

Hubungan antara Stres Akademik dan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Pasca Pandemi COVID-19

The Relationship between Academic Stress and Family Support with Student Learning Motivation after the COVID-19 Pandemic

Hajjy Ar Rachma Prawiranegara^{1*}, Arista Adi Nugroho¹

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Indonesia

[*hajjyarrachma@gmail.com](mailto:hajjyarrachma@gmail.com), ristaking@gmail.com

Abstract. *The COVID-19 pandemic has changed lecture teaching and learning methods from offline to online. This change has decreased students' learning motivation. One of the contributing factors is academic stress. So that students need family support so that they do not experience stress and their learning motivation is maintained. This study aimed to determine whether there was a relationship between academic stress and family support and student's learning motivation after the COVID-19 pandemic. Using a purposive sampling technique, this study succeeded in collecting 108 research subjects who filled out three scales: the MSLQ scale with aspects from Duncan and McKeachie ($\alpha = 0.823$), the DASS-42 scale with aspects from Mumpuni and Wulandari ($\alpha = 0.934$), and the FSS scale with aspects from Friedman ($\alpha = 0.917$). The simultaneous F-test data analysis found that the null hypothesis was rejected, and the alternative hypothesis was accepted ($F_{count} > F_{table}$, $15.112 > 2.69$). The two independent variables have a significant and entirely meaningful or moderate relationship ($r = 0.473$) with the dependent variable. Researchers concluded a significant relationship exists between academic stress and family support and learning motivation in students after the COVID-19 pandemic.*

Keywords: *academic stress; college student; family support; learning motivation*

Abstrak. Pandemi COVID-19 membuat perubahan dalam metode belajar-mengajar di perkuliahan dari yang biasanya luring menjadi daring. Perubahan tersebut membuat motivasi belajar mahasiswa menurun. Salah satu faktor penyebabnya yaitu stres akademik. Sehingga mahasiswa membutuhkan dukungan keluarga agar dirinya tidak mengalami stres dan motivasi belajarnya tetap terjaga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar mahasiswa pasca pandemi COVID-19. Menggunakan teknik sampling *purposive sampling*, penelitian ini berhasil mengumpulkan 108 subjek penelitian yang mengisi tiga skala: skala MSLQ dengan aspek dari Duncan dan McKeachie ($\alpha = 0,823$), skala DASS-42 dengan aspek dari Mumpuni dan Wulandari ($\alpha = 0,934$), serta skala FSS dengan aspek dari Friedman ($\alpha = 0,917$). Hasil analisis data uji simultan F ditemukan hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima ($F_{hitung} > F_{tabel}$, $15,112 > 2,69$). Kedua variabel bebas memiliki hubungan yang signifikan dan cukup berarti atau sedang ($r=0,473$) dengan variabel terikatnya. Peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar pada mahasiswa pasca pandemi COVID-19.

Kata Kunci: dukungan keluarga; mahasiswa; motivasi belajar; stres akademik

Pendahuluan

Diberlakukannya PSBB di Indonesia memberikan banyaknya perubahan pada kehidupan masyarakat Indonesia, khususnya pada mahasiswa. Pembatasan akses fasilitas-fasilitas pendidikan seperti kampus membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam menjalankan kegiatan belajar-mengajar seperti biasanya. Namun, pemerintah juga menginginkan agar proses pendidikan di Indonesia tetap berjalan lancar dalam kondisi pandemi sekalipun. Hingga pada pertengahan akhir bulan Maret 2020, pemerintah sesegera mungkin menghimbau kepada seluruh fasilitas pendidikan Indonesia untuk melanjutkan proses pendidikan namun dengan metode belajar yang berbeda, yaitu dengan metode belajar secara daring.

Perubahan metode belajar ini memberikan suatu dampak tersendiri kepada mahasiswa, salah satunya pada motivasi belajarnya. Santrock (2007) mendefinisikan motivasi sebagai suatu proses di mana terdapat suatu perasaan yang memberikan semangat, menunjukkan arah, dan meningkatkan kegigihan perilaku pada seorang individu. Perilaku yang penuh dengan energi, memiliki arah yang jelas, serta sanggup dipertahankan dalam jangka waktu yang cukup lama merupakan bentuk perilaku yang dapat diasumsikan memiliki motivasi di dalamnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar merupakan suatu energi penggerak yang dimiliki dan tersedia di dalam diri individu agar dirinya melakukan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar tersebut dengan baik dan lancar, serta mengarahkan dengan jelas kegiatan belajar tersebut agar tujuan yang dikehendaki oleh individu tersebut dapat dicapai dengan baik.

