

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK
DENGAN MOTIVASI BELAJAR
DALAM PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FKIP UNSRI**

SKRIPSI

**Oleh
Putri Ayuni
NIM : 06071181823010
Program Studi Bimbingan dan Konseling**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022**

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK
DENGAN MOTIVASI BELAJAR
DALAM PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FKIP UNSRI**

SKRIPSI

oleh

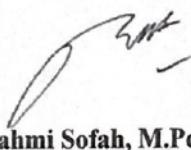
Putri Ayuni

NIM: 06071181823010

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan:

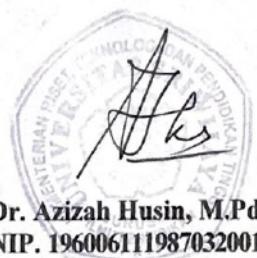
Pembimbing,


Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons.

NIP: 195902201986112001

Mengetahui,

Ketua Jurusan,



Dr. Azizah Husin, M.Pd.
NIP. 196006111987032001

Koordinator Program Studi,



Rani Mega Putri, M.Pd., Kons.
NIP. 198808182015042001

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK
DENGAN MOTIVASI BELAJAR
DALAM PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FKIP UNSRI**

Putri Ayuni

NIM: 06071181823010

Telah diuji dan lulus pada:

Hari : Jumat

Tanggal : 30 September 2022

TIM PENGUJI

- | | | |
|------------|-------------------------------------|---|
| 1. Ketua | : Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons., (|  |
| 2. Anggota | : Sigit Dwi Sucipto, M.Pd. | () |

Indralaya, 24 November 2022

Mengetahui,

Koordinator Program Studi


Rani Mega Putri, M.Pd., Kons.

NIP. 198808182015042001

PERNYATAAN

Saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Putri Ayuni

NIM 06071181823010

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan bersungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNSRI” ini adalah benar benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 Tentang Pencegahan Dan Penanggulangan Plagiat Di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan / atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan yang saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 21 November 2022

Yang Membuat Pernyataan



Putri Ayuni

NIM. 06071181823010

PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNSRI”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.

Selama penelitian dan penulisan skripsi ini penulis mendapatkan bantuan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons. selaku pembimbing. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dekan FKIP, Bapak Dr. Hartono, M.A., Ibu Dr. Azizah Husin, M.Pd., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan dan Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Ibu Dra. Harlina, M.Sc., (Alm) yang telah memberikan kemudahan dalam administrasi selama penulisan skripsi ini. Serta penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, kritik dan motivasi selama penulis mengikuti perkuliahan di FKIP Universitas Sriwijaya.

Akhir kata penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, masih banyak kekurangan dan kelemahan, namun penulis mengharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Bimbingan dan Konseling serta pengembangan ilmu pengetahuan.

Indralaya, 20 Agustus 2022



Putri Ayuni

NIM 06071181823010

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah atas seizin Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir (Skripsi) ini walaupun masih terdapat banyak kekurangan. Dengan rasa syukur dan rasa hormat yang mendalam, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

- Terima kasih kepada kedua orang tua tercinta, Amroh (Alm) dan Junidar yang senantiasa memberikan dukungan serta nasihat di segala kondisi, yang selalu memberikan doa baik kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini, semoga ibu selalu sehat serta panjang umurnya dan semoga bapak bahagia di surga-Nya.
- Ibu Dra. Harlina, M.Sc, (Almh) selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling.
- Dosen pembimbing skripsi, Ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons. Terima kasih atas semua waktu, bimbingan, saran serta motivasi yang telah diberikan kepada Putri dalam penggarapan skripsi ini. Putri juga mengucapkan maaf apabila selama proses bimbingan terdapat kata maupun perbuatan yang kurang berkenan dihati.
- Dosen penguji, Bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd. Terimakasih untuk saran-saran dan bimbingan yang telah diberikan.
- Seluruh dosen program studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan pengetahuan, ilmu yang bermanfaat dan menjadi teladan yang baik.
- Staff administrasi program studi Bimbingan dan Konseling kampus Indralaya.
- Untuk yuk Nita dan kak Agung tersayang, terima kasih untuk dukungan dan kebahagiaan yang selalu diberikan selama proses penggarapan skripsi berlangsung.

