

ANALISIS COPING STRESS DALAM MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING PADA MATA KULIAH STATISTIKA

Nurul Azmi Saragih¹⁾, Dwi Novita Sari²⁾

UMN Al Washliyah Medan, Jl. Garu II A No. 93 Medan, Telp: 061-7867044

Jurusan Bimbingan dan Konseling, UMN Al Washliyah Medan, Sumut

Email: nurulazmisaragih@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada hubungan coping stress dengan motivasi belajar mahasiswa bimbingan dan konseling pada mata kuliah statistika. Instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur coping stress dan motivasi belajar adalah skala Likert. Coping stressr diukur berdasarkan bentuk-bentuk coping stress yaitu emotional focused coping dan problem focused coping, pada motivasi belajar diukur berdasarkan macam-macam motivasi belajar yaitu instrinsik dan ekstrinsik. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa bimbingan dan konseling serta sampel penelitian ini ada 57 orang. Analisis data yang digunakan adalah Korelasi Sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa coping stress memiliki korelasi dengan motivasi belajar dengan nilai r hitung sebesar $0,680 > r$ tabel $0,261$. Dalam analisis ini r hitung bernilai positif maka hubungan kedua variabel bersifat berbanding lurus, yakni semakin meningkatnya coping stress maka akan meningkat motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika, sebaliknya semakin menurun coping stress maka akan menurun motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika.

Kata Kunci: *Motivasi Belajar, Coping Stress, Statistika*

ABSTRACT

This study aims to find out there is a stress coping relationship with the motivation to learn guidance and counseling students in statistical subjects. The data collection instrument used to measure stress coping and learning motivation is the Likert scale. Coping stress is measured based on the forms of emotional focused coping stress and problem focused coping, on learning motivation measured based on the types of learning motivation that is intrinsic and extrinsic. The population of this study was guidance and counseling students and the sample of this study were 57 people. The data analysis used is Simple Correlation. The results showed that stress coping had a correlation with learning motivation with a calculated r value of $0.680 > r$ table 0.261 . In this analysis r count is positive, the relationship between the two variables is directly proportional, namely the increasing stress coping will increase student learning motivation in statistical subjects, on the contrary the decrease in stress coping will decrease students' learning motivation in the statistics course.

Keywords: Learning Motivation, Coping Stress, Statistic

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kuliah merupakan suatu kewajiban mahasiswa dalam melakukan aktivitas pembelajarannya sehari-hari serta sebagai wadah bereksplorasi seluas-luasnya. Dalam memenuhi persyaratan kelulusan dari setiap semester mahasiswa wajib mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen dan mengikuti ujian tengah semester dan ujian akhir

semester, bagi mahasiswa persyaratan tersebut bukan hal yang mudah.

Tidak sedikit mahasiswa yang berkeluh kesah, banyak faktor-faktor terjadi yang menyebabkan mahasiswa tidak dapat menyelesaikan tugas tepat waktu dan mendapatkan nilai dibawah rata-rata terkhusus pada mata kuliah statistika dalam ujian tengah semester dan ujian akhir semester, sehingga pengulangan semester yang dilakukan, hal tersebut dapat

menghambat mahasiswa untuk mengerjakan skripsi sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar strata satu.

Pada umumnya perencanaan perkuliahan mahasiswa memiliki motivasi yang tinggi untuk lulus tepat waktu. Tanpa adanya motivasi dari diri sendiri tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam motivasi belajar menurut Sadirman (2001, dalam Prayascitta, 2010) terdapat dua macam yaitu: motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang berasal dari dalam diri, sedangkan motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang berasal dari luar diri. Motivasi juga tergolong dalam beberapa komponen menurut Pintrich & De Groot (1990, dalam Novianti, 2011) ada tiga komponen yaitu: komponen harapan, komponen nilai, dan komponen afektif.