Analisis yang dilakukan oleh Febrianti (2021) menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 mempengaruhi naik-turunnya motivasi belajar pada mahasiswa, di mana motivasi belajar mahasiswa mengalami penurunan sejak pandemi COVID-19 muncul di Indonesia. Kesulitan dalam bertemu dan bertatap muka dengan teman maupun dosen merupakan permasalahan yang dikenyam oleh seluruh mahasiswa di Indonesia. Tanaputra (dalam Abbas & Erlyani, 2020) menyatakan bahwa kondisi di masa pandemi COVID-19 ini merupakan kondisi yang tidak memberikan rasa nyaman bagi mahasiswa, sehingga menyebabkan banyak mahasiswa yang kehilangan motivasi belajar selama pandemi COVID-19. Motivasi belajar merupakan syarat mutlak dalam belajar, sehingga kegiatan belajar tidak dapat dilakukan dengan baik apabila motivasi belajar tidak terdapat dalam diri mahasiswa (Puspitasari, 2013).

Peneliti telah melakukan survei pendahuluan pada tanggal 24 Desember 2020 terkait motivasi belajar menggunakan *google form* dan dikirimkan melalui media *whatsapp*. Jumlah pertanyaan ada sembilan dan berupa *open-ended question* yang dilakukan seperti sedang melakukan wawancara. Terdapat 24 responden mahasiswa yang berumur sekitar 18-24 tahun dari beberapa jurusan yang berbeda-beda. Berdasarkan hasil survei yang telah dilakukan tersebut, 75% mahasiswa memberikan jawaban bahwa dirinya mengalami penurunan motivasi belajar selama pandemi COVID-19 berlangsung. Sedangkan sisanya, yaitu sekitar 25% mahasiswa,

menjawab bahwa dirinya merasa biasa saja, tidak menurun maupun tidak meningkat. Mayoritas menjawab bahwa alasan penurunan motivasi belajar dikarenakan kegiatan kuliah daring itu sendiri, di mana tugas yang diberikan terlalu banyak, perasaan bosan berada di rumah terus, tidak dapat berinteraksi dengan teman sebaya maupun dengan dosen secara langsung atau tatap muka, dan lain sebagainya. Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa fenomena penurunan motivasi belajar pada mahasiswa memang benar terjadi.

Salah satu penyebab menurunnya motivasi belajar pada mahasiswa yaitu stres akademik. Sujadi (2021) menemukan adanya hubungan negatif antara stres akademik dengan motivasi belajar pada mahasiswa yang mengikuti kelas daring selama pandemi COVID-19. Dalam penelitian tersebut, semakin tinggi stres akademik yang dialami oleh mahasiswa maka motivasi belajar mahasiswa juga mengalami penurunan. Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, Puspitha dkk. (2018) juga menemukan hasil serupa di mana apabila tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa tinggi maka motivasi belajar mahasiswa tersebut menjadi rendah; dengan kontribusi stres terbesar disebabkan oleh permasalahan akademik. Lebih lanjut, Muza dkk. (2020) menjelaskan apabila stres akademik pada mahasiswa tidak segera diatasi maka motivasi belajar mahasiswa akan terus menurun dan akan mengancam kesejahteraan diri mahasiswa itu sendiri. Sehingga mahasiswa membutuhkan keterampilan dalam mereduksi stres agar mahasiswa tidak mengalami tekanan yang disebabkan stres yang dialaminya yang dapat membuat motivasi belajarnya menurun.

Lal (2014; dalam Sujadi, 2019) mendeskripsikan stres akademik sebagai suatu bentuk tekanan mental pada seorang individu yang memiliki kaitan dengan berbagai bentuk kegagalan akademis atau tuntutan-tuntutan akademis lainnya. Ross dkk. (1999) menyebutkan bahwa munculnya stres akademik disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu: pertama, proses penyesuaian diri terhadap kehidupan perkuliahan; kedua, tekanan dalam menuntut ilmu dan konflik pribadi; dan yang ketiga, penyesuaian diri dengan tempat tinggal yang baru serta gaya hidup yang berubah. Di masa pandemi COVID-19, mahasiswa diharuskan dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan kampus yang baru, di mana terjadi perubahan metode belajar, kendala menemui dosen, tugas yang menumpuk, konflik pribadi, dan perubahan gaya hidup. Apabila mahasiswa tidak mampu beradaptasi dengan kondisi tersebut maka mahasiswa akan mengalami stres akademik.