- Untuk Ragil Dimas Ramadhan, yang senantiasa menjadi rumah sekaligus partner dikondisi apapun. Terima kasih untuk selalu bersama baik saat suka maupun duka ya, terima kasih juga atas semua dorongan sehingga bisa sampai ditahap ini. Semoga kamu selalu bahagia.
- Untuk Harisa Milenia yang selalu merangkul, memberikan dorongan dan semangat selama masa awal perkuliahan sampai masa penyelesaian skripsi.
- Untuk Yola Veronika yang selalu memberikan dukungan dan dorongan pada saat penyelesaian skripsi.
- Untuk teman seperjuangan selama masa perkuliahan yang sudah mau saling berbagi serta mengisi hari-hari selama masa perkuliahan berlangsung.
- Untuk adik-adik Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 dan 2021 yang telah membantu penelitian. Terima kasih atas kerja samanya selama masa penelitian.
- Terakhir terima kasih untuk diriku sendiri, yang sudah bertahan sampai sejauh ini. Terima kasih sudah berusaha dengan baik. Semoga kamu selalu terus berusaha dan bertahan di masa depan.

MOTTO

Thank yourself for saving you.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PRAKATA.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	6
2.1 Stres Akademik.....	6
2.1.1 Definisi Stres Akademik.....	6
2.1.2 Aspek-aspek Stres Akademik.....	8
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik.....	10
2.2 Motivasi Belajar.....	12
2.2.1 Pengertian Motivasi Belajar.....	12
2.2.2 Peran dan Fungsi Motivasi belajar.....	14
2.2.3 Ciri-ciri orang yang mempunyai Motivasi Belajar.....	15
2.2.4 Faktor yang mempengaruhi Motivasi Belajar.....	16
2.3 Pembelajaran daring.....	17

2.3.1 Pengertian pembelajaran daring.....	17
2.3.2 Karakteristik pembelajaran daring.....	20
2.3.3 Manfaat Pembelajaran Daring.....	20
2.3.4 Kelebihan dan kekurangan pembelajaran daring.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	25
3.1 Metode Penelitian.....	25
3.2 Variabel Penelitian.....	25
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
3.4 Populasi dan Sampel.....	28
3.4.1 Populasi.....	28
3.4.2 Sampel.....	29
3.5 Lokasi dan waktu penelitian.....	29
3.5.1 Lokasi Penelitian.....	29
3.5.2 Waktu Penelitian.....	29
3.6 Pengumpulan data.....	29
3.7 Instrumen Penelitian.....	30
3.8 Validitas & Reabilitas.....	33
3.8.1 Validitas.....	33
3.8.2 Reabilitas.....	36
3.9 Teknik Analisis Data.....	38
3.9.1 Uji Normalitas.....	38
3.9.2 Uji Lineritas.....	38
3.9.3 Uji Hipotesis.....	39
3.9.4 Uji Korelasi.....	39
3.10 Kriteria Kategorisasi.....	40
3.11 Prosedur Penelitian.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
4.1 Hasil Penelitian.....	42
4.1.1 Analisis deskriptif.....	42
4.1.2 Tingkat Stres Akademik Keseluruhan.....	42
4.1.3 Tingkat Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring Keseluruhan....	44

