuk capaian yang harus diperolehnya yaitu :

- 1) Mampu dibangunnya dan diciptakannya pengetahuan dengan lebih mandiri
- 2) Saling berkolaborasi untuk menyelesaikan permasalahan yang ada
- 3) Terbentuknya suatu komunitas antar pelajar
- 4) Dimanfaatkannya internet yang bisa digunakan untuk proses pembelajarannya baik dikelas, secara virtual maupun kelas digitalnya.
- 5) Adanya Interaktivitasnya, dikemandirian, diaksesibilitas, dan pengayaannya (Isman, 2017).

c. Kelebihan dan kekurangan pembelajaran daring

1) Kelebihannya

Lebih terpusat, adanya kemandirian terhadap waktu, lokasi bisa dimana saja, biaya terjangkau serta kelimuannya lebih luas yang didapatkan.

2) Kekurangan

Umpan baliknya lebih lambat, bahkan perlu waktu lama dalam merespon hasil belajarnya, sering menimbulkan ketidaknyamanan, kecemasan bahkan kebingungan (Andrianto Pangondian et al., 2019)

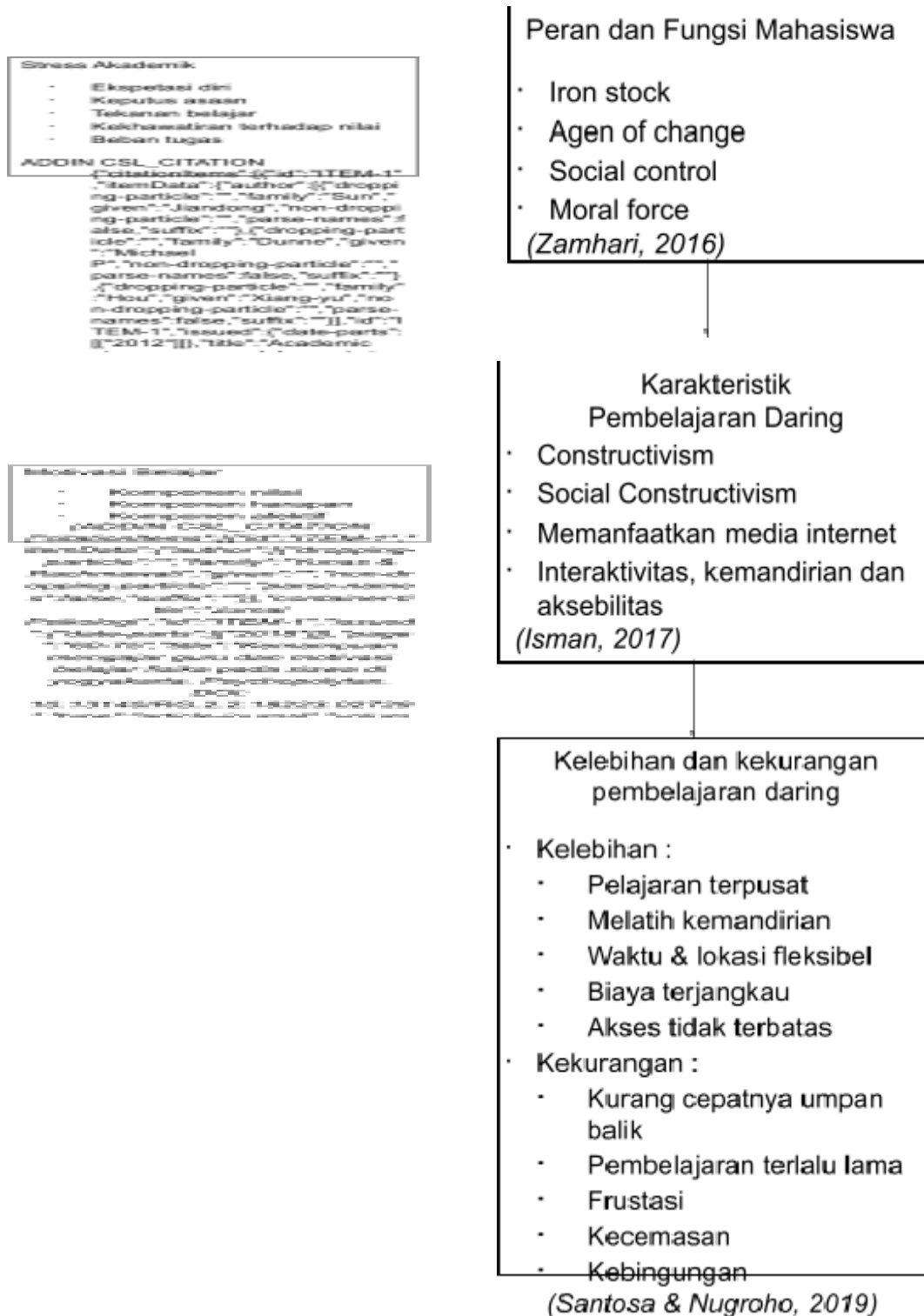
## B. Penelitian Terkait

1. Pratama & Prihatiningsih, (2014) tentang Hubungan Motivasi Akademik Dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Semester VI Stikes AISYIYAH Yogyakarta dengan metode pendekatan *Cross sectional* dengan melibatkan seluruh mahasiswa STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. sampelnya ada 141 orang dengan teknik *accidental sampling* didapatkannya 135 mahasiswa. Hasilnya sebagian besar motivasinya rendah yaitu ada 23 responden (17%), untuk yang tinggi sebanyak 21 orang (15,6%). Untuk analisisnya adanya hubungan yang signifikan diantara motivasi akademiknya dengan ditingkat stres akademiknya ( $p < 0,05 < 0,047$ ).

