BAB 5

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

5.1 Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan stres dan *coping* terhadap motivasi belajar mahasiswa Psikologi yang bekerja di UBP Karawang. Berdasarkan tujuan penelitian, maka uji hipotesis yang digunakan adalah uji korelasi bivariat *pearson product moment* dengan bantuan program pengolahan data statistik SPSS versi 23 *for windows*.

1. Hubungan Stres terhadap Motivasi Belajar

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan yang rendah dengan arah hubungan negatif antara stres terhadap motivasi belajar. Dimana semakin rendah stres maka semakin tinggi motivasi belajar, dan semakin tinggi stres maka semakin rendah motivasi belajar. Hal ini diketahui dari hasil uji korelasi yang memperoleh nilai signifikansi (p) 0,006 dengan koefisien korelasi (r) sebesar -0,268.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Priyoto (2014) bahwa stres yang berat sering membuat penderitanya menjadi tidak aktif mengikuti kegiatan pembelajaran. Dengan demikian efek stres erat kaitannya dengan motivasi belajar. Menurut Khodijah (2016) motivasi belajar memiliki peran dalam penumbuhan gairah, perasaan dan semangat untuk belajar. Motivasi belajar adalah dorongan yang menjadi penggerak dalam diri seseorang untuk

melakukan sesuatu dan mencapai suatu tujuan yaitu untuk mencapai prestasi. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yulia Puji Sulistyani pada tahun 2015 yang memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat motivasi belajar pada anak remaja di SMPIT Al Kahfi (*p value 0,006*).

2. Hubungan *Coping Stress* terhadap Motivasi Belajar

Hasil penelitian pada variabel *coping stress* dimensi *problem focused coping* terhadap motivasi belajar memperoleh nilai signifikansi sebesar (*p*) 0,001 kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (r_{xy}) 0,326 yang berarti terdapat hubungan yang rendah antara variabel *coping stress* dimensi *problem focused coping* terhadap motivasi belajar dengan arah hubungan yang searah (positif), dimana semakin efektif *problem focused coping* maka semakin tinggi motivasi belajar dan semakin tidak efektif *problem focused coping* maka semakin rendah motivasi belajar.

Hasil penelitian pada dimensi *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar memperoleh nilai signifikansi (*p*) sebesar 0,001 dan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,318. Dengan begitu terdapat hubungan antara *coping stress* dimensi *emotion focused coping* terhadap motivasi belajar dengan arah hubungan yang searah (positif), dimana semakin efektif *emotion focused coping* maka semakin tinggi motivasi belajar dan semakin tidak efektif *emotion focused coping* maka semakin rendah motivasi belajar.

Hasil penelitian ini sesuai dengan yang dikatakan Pajares (Sentani) bahwa tingkat stres dan *coping* merupakan faktor yang menentukan bagaimana mahasiswa akan merespon terhadap tugas kuliah. Menurut Davison, dkk (2014) *coping stress* merupakan bagaimana orang berupaya mengatasi masalah atau menangani emosi yang umumnya negatif yang ditimbulkan oleh stres. Dengan demikian, ketika mahasiswa menggunakan *coping* yang sesuai dengan situasi yang sedang dihadapi maka hal tersebut dapat mengurangi efek stres sehingga akan membuat motivasi belajar mahasiswa dapat stabil. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nailul Fauziah, dkk pada tahun 2015 yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan strategi coping dan prestasi akademik dengan r hitung $0,811 > r$ tabel $0,306$. Dimana prestasi akademik adalah manifestasi dari motivasi belajar.

3. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Pada uji koefisien determinasi (R^2) diketahui variabel stres memberikan sumbangan pengaruh sebesar 7,1 % terhadap variabel motivasi belajar, sementara sisanya 92,8 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa variabel stres hanya memberikan sedikit sumbangan pengaruh terhadap variabel motivasi belajar. Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi motivasi belajar menurut Suryabrata (2015) yaitu faktor nonsosial seperti keadaan suhu,

cuaca, waktu (pagi, siang atau malam), kemudian faktor fisiologis seperti kelelahan fisik dan kesehatan panca indra. Bagi mahasiswa yang bekerja selain kelelahan fisik yang mereka rasakan ditambah harus sering mengikuti kuliah di malam hari memiliki kemungkinan untuk menjadi faktor yang lebih mempengaruhi motivasi belajar selain stres. Selain itu, faktor psikologis seperti tingkat kecerdasan (inteligensi) dan minat juga turut mempengaruhi motivasi belajar individu (Muhibbin, 2015).