Menurut Darsono (2000) ada beberapa faktor-faktor yang dapat mengoptimalkan motivasi belajar mahasiswa yaitu: cita-cita, kemampuan belajar, kondisi mahasiswa, kondisi lingkungan, unsur-unsur dinamis dalam belajar, upaya dosen dalam pembelajaran mahasiswa. Dikarenakan beberapa faktor tersebut tidak terpenuhi oleh mahasiswa, itu menjadi beban berat sehingga mengalami stress dan juga menyebabkan motivasi belajar mereka menjadi menurun. Banyak kejadian tersebut yang menyebabkan diantara mereka tidak melanjutkan kuliah, tidak semangat untuk belajar.

Mahasiswa bimbingan konseling banyak yang berasumsi bahwa mengambil jurusan tersebut akan mengurangi beban belajar dari ilmu matematika, kenyataannya setiap jurusan pasti akan mempelajari ilmu statistika, mahasiswa hanya

mendengar mata kuliah statistika langsung merasakan tekanan batin, berpikir bagaimana dengan konsep perkuliahan tersebut, sehingga mahasiswa mengalami stress sebelum belajar mata kuliah statistika hanya dengan mendengar nama mata kuliahnya saja, dari pola pikir mahasiswa tentang mata kuliah statistika seharusnya mereka memiliki motivasi belajar yang tinggi tanpa harus berasumsi bahwa itu mata kuliah yang sulit, dan jika mereka merasa tertekan batin, dapat menggunakan strategi coping stress secara baik dan optimal untuk mengurangi stress, serta dapat meningkatkan motivasi belajar siswa secara optimal.

Berdasarkan latar belakang masalah dan pengamatan pada mahasiswa bimbingan konseling dalam perkuliahan statistika di UMN AW Medan, maka peneliti tertarik mengadakan penelitian untuk mengetahui hubungan coping stress dengan motivasi belajar mahasiswa bimbingan konseling pada mata kuliah statistika.

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel penelitian yang akan diteliti yaitu variabel coping stress sebagai variabel bebas serta variabel motivasi belajar sebagai variabel terikat. Teknik yang akan digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan skala Likert.

Dalam penelitian ini, populasinya yaitu mahasiswa bimbingan konseling semester V UMN AW Medan dan jumlah mahasiswa tersebut adalah 114

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		57
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.78463336
Most Extreme Differences	Absolute	.084
	Positive	.084
	Negative	-.081
Kolmogorov-Smirnov Z		.632
Asymp. Sig. (2-tailed)		.819

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.

mahasiswa yang terdiri dari kelas A sebanyak 34 mahasiswa, kelas B sebanyak 47 mahasiswa dan kelas D sebanyak 33 mahasiswa, yang menjadi jumlah populasi dalam penelitian ini, sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi itu.

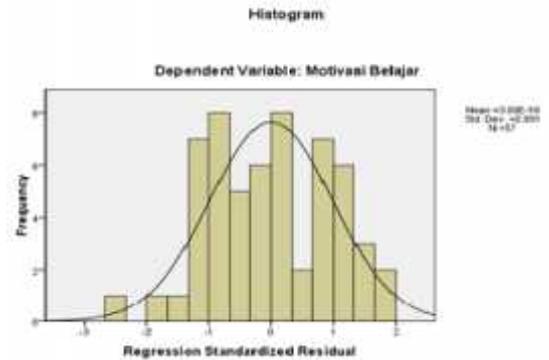
Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis korelasi sederhana. Sebelumnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas skala dengan menggunakan rumus *Pearson Product Moment* dan *Alpha Cronbach*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS 17 for windows.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN
Hasil Penelitian

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisis Korelasi Sederhana dimana teknik analisis ini digunakan sesuai dengan hipotesa, yakni ingin melihat apakah ada hubungan positif antara coping stress dengan motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika. Sebagaimana layaknya penelitian ilmiah, maka data yang akan diolah untuk pengujian

hipotesis, harus melalui tahapan uji asumsi yang sesuai dengan orientasi penelitian.

a. Uji Normalitas



Gambar 1. Kurva Normalitas

Dari hasil di atas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,819 yang lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel bebas variabel bebas (Coping Stress) mempunyai hubungan yang linier terhadap variabel terikat (Motivasi Belajar). Sebagai kriterianya apabila p beda < 0,05 maka dinyatakan mempunyai derajat hubungan yang linier.