Agar dapat mempertahankan motivasi belajar di masa pandemi COVID-19, mahasiswa pastinya sangat membutuhkan dukungan dari keluarganya. Wlodkowski dan Jaynes (2004) menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat memberikan pengaruh yang besar terhadap motivasi belajar seseorang adalah dukungan dari keluarga orang itu sendiri. Bussard (dalam Setiadi, 2008) menjelaskan bahwa keluarga merupakan suatu bentuk kelompok sosial yang memiliki hubungan dengan mahasiswa yang sangat erat dibandingkan hubungan mahasiswa

dengan kelompok sosial yang lainnya. Bussard (dalam Setiadi, 2008) juga menambahkan bahwa keluarga merupakan tempat di mana mahasiswa dibesarkan dari ketika dia kecil hingga dia dewasa, tempat yang memberikan mahasiswa perlindungan dari berbagai cuaca atau hal-hal yang buruk, tempat interaksi mahasiswa dengan anggota keluarga lainnya, tempat yang membentuk nilai-nilai dan pola pemikiran pada mahasiswa, serta sebagai tempat mediasi hubungan mahasiswa dengan lingkungannya. Berdasarkan pendapat Friedman (2010), dukungan keluarga adalah segala tindakan atau sikap dan hingga bantuan yang diperlihatkan atau ditunjukkan oleh suatu kelompok keluarga sebagai bentuk penerimaannya terhadap anggota dari kelompok keluarga tersebut yang dapat berupa informasi, penilaian, instrumental, serta emosional. Ratelle dkk. (2005) juga mengatakan bahwa berbagai bentuk keterlibatan dan dukungan yang diberikan oleh keluarga akan sangat bermanfaat bagi proses pendidikan individu.

Di masa pandemi COVID-19, sulit bagi mahasiswa mempertahankan motivasi belajar karena banyaknya perubahan yang terjadi dalam kehidupan perkuliahannya. Sehingga, mahasiswa sangat membutuhkan dukungan dari keluarganya agar motivasi belajarnya dapat dipertahankan. Intensitas komunikasi yang terjadi antara mahasiswa dengan keluarganya dapat menjembatani permasalahan-permasalahan yang dihadapinya di masa pandemi COVID-19, terutama masalah-masalah yang berhubungan dengan motivasi belajar.

Penelitian yang dijalankan oleh Saragih dkk. (2021) dengan subjek penelitian berupa sejumlah mahasiswa dari kota Medan memperoleh hasil di mana variabel dukungan keluarga dan variabel motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan. Kontribusi dukungan keluarga terhadap peningkatan motivasi belajar cukup besar, sehingga dukungan keluarga sangatlah dibutuhkan dalam mengembangkan dan meningkatkan motivasi belajar pada mahasiswa (Prasetyo & Rahmasari, 2016). Penelitian yang dijalankan oleh Desitasari (2017) juga mendapat hasil yang serupa, dimana variabel dukungan keluarga dengan variabel motivasi belajar memiliki hubungan yang positif. Handayani dan Usman (2021) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa apabila tingkat dukungan yang diberikan oleh keluarga tinggi maka tingkat motivasi belajar yang ditunjukkan oleh seorang individu juga akan tinggi; dan sebaliknya.

Memasuki tahun 2022-2023, penyebaran COVID-19 sudah mulai dapat ditekan. Sudah banyak fasilitas-fasilitas pendidikan yang mulai menjalankan aktivitasnya kembali seperti hari biasa. Namun, masih ada pula kampus yang masih melanjutkan proses perkuliahan secara daring. Masih banyak mahasiswa yang mengalami penurunan motivasi belajar. Sehingga, dengan memperhatikan keseluruhan penjelasan di atas, maka muncul sebuah pertanyaan: apakah terdapat hubungan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar pada mahasiswa selama pandemi COVID-19?. Guna menjawab pertanyaan tersebut, penulis menyusun sebuah penelitian dengan sebuah hipotesis: terdapat hubungan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar pada mahasiswa pasca pandemi COVID-19.

