

PENGARUH STRES KERJA TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PADA MAHASISWA STMB MULTISMART YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Siti Noriza^[1], Triana Melinda Sinaga^[2]

STMB MULTI SMART

Jalan Pajak Rambe Martubung, Kec.Medan Labuhan, Medan, Sumatera Utara 20252

E-mail: snurizah2000@gmail.com^[1], trianamelinda.tm@gmail.com^[2]

Abstrak - Penelitian ini yaitu jenis penelitian korelasional yang berfungsi dalam pengujian pengaruh stres kerja terhadap motivasi belajar mahasiswa STMB MULTISMART. Data yang dipergunakan yaitu data primer. Populasi penelitian sejumlah 50 orang. Sampel diambil dengan menggunakan *purposive sampling*. Teknik analisis yang dipergunakan yaitu regresi linier menggunakan software SPSS. Nilai R^2 sejumlah 14.2% yang menunjukkan bahwa variabel independen berpengaruh pada motivasi belajar. Hal tersebut juga didukung dari hasil secara coefficient bahwa pengaruh stres kerja terhadap motivasi belajar mahasiswa STMB MULTISMART. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja pada mahasiswa STMB MULTISMART yang bekerja berada diklasifikasikan pada stres sedang.

Kata Kunci: *Stres kerja, Motivasi Belajar, Mahasiswa*

1. PENDAHULUAN

Pendidikan yaitu upaya utama yang sistematis guna mendapatkan taraf hidup ataupun kemajuan yang lebih baik. Pendidikan yaitu rangkaian pembelajaran untuk siswa dalam memahami sesuatu hal ataupun dengan tujuan untuk berpikir kritis. Pendidikan tersebut dapat diperoleh dengan cara formal maupun non formal. Pendidikan di perguruan tinggi merupakan pendidikan formal, yang mana merupakan pendidikan tingkat lanjut untuk siswa yang telah menyelesaikan pendidikan atau sedang menyelenggarakan pendidikan tinggi.[1] Sementara pengetahuan yang didapatkan dalam kehidupan keseharian yang dapat dipelajari atau dialami dari orang lain merupakan pendidikan non formal. Salah satu rangkaian pembelajaran diperguruan tinggi yang ada di Sumatera Utara khususnya Medan Utara adalah STMB MULTI SMART. STMB MULTI SMART merupakan perguruan tinggi swasta yang diselenggarakan oleh Departemen Kemendikbud untuk melakukan pembelajaran dalam berbagai bidang. STMB MULTI SMART telah berdiri sejak tahun 2000 di kota Medan. Motivasi dapat berasal dari dalam internal ataupun eksternal. Adanya motivasi yang tinggi tentunya berpengaruh dalam pembelajaran serta prestasi belajar. Mahasiswa memerlukan motivasi terkait dalam manajemen waktu. Sementara itu mahasiswa yang bekerja paruh waktu diharuskan untuk memiliki manajemen waktu yang baik dengan harapan dapat membagi waktu antara bekerja dan kuliah. Mahasiswa yang tidak dapat melakukan manajemen waktu dengan baik akan mengalami tekanan dalam proses belajar. Mereka harus bekerja dipagi hari atau siang hari setelah itu sore nya mereka harus lanjut kuliah lagi hingga pulang nya larut malam semua itu dilakukan demi mencukupi kebutuhan hidupnya bahkan termasuk membiayai studinya. Mereka mengungkapkan kuliah sambil bekerja tidak jarang membuat mereka menjadi sulit untuk mengerjakan tugas individu maupun tugas kelompok serta sulit berkonsentrasi karena terlalu lelah bekerja sepanjang hari. Hal tersebut menunjukkan terjadinya penurunan motivasi belajar pada mahasiswa yang bekerja, sehingga hal ini juga berdampak pada emosional mereka. Sebagai mahasiswa dan juga sebagai pekerjaan tentu mereka diminta banyak tuntutan yang harus dijalani dan semua itu tidak jarang membuat mereka mengalami stres. Stres juga sering membuat mereka menjadi mengalami sakit kepala, mudah lelah serta sulit konsentrasi dalam belajar. Kerap kali diantara mahasiswa yang bekerja mereka mengatakan bahwa nilai mereka mengalami penurunan dan menjadi tidak semangat untuk datang berkuliah karena banyaknya tugas dari pekerjaan. Keadaan stres tersebut merupakan salah satu faktor yang menyebabkan motivasi belajar yang menurun yang dialami mahasiswa STMB MULTISMART. Stres yang dialami yaitu tekanan mahasiswa yang bekerja sambil kuliah. Individu yang sedang mengalami stres dapat ditunjukkan dengan adanya keadaan yang mengalami perubahan pada fisiknya, keluhan yang sering dialami seperti mudah tersinggung, pesimis dan mudah menyerah dalam menghadapi sebuah masalah. Dari pengamatan yang dilakukan terhadap mahasiswa didapatkan informasi bahwa mahasiswa yang berkuliah dan bekerja akan mengalami rasa cemas yang bermula stres dikarenakan adanya ketidaksesuaian diantara harapan dan kenyataan. Harapan yang ada tentunya mahasiswa dapat belajar serta bekerja sehingga mendapatkan pengalaman bekerja. Akan tetapi pada faktanya mahasiswa yang bekerja akan mengalami stres dikarenakan terdapat bentrok waktu diantara waktu untuk belajar dan bekerja. Berdasarkan paparan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti stress kerja dan motivasi belajar pada mahasiswa STMB MULTISMART. Oleh karena itu penelitian ini berjudul “Pengaruh Stres Kerja terhadap Motivasi Belajar Pada Mahasiswa STMB MULTISMART yang Kuliah sambil Bekerja.