2. Fauziah et al., (2017), judulnya Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Minat Belajar Siswa Kelas IV SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang. Bermetode kuantitatif korelasi, pada siswa SD kelas IV sebesar 54. Data dikumpulkan secara diobservasi, diwawancara dan angketnya. Kesimpulan yang dihasilkan adalah adanya hubungan yang signifikan dimotivasi belajar dengan diminat belajarnya yakni  $0,889 > r \text{ table } 0,264$  atau  $0,89 > 0,264$  dengan tingkat hubungan yang sangat kuat, hubungan yang positif dan dikoefisien determinasinya yakni  $0,889 \times 0,889 \times 100 = 0,791\%$ .
3. Puspitha et al., (2018), yaitu Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Pendekatannya adalah *Cross sectional* dengan melibatkan 240 responden. Hasilnya terbanyak adalah stres sedang (37,7%). berat ada 11%. Pada motivasi terbesarnya dimotivasi yang tinggi (62,3%). Secara bivariat diuji *chi square*nya yaitu adanya hubungan yang bermakna diantara stresnya terhadap dimotivasi belajarnya di P valuenya  $P=0,19$  ( $P<0,05$ ).



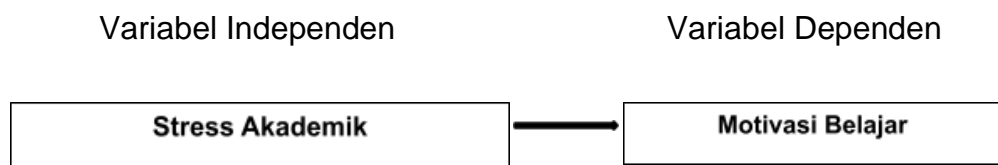
### C. Kerangka Teori Penelitian



Gambar 2.1 Kerangka Teori

#### D. Kerangka Konsep Penelitian

Adalah uraian dan visualisasi dipenelitian yang memiliki keterkaitan dengan konsep yang diamati dan dilakukan pengukurannya (Notoatmodjo,2012).



Gambar 2.2 Bagan Kerangka Konsep Penelitian

#### E. Hipotesis Penelitian

Merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan (Sugiyono, 2018).

H<sub>0</sub> : Tidak Ada Hubungannya diantara Stress Akademiknya dengan dimotivasi Belajarnya pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di kota samarinda.

H<sub>a</sub> : Ada Hubungan Antara Distress Akademik dengan Motivasinya dalam pembelajaran dimahasiswa keperawatan tingkat akhir di kota samarinda