Uji koefisien determinasi (R^2) variabel *coping stress* pada dimensi *problem focused coping* memberikan persentase pengaruh sebesar 10,6 % terhadap variabel motivasi belajar, sementara sisanya 89,4 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selanjutnya pada dimensi *emotion focused coping* memberikan persentase pengaruh sebesar 10,1 % terhadap variabel motivasi belajar dan sisanya 89,9 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa variabel *coping stress* pada tiap dimensi hanya memberikan sedikit pengaruh terhadap motivasi belajar.

Menurut Cole & Field (Yulia Puji Sulistyani, 2015) salah satu faktor lain yang dapat mempengaruhi motivasi belajar adalah resiliensi. Mahasiswa Psikologi yang bekerja sudah terbiasa mengalami situasi yang penuh tekanan dalam dunia pekerjaan, terlebih lagi pengetahuan mereka mengenai ilmu psikologi membuat mereka menjadi lebih tahu bagaimana cara yang efektif untuk digunakan saat sedang menghadapi situasi yang penuh tekanan.

Menurut Lazarus & Folkman (2011) beberapa aspek kehidupan dapat mengurangi potensi *stressor* untuk berkembang dan membantu individu dalam mengatasi stres salah satunya adalah dengan meningkatkan dukungan sosial. Dukungan sosial tidak hanya membantu setelah stres muncul tapi juga membantu mencegah munculnya stres. Mahasiswa yang bekerja lebih banyak melakukan interaksi sosial dengan orang lain entah itu dilingkungan kerja, dilingkungan kuliah, ataupun dilingkungan pertemanan, dengan begitu mereka lebih banyak merasakan dukungan sosial serta tidak merasa harus melewati masa sulit sendirian.

4. Hasil Uji Kategorisasi

Hasil kategorisasi pada variabel stres diketahui bahwa responden lebih banyak mengalami stres pada tingkat sedang, yaitu sebanyak 78 atau setara dengan 74,3 % responden .

Berdasarkan hasil kategorisasi pada skala *coping stress* diketahui sebanyak 54 atau 51,4 % responden dalam penelitian ini lebih dominan menggunakan *coping* yang berfokus pada masalah atau *problem focused coping*. Kemudian sebanyak 51 atau 48,6 % responden lebih dominan menggunakan *coping* yang berfokus pada emosi atau *emotion focused coping*. Menurut Lazarus & Folkman (2011) tidak ada individu yang hanya menggunakan satu strategi *coping* untuk menghadapi *stressor*, individu biasanya melibatkan kombinasi dari kedua strategi ini. Namun individu

cenderung akan menggunakan strategi coping yang sama seperti yang pernah digunakan di masa lalu.

Hasil kategorisasi pada skala motivasi belajar diketahui lebih banyak responden yang memiliki motivasi belajar pada kategori sedang, hal ini dapat dilihat dari frekuensi dalam kategori sedang yang memiliki jumlah responden 78 orang atau setara dengan 74,3 % responden.

5.2 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan:

1. Ada hubungan yang rendah antara stres terhadap motivasi belajar mahasiswa Program Studi Psikologi yang bekerja di UBP Karawang yang diketahui dari perolehan nilai signifikansi (p) 0,006 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,268.
2. Ada hubungan yang rendah antara *coping stress* terhadap motivasi belajar mahasiswa Program Studi Psikologi yang bekerja di UBP Karawang yang diketahui dari perolehan nilai signifikansi (p) sebesar 0,001 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,326 pada dimensi *problem focused coping*. Kemudian pada dimensi *emotion focused coping* memperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,001 dan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,318.

5.3 Saran

Adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti berdasarkan penelitian yang telah dilakukan adalah:

1. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melaksanakan penelitian dengan topik yang sama agar melakukan penelitian lanjutan yaitu mengaitkan motivasi belajar dengan variabel lain yang mungkin lebih memiliki hubungan dan pengaruh yang nyata. Selain itu, keterbatasan penelitian ini adalah hasil penelitian yang hanya dapat digeneralisasikan secara terbatas pada mahasiswa Program Studi Psikologi angkatan 2015, 2016 dan 2017 oleh karena itu pada peneliti selanjutnya diharapkan agar mengambil wilayah penelitian yang lebih luas agar memperoleh data yang lebih kaya serta agar dapat mengeneralisasikannya pada populasi yang lebih besar.
2. Bagi institusi terkait, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk membentuk pusat bimbingan konseling/*student support centre* dalam rangka mengantisipasi mahasiswa agar tidak mengalami stres yang berlebihan, khususnya mahasiswa yang bekerja.