Rumusan Masalah

1. Apakah stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap mahasiswa STMB MULTI SMART yang kuliah sambil bekerja ?
2. Apakah motivasi belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap mahasiswa STMB MULTI SMART yang kuliah sambil bekerja ?
3. Apakah stress kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa STMB MULTI SMART yang kuliah sambil bekerja?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui apakah stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap mahasiswa STMB MULTI SMART yang kuliah sambil bekerja
2. Untuk mengetahui apakah motivasi belajar berpengaruh positif dan signifikan terhadap mahasiswa STMB MULTI SMART yang kuliah sambil bekerja
3. Untuk mengetahui apakah stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa SMTB MULTI SMART yang kuliah sambil bekerja

Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengatasi stres kerja yang dialami mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, sehingga diharapkan mahasiswa dapat memotivasi diri dalam meningkatkan belajar.

2. LANDASAN TEORI**Stres Kerja**

Stres dalam bahasa latin stingere yaitu “keraas”. Stres yaitu keadaan tegang yang berpengaruh terhadap proses berpikir, emosional, serta keadaan individu itu sendiri. Apabila individu mengalami stres yang tinggi tentunya akan mengganggu individu itu untuk menghadapi pekerjaan atau lingkungan sedang dihadapi.[4]. Stres kerja yaitu suatu respon individu baik mental maupun fisik pada perubahan di lingkungannya yang dirasa mengancam atau mengganggu dirinya. Stres kerja yaitu keadaan emosi yang muncul dikarenakan terpadat ketidak sesuaian beban kerja dengan kemampuan dalam menghadapi tekanan. Stres yaitu keadaan dinamis yang mana individu akan dihadapkan dengan peluang, tuntutan, keterbatasan dengan harapan yang dia inginkan dan tidak menentu.[5] Stres yaitu keadaan yang kerap kali dihindarkan. Akan tetapi kerap kali pekerjaan akan menyebabkan stres kerja bagi individu. Stres tentunya akan dialami oleh tiap individu, terlebih apabila memiliki keterikatan dengan pekerjaan. Tiap pekerjaan dapat menjadi faktor penyebab stres, dikarenakan adanya beban kerja berlebih, ketidaksesuaian hubungan, ataupun konflik. Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa stres kerja yaitu respon individu baik mental ataupun fisik pada perubahan di lingkungan kerja yang dianggap mengancam atau mengganggu dirinya.