Metode

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan membagikan skala berupa skala *likert* kepada subjek penelitian secara daring. Subjek penelitian yaitu mahasiswa yang sudah pernah menjalani kuliah secara daring. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, di mana dalam teknik ini penentuan anggota sampel dipilih dengan mempertimbangkan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2012). Karakteristik yang ditentukan dalam penelitian ini adalah: (1) Mahasiswa angkatan 2019-2022, dan (2) Telah menjalani kuliah selama pandemi COVID-19 minimal satu semester. Jumlah partisipan yang berhasil didapatkan yaitu 108 orang.

Pengumpulan data dilakukan pada Juli 2023 dengan seizin Dekan. Peneliti memulai pengumpulan data dengan menghubungi perwakilan dari masing-masing angkatan (2019-2022). Setelah itu, peneliti menyebarkan instrumen penelitian dalam bentuk *google form* melalui media *whatsapp*.

Terdapat tiga skala yang digunakan dalam penelitian ini: skala Motivasi Belajar, skala Stres Akademik, dan skala Dukungan Keluarga.

Motivasi Belajar. Definisi operasional dari motivasi belajar adalah segala bentuk usaha yang ditunjukkan seseorang untuk menimbulkan adanya kegiatan belajar, menjamin keberlangsungan dari kegiatan belajar tersebut, serta mengarahkan dengan jelas kegiatan belajar tersebut agar dapat mencapai tujuan yang dikehendaki. Dalam penelitian ini, motivasi belajar dengan menggunakan skala adaptasi dari *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ) yang dikembangkan oleh Duncan dan McKeachie (2005) yang terdiri dari 26 aitem valid dengan empat pilihan sikap (sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju). Koefisien reliabilitas (α) alat ukur ini sebesar 0,823.

Stres Akademik. Definisi operasional dari stres akademik adalah bentuk respon atau reaksi individu terhadap berbagai tuntutan-tuntutan akademik yang dipersepsikan oleh individu tersebut sebagai suatu hal sangat membebani dirinya serta melebihi batas kemampuan yang dimilikinya. Dalam penelitian ini, stres akademik diukur dengan menggunakan skala adaptasi dari *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang dikembangkan oleh Lovibond dan Lovibond (1995) yang terdiri dari 41 aitem valid dengan empat pilihan sikap (sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju). Koefisien reliabilitas (α) alat ukur ini sebesar 0,934.

Dukungan Keluarga. Definisi operasional dari dukungan keluarga adalah suatu bentuk sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya. Dalam penelitian ini, dukungan keluarga diukur dengan menggunakan skala adaptasi dari *Family Support Scale* (FSS) yang dikembangkan oleh Prociano dan Heller (1983) yang terdiri dari 20 aitem valid dengan empat pilihan sikap (sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju). Koefisien reliabilitas (α) alat ukur ini sebesar 0,917.

Hasil

Jumlah responden yang berhasil didapatkan dalam penelitian ini adalah 108 orang yang terdiri atas 28 Pria dan 80 Wanita. Peneliti melakukan uji regresi berganda menggunakan uji simultan F dengan bantuan aplikasi SPSS. Berdasarkan hasil uji simultan F, ditemukan hubungan yang signifikan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar. Hasil uji simultan F dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1
Uji Simultan F

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1274.635	2	637.317	15.112	.000 ^b
	Residual	4428.282	105	42.174		
	Total	5702.917	107			

Berdasarkan hasil uji simultan F, didapatkan nilai F_{hitung} sebesar 15,112. Nilai F_{tabel} dalam penelitian ini didapatkan dengan menggunakan tabel distribusi F dengan $df_1 = k-1$ dan $df_2 = n-k$, dengan k adalah jumlah variabel bebas dan terikat dan n adalah jumlah sampel. Didapatkan $df_1 = 2$ dan $df_2 = 105$. Sehingga, $F_{tabel} (2;105)$ adalah 3,08. Maka dengan melihat F_{hitung} lebih besar dibandingkan F_{tabel} dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar.