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Motivasi Belajar * Coping Stress	Between Groups (Com bined)	2497.162	30	83.239	3.975	.000
	Linearity	1405.172	1	1405.172	67.108	.000
	Deviation from Linearity	1091.991	29	37.655	1.798	.067
Within Groups		544.417	26	20.939		
Total		3041.579	56			

Dari hasil di atas, diperoleh nilai signifikansi 0,067 yang lebih

besar dari 0,05. Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan linier secara signifikan antara variabel coping stress dengan variabel motivasi belajar.

c. Uji Korelasi Sederhana

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi sederhana dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows. Dengan hasil data sebagai berikut:

Correlations

		Coping Stress	Motivasi Belajar
Coping Stress	Pearson Correlation	1	.680**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	57	57
Motivasi Belajar	Pearson Correlation	.680**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	57	57

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

Pada tabel output di atas diketahui nilai signifikansi antara coping stress dengan motivasi belajar adalah sebesar $0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara variabel coping stress dengan motivasi belajar. Nilai Pearson Correlation antara masing-masing variabel yang dihubungkan memiliki dua tanda bintang (**), berarti terdapat korelasi antara variabel coping stress dengan motivasi belajar dengan taraf signifikansi 1%. Nilai r hitung untuk hubungan coping stress dengan motivasi belajar adalah sebesar $0,680 > r$ tabel $0,261$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan atau korelasi antara variabel coping stress dengan motivasi belajar.

Pearson Correlations atau r hitung dalam analisis ini bernilai positif maka hubungan kedua variabel

bersifat positif atau berbanding lurus, yakni semakin meningkatnya coping stress maka akan meningkat motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika, sebaliknya semakin menurun coping stress maka akan menurun motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika.

Berdasarkan pada nilai “r” product moment di atas dan sesuai dengan nilai r hitung untuk hubungan coping stress dengan motivasi belajar adalah sebesar 0,680, maka disimpulkan bahwa penelitian ini dikategorikan memiliki korelasi yang kuat atau tinggi antara variabel coping stress dengan motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dengan Korelasi Sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara coping stress dengan motivasi belajar pada mata kuliah statistika dengan nilai r hitung sebesar 0,680. Dalam analisis ini r hitung bernilai positif yang bermakna, semakin meningkatnya coping stress maka akan meningkat motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika, sebaliknya semakin menurun coping stress maka akan menurun motivasi belajar mahasiswa pada mata kuliah statistika. Hasil analisis tersebut sesuai dengan pendapat Darsono (2000) ada beberapa faktor yang dapat mengoptimalkan motivasi belajar mahasiswa yaitu: cita-cita, kemampuan belajar, kondisi mahasiswa, kondisi lingkungan, unsur-unsur dinamis dalam belajar, upaya dosen dalam pembelajaran mahasiswa.

Secara deskriptif jelas bahwa pendapat Darsono di atas, jika

mahasiswa tidak memiliki kemampuan belajar, kondisinya tidak baik, kondisi lingkungan juga kurang kondusif serta upaya dosen dalam pembelajaran kurang, maka motivasi belajar menurun, sehingga dibutuhkan cara penanganan akan kondisi tersebut yang disebut coping stress. Dengan coping stress maka mahasiswa akan senantiasa mengoptimalkan motivasi belajarnya pada mata kuliah statistika, sesuai dengan pendapat Lazarus (dalam Prayascitta, 2010) memaknai coping stress sebagai kemampuan mengubah kognitif atau perilaku secara konstan agar tuntutan-tuntutan eksternal maupun internal, khususnya yang diperkirakan membebani dan melampaui kemampuan individu dapat melemah.