Faktor –Faktor Penyebab Stres Kerja

Penyebab stres kerja *on-the-job*:

1. Beban kerja berlebih
2. Tekanan
3. Jeleknya kualitas supervisi
4. Ketidakamanan iklim politisi
5. Umpan balik tidak memadai
6. Wewenang yang tidak mencukupi
7. Ambiguitas peran
8. Frustrasi
9. Konflik
10. Perbedaan antara nilai-nilai perusahaan dan karyawan
11. Berbagai bentuk perubahan

Sementara penyebab *stres off-the-job*:

1. Kekhawatiran finansial
2. Permasalahan yang bersangkutan dengan anak
3. Permasalahan phisik

Penyebab stres:

1. Extra organizational stressors
2. Meliputi perubahan ekonomi, teknologi, keuangan, relokasi, sosial, tempat tinggal, dan keluarga
3. Organizational stressors
4. Meliputi keadaan fisik, proses yang terjadi, struktur, dan kebijakan organisasi.
5. Group stressors
6. Meliputi dukungan sosial dan kebersamaan yang rendah, serta konflik.
7. Individual stressors
8. Meliputi ketidakjelasan peran, *control personal*, *learned helplessness*, dan *self-efficacy*, dan konflik.

Pengertian Motivasi Belajar

Motivasi belajar yaitu dorongan yang didapatkan dari intrinsik (dalam) maupun ekstrinsik (luar) diri. Motivasi intrinsik yaitu motivasi yang tidak memerlukan adanya dorongan dari luar atau orang lain. Sementara motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang aktif karena adanya dorongan dari luar.[6]

Faktor-faktor Motivasi Belajar

Tingkat motivasi belajar seorang mahasiswa dapat dilihat dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal mencakup sikap, pendidikan, harapan, cita-cita, pengalaman, dan kepribadian yang akan membuat mahasiswa sadar terkait pengaruh belajar pada masa depan. Hal tersebut dikarenakan belajar merupakan peluang nantinya untuk mendapatkan pekerjaan. Sementara faktor eksternal yaitu dorongan yang datang dari luar seperti halnya ketersediaan perpustakaan, wifi, serta kualitas atau mutu dari dosen mengajar menjadi faktor penting dalam meningkatkan mutu pendidikan mahasiswa.

3. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yaitu upaya guna memperoleh jawaban terkait permasalahan suatu penelitian. Penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional. Metode penelitian kuantitatif dipergunakan dalam penelitian terhadap populasi ataupun sampel tertentu menggunakan alat ukur dan analisis data dengan tujuan yang ditetapkan sebelumnya. Korelasional yaitu guna mengetahui keterikatan variabel satu dengan yang lain.

Lokasi penelitian

Lokasi penelitian di kampus STMB MULTISMART K.L. Yos Sudarso, jalan Pajak Rambe No. 16.5, Martubung Medan Labuhan.

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang dipergunakan yaitu penelitian korelasional, yaitu keterhubungan satu variabel dengan yang lain yang dinyatakan dengan besaran koefisien korelasi secara statistik. Dengan demikian dapat berfungsi untuk menjelaskan tentang pengaruh stres kerja terhadap motivasi belajar mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian yaitu sebagian dari mahasiswa/i kampus STMB MULTISMART. Sementara sampel sebanyak 50 responden yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Kuesioner yaitu alat pengumpul data yang mana berbentuk formulir berisi pertanyaan atau pernyataan yang diberikan secara tertulis kepada responden.