Selanjutnya, untuk mengetahui korelasi antara dua variabel bebas dengan variabel terikat dapat diketahui dengan melihat nilai koefisien korelasi ganda R dengan menggunakan tabel *Model Summary*. Korelasi akan semakin kuat apabila nilai R hampir mendekati angka 1 (Sulastiawan, 2014). Nilai R dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.473 ^a	.224	.209	6.494

Peneliti juga melakukan uji korelasi parsial untuk mengetahui apakah suatu variabel berpengaruh terhadap korelasi variabel lainnya (Arifin, 2017). Apabila nilai *Sig. (2-tailed)* lebih besar dari 0,05, maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel. Sebaliknya, jika nilai *Sig. (2-tailed)* lebih kecil dari nilai 0,05, maka terdapat hubungan yang signifikan antara

dua variabel. Hasil uji korelasi parsial motivasi belajar dengan stres akademik dapat terlihat pada Tabel 3 di bagian *Sig. (2-tailed)*.

Tabel 3
Hasil Uji Korelasi Parsial Motivasi Belajar dengan Stres Akademik

Control Variables			Motivasi Belajar	Stres Akademik
Dukungan Keluarga	Motivasi Belajar	<i>Correlation</i>	1,000	-0,448
		<i>Sig. (2-tailed)</i>		0,000
		<i>df</i>	0	105
	Stres Akademik	<i>Correlation</i>	-0,448	1,000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000	
		<i>df</i>	105	0

Sedangkan untuk hasil uji korelasi parsial motivasi belajar dengan dukungan keluarga dapat terlihat pada Tabel 4 di bagian *Sig. (2-tailed)*.

Tabel 4
Hasil Uji Korelasi Parsial Motivasi Belajar dengan Dukungan Keluarga

Control Variables			Motivasi Belajar	Dukungan Keluarga
Stres Akademik	Motivasi Belajar	<i>Correlation</i>	1,000	-0,008
		<i>Sig. (2-tailed)</i>		0,937
		<i>df</i>	0	105
	Dukungan Keluarga	<i>Correlation</i>	-0,008	1,000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,937	
		<i>df</i>	105	0

Pembahasan

Pada Tabel 1, diketahui bahwa nilai signifikansi adalah 0,000 ($<0,05$). Kemudian, nilai F_{hitung} adalah 15,112 dan nilai F_{tabel} (2;108-2-1) adalah 3,08 sehingga diperoleh $15,112 > 3,08$ ($F_{hitung} > F_{tabel}$). Sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan signifikan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu “terdapat hubungan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar pada mahasiswa selama pandemi COVID-19”, diterima.

Berdasarkan Tabel 2, ditemukan bahwa kekuatan hubungan antara stres akademik dan dukungan keluarga dengan motivasi belajar masuk dalam kategori cukup berarti atau sedang ($R=0,473$). Total sumbangan stres akademik dan dukungan keluarga terhadap motivasi belajar ditunjukkan pada nilai *R-square* pada Tabel 2, yaitu 0,224 atau 22,4%. Artinya adalah stres akademik dan dukungan keluarga secara bersamaan menyumbang sebesar 22,4% terhadap motivasi belajar. Sisanya, yaitu sekitar 77,6%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Sehingga, stres akademik dan dukungan keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa

Terdapat dua hasil uji korelasi parsial yang dapat terlihat pada Tabel 3 dan Tabel 4. Pada Tabel 3, nilai *Sig. (2-tailed)* adalah 0,000 yang dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Sedangkan pada Tabel 4, nilai *Sig. (2-tailed)* adalah 0,937 yang dimana nilai tersebut lebih besar dari 0,05. Hubungan dianggap signifikan apabila nilai *Sig. (2-tailed)* lebih kecil dari nilai 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa: (1) terdapat hubungan yang signifikan antara variabel stres akademik dengan variabel motivasi belajar dengan korelasi negatif yang cukup berarti atau sedang jika tingkat dukungan keluarga tetap; dan (2) tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel dukungan keluarga dengan variabel motivasi belajar dengan korelasi negatif yang lemah jika tingkat stres akademik tetap.

Hasil uji korelasi pada Tabel 3 sesuai dengan penelitian sebelumnya. Stres akademik merupakan salah satu faktor pemicu perubahan pada motivasi belajar mahasiswa (Mentang & Londa, 2019). Sujadi (2021) menemukan hubungan yang negatif antara stres akademik dengan motivasi belajar di mana semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami oleh seseorang maka semakin rendah pula tingkat motivasi belajar orang tersebut. Mulawarman dkk. (2018) juga menyimpulkan stres akademik sebagai variabel yang sering memicu rendahnya motivasi belajar pada mahasiswa. Sejalan dengan pendapat tersebut, Puspitha dkk. (2018) menyebutkan bahwa stres akademik merupakan kontributor terbesar dalam memengaruhi motivasi belajar individu.