4.2 Analisis Uji Korelasi Stres Akademik dengan Motivasi Belajar.....	46
4.2.1 Uji Normalitas.....	46
4.2.2 Uji Linearitas.....	47
4.2.3 Uji Hipotesis.....	48
4.2.4 Analisis Korelasi Product Moment.....	49
4.3 Pembahasan.....	51
BAB V PENUTUP.....	55
5.1 Kesimpulan.....	55
5.2 Saran.....	55
5.2.1 Dosen BK.....	55
5.2.2 Bagi Peneliti selanjutnya.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Skala Likert.....	30
Tabel 3.2 Kisi – Kisi Stres Akademik.....	30
Tabel 3.3 Kisi – Kisi Instrumen Motivasi Belajar.....	32
Tabel 3.4 Hasil Validitas Skala Stres Akademik.....	34
Tabel 3.5 Hasil Validitas Skala Motivasi Belajar.....	35
Tabel 3.6 Koefisien Reabilitas Butir Item.....	37
Tabel 3.7 Hasil Reabilitas.....	37
Tabel 3.8 Interpretasi Uji Korelasi.....	40
Tabel 3.9 Kriteria Kategorisasi.....	40
Tabel 4.1 Analisis Deskriptif Stres Akademik.....	42
Tabel 4.2 Distribusi Tingkat Stres Akademik Keseluruhan.....	43
Tabel 4.3 Distribusi Tingkat Motivasi Belajar secara Keseluruhan.....	44
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas.....	46
Tabel 4.5 Hasil Uji Linearitas.....	47
Tabel 4.6 Hasil Uji Korelasi.....	49
Tabel 4.7 Interpretasi Korelasi.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Diagram Tingkat Stres Akademik Keseluruhan.....	43
Gambar 2 Diagram Tingkat Motivasi Belajar Secara Keseluruhan.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Angket Stres akademik dan Motivasi Belajar.....	61
Lampiran 2 Usulan Judul.....	69
Lampiran 3 SK Pembimbing.....	70
Lampiran 4 SK Penelitian.....	72
Lampiran 5 Surat Keterangan Validasi.....	73
Lampiran 6 Penilaian Validasi Ahli Materi.....	74
Lampiran 7 Hasil Validasi Instrumen.....	75
Lampiran 8 Hasil Validitas Uji Coba Instrument.....	79
Lampiran 9 Instument penelitian.....	82
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian.....	91
Lampiran 11 Cek Plagiasi.....	92

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar dalam pembelajaran daring mahasiswa bimbingan dan konseling FKIP Unsri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Jumlah populasi dari penelitian ini sebanyak 80 orang mahasiswa angkatan 2019. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling sehingga jumlahnya 80 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket melalui *google form*. Analisis data menggunakan rumus Pearson-Product Moment dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi (r_{hitung}) $r_{xy} = -0,394$ dan nilai dari r_{tabel} sebesar 0,219 yang berarti $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($-0,394 > 0,219$) yang mana artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Unsri, artinya semakin tinggi stress akademik maka semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa.

Kata Kunci: *Stres Akademik, Motivasi Belajar, Pembelajaran Daring, Mahasiswa.*

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between academic stress and learning motivation in online learning for guidance and counseling students of FKIP Unsri. This research uses the correlational quantitative method. The population of this study was 80 students in the 2019 class. The sample was taken using total sampling technique so the sample was 80 students. Data collection technique that used in this research is questionnaire via google form. Data analysis that used in this research is Pearson-Product Moment with the help of SPSS version 25. The results of the data analysis showed the correlation coefficient (r_{count}) $r_{xy} = 0,394$ and $r_{table} 0,219$ which means $r_{count} > r_{table} (0,394 > 0,219)$, it shows that there is a negative significant relationship between academic stress and learning motivation in online learning for guidance and counseling FKIP Unsri students, which means if academic stress getting high, it will decrease student's learning motivation.