Pengujian instrumen data

Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik digunakan dalam mendiskripsikan data menjadi informasi yang lebih jelas serta mudah dipahami mengenai penelitian berupa hubungan dari variabel independen.[7]

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas berfungsi mengetahui apakah nilai residual terdistribusi normal atau tidak dengan menggunakan kolmogorov-smirnov melalui program SPSS 25 for windows. Jika variabel dengan signifikan > 0.5 maka variabel terdistribusi normal sedangkan jika signifikan < 0.5 maka variabel tersebut tidak terdistribusi dengan normal.[8]. Uji koefisien determinasi bertujuan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menggambarkan variasi variabel independen. Dalam penelitian ini menggunakan regresi linier maka masing – masing variabel independen secara parsial dan secara bersama – sama mempengaruhi variabel dependen yang dinyatakan dengan R² untuk menguji derajat determinasi.[8]

Teknik Analisis dan Uji Hipotesis

Analisis linier berganda

Analisis ini dipergunakan untuk mengetahui pengaruh beberapa variabel independen terhadap variabel dependen. Model regresi dalam penelitian ini sebagai berikut :

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + e$$

Keterangan	:	Y	: Motivasi
		α	: Konstanta
		X	: Stres Kerja
		β	: Koefisien regresi
		e	: Error Term (5%)

Uji F

Uji F digunakan untuk melihat apakah semua variabel independen yang dimasukkan memiliki pengaruh secara bersama – sama terhadap variable depeden terikat. Prosedur Uji F:

- Nilai F hitung > F tabel, maka hipotesis diterima
- Nilai itung < F tabel, maka nilai F hipotesis ditolak[8]

Uji t

Tujuan uji t yaitu untukmelihat seberapa jauh pengaruh dari variabel independen (X) pada variabel dependen (Y) secara parsial, yang menggunkan tingkat signifikan sebesar 0,05. Ketentuan pengujian:

- Tingkat signifikansi $\leq 5\%$ Ho ditolak dan Ha diterima
- Tingkat signifikansi $\geq 5\%$ Ho diterima dan Ha ditolak.[9]

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis statistik deskriptif

Tabel 1 Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Stress	50	17,0	8,0	25,0	15,840	4,0222
Motivasibelajar	50	13,0	12,0	25,0	17,340	3,1468
Valid N (listwise)	50					

Sumber : Data Primer Diolah,2021

Penjelasan Tabel 1 : Diketahui jumlah data tiap variabel valid sejumlah 50, dari 50 data sampel motivasi belajar (Y), nilai minimum sebesar 12,0 nilai maksimum sejumlah 25,0 diketahui nilai mean sebesar 17,340,serta nilai standar deviasi sebesar 3,1468, berarti nilai mean > nilai standar sehingga penyimpangan data yang terjadi rendah maka penyebaran nilainya merata. Stres kerja (X) dari 50 data sampel diketahui bahwa nilai minimum sejumlah 8,0 nilai maksimum sejumlah15,840 nilai mean 15,840 serta nilai standar desivi sebesar 4,0222 artinya mean stres kerja > nilai standar sehingga penyimpangan data yang terjado rendah maka penyebaran nilainya merata.

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Tabel 2 Test of Normality

Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
,080	50	,200*	,983	50	,667
,097	50	,200*	,969	50	,215

Sumber : Data Diolah Dari Hasil Penelitian, 2021

Penjelasan Tabel 2 : Diketahui test normalitas kolmogorov smirnov apabila sig > 0,05 berarti data terdistribusi normal. Hasil uji SPSS, nilai signifikan sebesar 0,2 maka nilai 0,2 >0,05 berarti terdistribusi normal.

Uji Analisis Regresi Linier

Tabel 3 Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	stress ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Motivasibelajar

b. All requested variables entered.

Sumber : Data Diolah Dari Hasil Penelitian, 2021

Penjelasan Tabel 3 : Dari hasil penelitian menyatakan bahwa variabel mandiri (x) nya terletak pada stres sedangkan variabel bergantungnya (y) nya terletak pada motivasi belajar.