Hasil uji korelasi pada Tabel 4 tidak sejalan dengan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Menurut Prasetyo dan Rahmasari (2016), kontribusi dukungan keluarga terhadap peningkatan motivasi belajar cukup besar, sehingga dukungan keluarga sangatlah dibutuhkan dalam mengembangkan dan meningkatkan motivasi belajar pada mahasiswa. Desitasari (2017) juga mendapat hasil yang sama, semakin tinggi tingkat dukungan keluarga yang diberikan maka semakin tinggi pula tingkat motivasi belajar yang ditunjukkan oleh individu. Handayani dan Usman (2021) juga sependapat bahwa apabila tingkat dukungan yang diberikan oleh keluarga tinggi maka tingkat motivasi belajar yang ditunjukkan oleh seorang individu juga akan tinggi.

Hasil uji hipotesis tersebut dapat terjadi karena beberapa faktor di luar dari pembahasan dalam penelitian ini, salah satunya yaitu faktor ekonomi. Selain itu, skala dukungan keluarga dalam penelitian ini hanya mengukur sumber dukungan dari keluarga saja. Skala yang digunakan tidak mengukur bentuk dukungan dari sumber lain, seperti teman dan/atau *significant others*, yang dimana kedua faktor tersebut bisa saja memengaruhi dukungan keluarga individu.

Nasution (2018) percaya bahwa dukungan yang diberikan oleh teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar pada diri individu. Agtrianto (2020) juga menunjukkan hasil yang sama bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan yang diberikan oleh teman sebaya dengan motivasi belajar mahasiswa. Semakin erat hubungan yang dijalin dengan teman sebaya, semakin kuat pula motivasi belajar pada mahasiswa.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis diterima, yaitu “terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dan dukungan keluarga pada mahasiswa selama pandemi COVID-19”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tidak sepenuhnya membutuhkan dukungan keluarga dalam membentuk motivasi belajar selama pandemi COVID-19. Namun bukan berarti keluarga tidak perlu memberikan dukungan kepada mahasiswa, sebaliknya keluarga harus tetap memberikan dukungan karena keluarga itu sendiri merupakan tempat nyaman untuk pulang dikala mahasiswa menghadapi kerasnya kehidupan.

Peneliti menyarankan kepada mahasiswa untuk bisa menjaga dirinya agar terhindar dari stres akademik. Mahasiswa perlu membuat strategi *coping* agar dirinya bisa mengatasi stres akademik dan mempertahankan motivasi belajarnya selama menjalani perkuliahan di masa pandemi COVID-19. Adapun saran untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan kajian pada topik yang sama agar menambah jumlah responden sehingga hasil penelitian bisa lebih akurat. Kendala dalam penelitian ini yaitu sulitnya peneliti untuk menemui responden dikarenakan mahasiswa dan dosen pasca pandemi COVID-19 kebanyakan masih menggunakan daring sebagai sarana perkuliahan, sehingga peneliti harus menggunakan media *whatsapp* agar bisa membagikan skala.

Daftar Pustaka

- Abbas, E. W., & Erlyani, N. (2020). Menulis di Kala Badai Covid-19. <http://eprints.ulm.ac.id/10012/>
- Agtrianto, R.F. (2020). Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Semester VI Program Studi Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah.
- Desitasari, N. (2017). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan motivasi belajar pada siswa SMP. Doctoral dissertation. Surakarta: Universitas Muhammadiyah. <https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/48351>
- Duncan, T. G., & McKeachie, W. J. (2005). The making of the motivated strategies for learning questionnaire. *Educational psychologist*, 40(2), 117-128. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15326985ep4002_6
- Febrianti, E. P. (2021). Motivasi Belajar Menurun Imbas dari Covid-19. <https://edarxiv.org/k2tgz/download?format=pdf>
- Friedman, M. M., & Bowden, V. R. (2010). Buku ajar keperawatan keluarga. Jakarta: EGC. <http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pId=339&pRegionCode=MANADO&pClientId=626>
- Handayani, M., & Usman, O. (2021). The Influence of Family Support, Adversity Intelligence, and Self Efficacy Towards Student Learning Motivation State University of Jakarta during the COVID-19 Pandemic. Adversity Intelligence, and Self Efficacy Towards Student Learning Motivation State University of Jakarta during the COVID-19 Pandemic. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3768121
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety

- Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/000579679400075U>
- Mentang, S. X., & Londa, M. T. (2019). *The Effect of Stress on Students' Motivation in Faculty of Economics, Manado State University. Journal of International Conference Proceedings*, 2(2), 188-195.
- Mulawarman, M., Ariffudin, L., Rahmawati, A. I. N., Wibowo, M. E., Purwanto, E., & Munandar, A. (2018). Application of Android-Based Stress Meter as Stress Academic Indicator on College Student with Low Achievement Motivation. *International Conference on Science and Education and Technology 2018*, 307-313. Atlantis Press. <https://www.atlantispress.com/proceedings/iset-18/55910649>
- Muza, S.H., Muhammad, S., & Aliero, H.S. (2020). Academic Stress And Academic Motivation Among Undergraduate Students of Kebbi State University of Science and Technology, Aliero Kebbi State, Niegria. *International Journal of Advanced Academic Research (Arts, Humanities, and Education)*, 6(12), 67-76
- Nasution, N.C. (2018). Dukungan Teman Sebaya dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal Dakwah*, 12(2), 159-180.
<https://jurnaliainpontianak.or.id/index.php/alhikmah/article/download/1135/680>
- Prasetyo, K. B., & Rahmasari, D. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa. *Jurnal penelitian psikologi*, 7(1), 1-9.
<https://jurnalfpk.uinsby.ac.id/index.php/jpp/article/view/92>
- Procidano, M. E., & Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American journal of community psychology*, 11(1), 1-24.
https://www.academia.edu/download/52470677/Procidano_Heller_1983.pdf
- Puspitasari, D. B. (2013). Hubungan antara persepsi terhadap iklim kelas dengan motivasi belajar siswa smp negeri 1 bancak. *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(1).
<https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/123277>
- Puspitha, F. C., Sari, M. I., & Oktaria, D. (2018). Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Majority*, 7(3), 24-33. <http://digilib.unila.ac.id/25280/>
- Ratelle, C. F., Larose, S., Guay, F., & Sénécal, C. (2005). Perceptions of parental involvement and support as predictors of college students' persistence in a science curriculum *Journal of Family Psychology*, 19(2), 286. <https://psycnet.apa.org/record/2005-06518-015>
- Ross, S. E., Niebling, B. C., & Heckert, T. M. (1999). Sources of stress among college students. *College Student Journal*, 33(2), 312-312.
<https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA62839434&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&inkaccess=abs&issn=01463934&p=AONE&sw=w>
- Santrock, J. W., & Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan edisi kedua*.
<https://id.scribd.com/document/477394620/Psikologi-Pendidikan-Edisi-2-1-pdf>
- Saragih, M., Silitonga, E., Sinaga, T. R., & Mislika, M. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Belajar Mahasiswa selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 73- 77.
- Setiadi, G. W. (2008). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Cetakan I. Jakarta: Penerbit Graha Ilmu.
<http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pId=1086&pRegionCode=UNIHAOL&pClientId=143>
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
<https://elibrary.bsi.ac.id/readbook/205780/metode-penelitian-kuantitatif-kualitatif-dan-r-d>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta. <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=22862>
- Sujadi, E. (2019). Penerapan Play Therapy dengan Menggunakan Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Keterampilan Sosio Emosional. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 3(1), 14-24.
https://www.researchgate.net/publication/339904345_PENERAPAN_PLAY_THERAPY_

DENGAN_MENGGUNAKAN_PERMAINAN_TRADISIONAL_UNTUK_MENINGKATKAN_KETE
RAMPILAN_SOSIO_EMOSIONAL

- Sujadi, E. (2021). Stres Akademik dan Motivasi Belajar Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring selama Pandemi COVID-19. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 4(1), 29-41. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/EGCDJ/article/view/12679>
- Wlodkowski, R. J., Jaynes, J. H., & Widarto, N. S. B. (2004). *Hasrat Untuk Belajar (Membantu Anak-Anak Termotivasi dan Mencintai Belajar)*. <https://onsearch.id/Record/IOS3107.45428>