Keywords: Academic stress, learning motivation, online learning, students.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Merebaknya pandemi COVID-19 sangat mempengaruhi kesejateraan masyarakat. Pandemi COVID-19 ini memberikan berbagai dampak disemua bidang aspek kehidupan manusia seperti bidang ekonomi, pendidikan serta kehidupan sosial masyarakat. Tindakan serta upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah guna mengurangi penularan infeksi COVID-19 adalah mewajibkan masyarakat untuk selalu memakai masker, mengadakan pemberlakuan jarak sosial dan fisik, dan mengimbau masyarakat agar selalu mencuci tangan serta membersihkan diri dan tak lupa membersikan benda dengan cairan disinfektan. Dengan keadaan pandemi COVID-19 ini, pemerintah pun menerapkan kebijakan untuk membatasi dan mengurangi pergerakan masyarakat. Khususnya dibidang pendidikan, pemerintah menerapkan pembelajaran yang umumnya dilakukan secara bertatap muka langsung menjadi pembelajaran yang berbasis dalam jaringan.

Pembelajaran secara daring merupakan suatu perubahan baru yang ada di dunia pendidikan dan melibatkan unsur teknologi informasi di dalam suatu system pembelajaran. Mustofa, dkk (2019: 151) menyatakan bahwa pembelajaran daring merupakan suatu metode pembelajaran jarak jauh yang mana dalam pelaksanaannya pembelajaran secara daring ini adalah pembelajaran yang membutuhkan dan memanfaatkan teknologi sebagai serta jaringan internet sebagai sistem strategi penyampaian pembelajaran.

Di tengah merebaknya keadaan pandemi COVID-19 ini pembelajaran secara *online* atau daring dinilai sebagai solusi terbaik untuk kegiatan pembelajaran. Metode pembelajaran ini mendukung peserta didik untuk tetap mengikuti pembelajaran tanpa ada halangan jarak dan waktu. Begitu juga dengan proses pembelajaran di perguruan tinggi dilakukan secara daring. Dengan manfaat yang diberikan oleh metode pembelajaran secara daring, sejalan dengan berjalannya waktu dan proses pembelajaran mahasiswa

mengalami beberapa kendala dan kesulitan selama pembelajaran daring berlangsung.

Berdasarkan dari hasil wawancara yang telah dilaksanakan oleh peneliti dengan beberapa mahasiswa program studi bimbingan dan konseling FKIP Unsri angkatan 2019 saat pembelajaran daring pada tanggal 22 Maret 2022 diketahui bahwa terindetifikasi berbagai kendala yang dialami mahasiswa antara lain; sinyal yang terkadang kurang mendukung saat pembelajaran berlangsung, kuota mahasiswa yang terbatas, adanya beberapa gangguan di lingkungan rumah pada saat belajar, tidak bisa fokus belajar, materi yang kurang bisa dipahami, serta tugas yang terlalu banyak dan permasalahan waktu *deadline* juga menjadi kendala dalam pembelajaran secara daring atau *online*.

Sejalan dengan kondisi tersebut hasil penelitian dari Widodo (2020: 106), menyatakan bahwa di kalangan mahasiswa pembelajaran daring menimbulkan beberapa permasalahan yang bersifat *kompleks*. Permasalahan yang timbul akibat pembelajaran secara daring antara lain sebagai berikut; koneksi internet yang tidak stabil terutama di daerah terpencil, kuota internet yang terbatas, mahasiswa sulit untuk fokus, media pembelajaran yang digunakan oleh dosen monoton, tugas kuliah yang terlalu banyak, serta jadwal kuliah yang tidak teratur.

Permasalahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan yang berkepanjangan dan mempengaruhi hasil belajar yang dimiliki oleh mahasiswa. Rasa cemas berkepanjangan yang dimiliki ini tentu dapat memicu stres dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Stres adalah suatu respon maupun reaksi individu ketika menghadapi hal yang melampaui kemampuan dan dinilai sulit untuk diselesaikan.