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa bimbingan dan konseling, maka dapat terlihat bahwa mata kuliah statistika menjadi mata kuliah yang membebani mereka, sehingga peneliti sangat puas dengan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan yang positif sehingga jika mahasiswa melakukan coping stress maka mampu memotivasi diri untuk belajar statistika, dan sebaliknya, jika tidak dapat melakukan coping stress maka tidak mampu memotivasi diri untuk belajar statistika, sesuai pendapat Sarason (1999) coping stress sebagai cara untuk menghadapi stres, yang mempengaruhi bagaimana seseorang mengidentifikasi dan mencoba untuk menyelesaikan masalah.

Hasil analisis penelitian ini menunjukkan angka korelasi sebesar 0,680, dengan nilai yang positif, pada tabel interpretasi nilai "r" product moment, nilai korelasi 0,680 dikategorikan pada interpretasi 0,60 – 0,80 yaitu antara variabel *coping*

stress dan variabel motivasi belajar pada mata kuliah statistika terdapat korelasi yang kuat atau tinggi.

Dari data di atas diambil kesimpulan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara coping stress dengan motivasi belajar mahasiswa bimbingan dan konseling pada mata kuliah statistika.

4. KESIMPULAN

Dari hasil analisis korelasi sederhana terdapat nilai r hitung untuk hubungan coping stress dengan motivasi belajar adalah sebesar 0,680 > r tabel 0,261, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan atau korelasi antara variabel coping stress dengan motivasi belajar.

Hasil analisis penelitian ini menunjukkan angka korelasi sebesar 0,680, dengan nilai yang positif, pada tabel interpretasi nilai "r" product moment, nilai korelasi 0,680 dikategorikan pada interpretasi 0,60 – 0,80 yaitu antara variabel *coping stress* dan variabel motivasi belajar pada mata kuliah statistika terdapat korelasi yang kuat atau tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 1999. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Bina Aksara
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Azwar, Syaifuddin. 2011. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Syaifuddin. 2011. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakhtiar. 2005. Penggunaan Strategi Self-Monitoring Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMK. *Jurnal Psiko-*

- Edukasi. Vol 2, No 3, Hal 160-176
- Dimiyati., Mudjiono. 1999. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.
- Effendi, R, W., Tjahjono, E. 1999. Hubungan Perilaku Coping dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Anak Pertama. Jurnal: Anima. Vol 14, No. 54, Hal 214-228
- Hawari, D. 2002. Stres, Cemas, dan Depresi. Jakarta: UI Press
- Kosasih, A. 2004. Pengaruh penggunaan Media Gambar dan Motivasi Belajar Terhadap Kepribadian Siswa Pada Pendidikan Budi Pekerti. Jurnal Tabularasa. Thn II, Vol 4, Hal 40-50
- Lazarus, R. S. And Folkman, S. 1984. Stress, Appraisal, And Coping. New York: Spinger Publishing Company.
- Pramadi, A., Lasmono, H, K. 2003. Koping Stres Pada Etnis Bali, Jawa, dan Sunda. Jurnal: Anima. Vol 18, No 4, hal 326-340
- Sardiman, A, M. 2001. Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sarwono. S, W. 2000. Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Smet, B. 1994. Psikologi Kesehatan. Jakarta: Grasindo
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Tanumidjojo, Y., Basoeki, L., Yudiarso, A. 2004. Stres dan Perilaku Koping Pada Remaja Penyandang Diabetes Millitus Tipe 1. Jurnal Anima. Vol 19, no 4, Hal 399-406
- Uno, H, B. 2007. Teori Motivasi dan Pengukurannya (Analisis di Bidang Pendidikan). Jakarta: Bumi Aksara.
- Yusuf, Syamsu . 2009. Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Bandung: Rizqi Press