Hasil uji determinasi

Tabel 4 Model summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,399 ^a	,160	,142	2,9148

a. Predictors: (Constant), stress

Sumber : Data Diperoleh Dari Hasil Penelitian,2021

Penjelasan Tabel 4 : Hasil dari Adjusted R square memperlihatkan angka 0,16 yang artinya garis regresi dengan data tidak sesuai yang dimana data diatas 0,5.

Hasil uji F

Tabel 5 ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	77,411	1	77,411	9,111	,004 ^b
Residual	407,809	48	8,496		
Total	485,220	49			

a. *Dependent Variable* : Motivasi Belajar

b. *Predictors* : (Constant), stress

Sumber : Data Diperoleh Dari Hasil Penelitian ,2021

Penjelasan Tabel 5 : Diketahui variabel indepeden secara bersama berpengaruh pada variabel dependen dimana nilai Fhitung sebesar 9,111 > 2,81 dan memiliki signifikan sebesar 0,004 < 0,05, sehingga hipotesis antara stres dengan motivasi belajar tidak ada nya hubungan.

Hasil Uji t

Tabel 6 Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	12,390	1,691		7,328	,000
	stress	,312	,104	,399	3,019	,004

a. *Dependent Variable* : Motivasi belajar

Sumber : Data Diperoleh Dari Hasil Penelitian, 2021

Penjelasan Tabel 6 : Diketahui variabel stress memiliki nilai thitung 3,019 > ttabel 1,675 dan nilai signifikan 0,004 < 0,05 sehingga hipotesis diterima yakni ada hubungan antara stres kerja dengan motivasi belajar.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pembahasan

Pengaruh Stres Kerja Terhadap Motivasi Belajar

Hasil pengujian hipotesis kedua dengan pengujian uji t diperoleh stres kerja memiliki nilai thitung 3,019 > ttabel 1,675 dan nilai signifikan 0,004 < 0,05 yang berarti hipotesis yang menyatakan stres kerja dengan motivasi belajar diterima.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait pengaruh stres kerja terhadap motivasi belajar mahasiswa STMB MULTISMART dapat disimpulkan bahwa Stres kerja berpengaruh terhadap motivasi belajar mahasiswa STMB MULTISMART

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Dwi, "Pengertian Pendidikan Secara Umum," *Silabus*, p. 22, 2016.
- [2] T. Teori, M. Belajar, and P. Motivasi, "21st September 2010," no. September, pp. 11–15, 2010.
- [3] M. Munir, "BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1 Kajian Pustaka 2.1.1 Dinamika Konflik," pp. 13–92, 2001.
- [4] Handoko, "Pengaruh Stress Pada Aktivitas Fisik," *Univ. Yogyakarta*, p. 200, 2015.
- [5] U. Oemar and L. Gangga, "Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada Dinas Pendapatan, Keuangan Dan Aset Daerah Kabupaten Musi Manyasin," *J. Ecoment Glob.*, vol. 2, no. 2, p. 22, 2017, doi: 10.35908/jeg.v2i2.249.
- [6] Santapan Rohani, "Tetap Terhubung," pp. 1–17, 2013, [Online]. Available: <https://santapanrohani.org/2013/06/13/tetap-terhubung/>.
- [7] A. Taufik, M. N. Azhad, and A. H. Hafidzi, "Faktor Yang Mempengaruhi Minat Berwirausaha Mahasiswa," *J. Penelit. IPTEKS*, vol. 3, no. 1, p. 86, 2018, doi: 10.32528/ipteks.v3i1.1881.
- [8] A. Aziz Setiawan, "Pengaruh Intellectual Capital Terhadap Return On Asset (ROA) Perusahaan (Studi Empiris pada Perusahaan Sektor Pertambangan yang terdaftar di Bursa Efek Indonesia (BEI) Tahun 2007-2012)," *SI thesis, Fak. Ekon.*, pp. 43–56, 2019.
- [9] D. Darmawan, "Analisis Data Statistik Deskriptif," *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 53, no. 9, pp. 1689–1699, 2019.