Permasalahan-permasalahan serta tuntutan akademik yang dihadapi memicu munculnya stres akademik pada mahasiswa. Menurut Lal (dalam Sujadi, 2019: 29) stres akademik merupakan tekanan mental yang disebabkan oleh kegagalan dalam aspek akademik dan tuntutan-tuntutan yang disebabkan aspek akademik lainnya. Ada beberapa faktor yang menjadi penyebab dan

pemicu timbulnya stres akademik antara lain: pertama, adanya reaksi dari penyesuaian baru yang harus dilakukan mahasiswa dalam kehidupan kampus; kedua, adanya tekanan akademik dan konflik antar pribadi yang muncul; ketiga, kondisi lingkungan tempat tinggal dan perubahan *lifestyle* yang terjadi.

Stres akademik yang ditimbulkan dari pembelajaran daring memberikan pengaruh pada hal-hal lain, seperti motivasi belajar. Winkel, (dalam Puspitasari 2012) menjelaskan bahwa motivasi belajar merupakan suatu usaha yang ada di dalam diri mahasiswa yang mengarah pada kegiatan belajar serta menjamin kelangsungan kegiatan belajar dengan maksud untuk mencapai tujuan dari belajar. Untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditentukan, motivasi belajar memiliki peran besar di dalam prosesnya. karena motivasi belajar mendorong semangat dan minat belajar pada mahasiswa.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sujadi (2021: 30) dinyatakan bahwa stres akademik dengan motivasi belajar memiliki hubungan negatif yang signifikan sehingga diperoleh suatu kesimpulan bahwa semakin tinggi stres akademik menyebabkan semakin rendah motivasi pada mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah stres akademik maka semakin tinggi pula motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Farhana (2020: 211) menyimpulkan bahwa stres akademik dan motivasi belajar memiliki hubungan positif yang berarti apabila stres akademik meningkat maka motivasi belajar juga meningkat.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan wawancara yang telah dilakukan, maka peneliti merasa perlu untuk melaksanakan penelitian mengenai hubungan stres akademik dengan motivasi belajar pada pembelajaran daring yang dimiliki oleh mahasiswa bimbingan dan konseling FKIP Unsri.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi rumusan masalah yang akan dibahas antara lain adalah : Bagaimana hubungan stres akademik dengan motivasi belajar dalam

pembelajaran daring mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Unsri?.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres akademik dengan motivasi belajar dalam pembelajaran daring mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Unsri.

1.4 Manfaat penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan maka manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menambah ilmu literatur serta menjadi referensi serta masukkan bagi perkembangan ilmu pendidikan khususnya bimbingan konseling dan menambah kajian ilmu pendidikan khususnya mengenai hubungan stres akademik dan motivasi belajar pada pembelajaran daring.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Bagi mahasiswa, diharapkan penelitian ini dapat menjadi suatu informasi yang berguna bagi mahasiswa untuk mengetahui bentuk-bentuk stres akademik dan hubungannya dengan motivasi belajar dalam pembelajaran daring.
2. Bagi penulis, diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan serta pengalaman langsung bagi penulis mengenai hubungan stres akademik dan motivasi belajar dalam pembelajaran daring.
3. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti berharap penelitian ini mampu membantu peneliti selanjutnya mendapatkan wawasan dan informasi

baru mengenai topik serupa yaitu mengenai hubungan stres akademik dengan motivasi belajar dalam pembelajaran daring.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvin, N. O. (2001). *Handling Study Stress: Panduan agar Anda Bisa Belajar Bersama Anak-Anak Anda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. Makassar: Edukasi Mitra Grafika.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bangun, Wilson. (2012). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Erlangga.
- Barseli, dkk. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(1): 72.
- Bilfaqih, Y., & Qomarudin, M. N. (2015). *Esensi Penyusunan Materi Pembelajaran Daring*. Yogyakarta: Deepublish.
- Busari, A. O. (2011). Stress Inoculation Techniques in Fostering Adjustment to Academic Stress Among Undergraduate Students. *British Journal of Humanities and Social Sciences*, 1(2): 299.
- Dayana I., & Marbun J. (2018). *Motivasi Kehidupan*. Bogor: Guepedia.
- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Farhana, K. (2020). Hubungan Antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar (Studi Kasus pada Mahasiswa Semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom). *Prosiding Manajemen*, 1 April 2020, Universitas Telkom: 211.
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An Analysis of the Categories in the Student- Life Stress Inventory. *American Journal of Psychology Research*, 1(1): 1-10.
- Hadisi, & Muna. (2015). Pengelolaan Teknologi Informasi dalam Menciptakan Model Inovasi Pembelajaran (E-Learning). *Jurnal Al-Ta'dib*, 8(1):127–132.
- Hamzah B. U. (2017) *Teori Motivasi dan Pengukurannya (Analisis di Bidang Pendidikan)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hardini, I., & Dewi P. (2012). *Strategi Pembelajaran Terpadu (Teori, Konsep, & Implementasi)*. Yogyakarta: Familia (Grup Relasi Inti Media).

- Izzati W., & Nirmala. (2015). Hubungan Tingkat Stress dengan Peningkatan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Perkotaan Rasimah Ahmad Bukittinggi Tahun 2015. *Jurnal Ilmu Kesehatan 'Afifyah*, 2(2): 2.
- Liao, dkk. (2012). Relationships Among Organizational Culture, Knowledge Acquisition, Organizational Learning, and Organizational Innovation in Taiwan's Banking and Insurance Industries. *The International Journal of Human Resource Management*, 23(1): 64.
- Lestari, F. N., & Miftakhul'Ulum, W. (2020). Analisis Bentuk Kedisiplinan Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Belajar dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SDN I Gondosuli Gondang. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 5(2): 318-329.
- Meidawati. (2019). Pengaruh Daring Learning terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Sekolah Dasar. Prosiding Seminar Nasional Sains & Entrepreneurship VI, 14 Oktober 2019, Universitas PGRI Semarang: 1-5.
- Mustofa, M. I., Chodzirin, M., Sayekti, L., & Fauzan, R. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Jurnal Walisongo Teknologi Informasi*, 1(2): 151.
- Nusran, M., & Dirgahayu L. (2019). *Dunia Industri Perspektif Psikologi Tenaga Kerja*. Makassar: Nas Media Pustaka.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puspitha F. C., Merry I. S., & Dwita O. (2018). Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 7(3): 31.
- Rahmawati, R. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Piyungan pada Mata Pelajaran Ekonomi Tahun Ajaran 2015/2016. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Riyana, C. (2019). Produksi Bahan Pembelajaran Berbasis *Online*. *Universitas Terbuka*, 1-29.
- Rustaman, H. A. (2020). Efektivitas Penggunaan Aplikasi Daring, Video Conference dan Sosial Media pada Mata Kuliah Komputer Grafis 1 di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 4(3): 558.
- Sagala, S. (2006). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sardiman. (2018). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.

- Sharma, G., & Pandey, D., (2017). Anxiety , Depression , and Stress in Relation to Academic Achievement among Higher Secondary School Students. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2): 0-7.
- Seno, & Zainal, A. E. (2019). Persepsi Mahasiswa terhadap Pelaksanaan E-Learning dalam Mata Kuliah Manajemen Sistem Informasi. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 2(3): 183.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sujadi, E. (2021). Stres Akademik dan Motivasi Belajar Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengembangan Bimbingan dan Konseling Pendidikan*, 4(1): 29-41.
- Sumadi, S. (2013). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Y., & Xu, A. Q. (2011). Educational Stress Scale for Adolescents: Development, Validity, and Reliability with Chinese Students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6): 534-546.
- Widiyastari, Ulfa. (2019). Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Stres Akademik pada Santri Pondok Pesantren An-Nur Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Widodo, A., & Nursaptini, N. (2020). Problematika Pembelajaran Daring dalam Perspektif Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 4(2): 100–115.
- Widyastuti. (2017). Self Compassion, Stress Akademik dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru. *Jurnal Psikologi talenta*, 3(1): 8.
- Yosep, H., Iyus., & Sutini, T. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa dan Advance Mental Health Nursing*. Bandung: Refika Aditama.