

Hubungan Antara Efikasi Diri, Dukungan Sosial Dan Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid-19

Endah Fajri Arianti¹, Lisnawati Ruhaena²

Prodi Psikologi, Universitas Sahid Surakarta^{1,2}

efarianti.ea@gmail.com¹

Abstrak

Pandemi covid-19 menyebabkan perubahan metode pembelajaran menjadi pembelajaran dalam jaringan (daring). Perubahan metode pembelajaran menimbulkan permasalahan seperti kurang adanya motivasi belajar pada mahasiswa. Padahal keberhasilan seseorang dalam belajar sangat berkaitan dengan adanya motivasi belajar. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menguji hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial dan stres dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi Covid-19. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti ini adalah adanya hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial, stres dengan motivasi belajar pada mahasiswa dimasa pandemi covid-19. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta (N = 212), dipilih dengan teknik *simple random sampling* dan *snowball sampling*. Instrumen pengumpulan data melalui survey online dengan menggunakan empat skala, yaitu skala motivasi belajar, *General Self-Efficacy Scale* (GSES), *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *Perceived Stress Scale* (PSS-10). Data dianalisis menggunakan regresi linear berganda. Hasilnya menunjukkan nilai yang signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan F sebesar 50.159, sumbangan efektif = 42%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial dan stres dengan motivasi belajar.

Kata Kunci: efikasi diri, dukungan sosial, motivasi belajar, stres.

Abstract

The COVID-19 pandemic has caused a change in learning methods to online learning. Changes in learning methods cause problems such as lack of motivation to learn in students. Whereas a person's success in learning is closely related to the motivation to learn. The purpose of this study was to examine the relationship between self-efficacy, social support and stress with student learning motivation during the Covid-19 pandemic. The hypothesis of this researcher is that there is a relationship between self-efficacy, social support, stress and student learning motivation during the covid-19 pandemic. The sample in this study were students of Muhammadiyah University of Surakarta (N = 212), selected by simple random sampling and snowball sampling techniques. The instrument for collecting data was through an online survey using four scales, namely the learning motivation scale, the General Self-Efficacy Scale (GSES), The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the Perceived Stress Scale (PSS-10). Data analysis used multiple linear regression. The results showed a significant value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$) and F of 50.159, effective contribution = 42%. This shows that there is a relationship between self-efficacy, social support and stress with learning motivation.

Keywords: learning motivation; self-efficacy; social support; stress

PENDAHULUAN

Dunia kini tengah dilanda wabah corona atau yang sering disebut dengan Covid-19. Corona virus merupakan jenis virus baru yang menimbulkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat yang belum pernah diketahui sebelumnya pada manusia. Data pertanggal 28 Mei 2022, kasus Covid-19 di dunia terkonfirmasi mencapai 531,047 juta kasus (Worldometer, 2021), sedangkan kasus di Indonesia terkonfirmasi mencapai 6,053 juta kasus (Satgas Penanganan Covid-19, 2021).

Pandemi Covid 19 telah membuat berbagai perubahan dalam berbagai bidang termasuk bidang pendidikan. Berdasarkan perubahan yang terjadi, beberapa Negara di dunia menerapkan pembelajaran jarak jauh sebagai upaya pencegahan penyebaran virus corona seperti, salah satu universitas di Turki (Dilmaç, 2020). Selain di Negara Turki, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) pertanggal 17 Maret 2020 mengeluarkan surat edaran dengan Nomor:36962/MPK.A/HK/2020 terkait aturan pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah. Hal yang sama pada tempat penelitian, Universitas Muhammadiyah Surakarta per tanggal 14 Maret 2020 mengeluarkan surat edaran nomor 183/A.2-VII/BR/II/2020 terkait pembelajaran jarak jauh. Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang

menggunakan sarana berbasis internet, yang memungkinkan adanya interaksi antara pengajar dan pembelajar. Sarana pembelajaran daring diantaranya dapat dilakukan melalui aplikasi *Google Classroom*, *Zoom*, *Google Meet*, atau *Whatsapp* (Prawiyogi et al., 2020).

Pada masa perkuliahan di masa pandemi covid-19 mahasiswa dituntut untuk dapat beradaptasi dengan kebiasaan baru baik secara material dan kesiapan mental. Mahasiswa juga dituntut untuk dapat menjalani setiap proses kegiatan perkuliahan secara baik, berperan aktif dan mengumpulkan tugas tepat waktu agar tercapai prestasi belajar yang memuaskan. (Rusmaini & Rahayu, 2019). Berbagai macam tantangan di masa pandemi yang harus dihadapi mahasiswa menimbulkan permasalahan terkait kurangnya motivasi belajar. Berdasarkan hasil survey awal peneliti pada 30 Januari 2022 menggunakan *google form* kepada 44 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden mengalami permasalahan terkait kurangnya motivasi belajar sebesar 75% (33 mahasiswa). Hal ini juga ditemukan pada hasil riset dari jurnal Andyani et al (2021) kepada kepada 61 responden mahasiswa FK Universitas Muhammadiyah Surakarta menunjukkan hasil sebesar 67,2% yaitu sebanyak 41 mahasiswa memiliki motivasi belajar

tergolong rendah. Hal ini dapat disimpulkan bahwa selama pandemi covid-19 menunjukkan kurangnya motivasi belajar pada mahasiswa (Denni, 2020), (Djoko et al., 2021) dan (Tafdhila, 2021).

Motivasi belajar didefinisikan dorongan internal dan atau eksternal pada diri seseorang yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku (Uno, 2013). Hal ini sesuai pendapat Muhammad (2016) bahwa individu yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan selalu berusaha untuk menjadi lebih baik supaya berhasil mencapai tujuannya. Sedangkan, individu yang kurang memiliki motivasi belajar akan menunjukkan ketidaksungguhan dalam belajar, kurangnya kesiapan belajar, kurang serius dalam mengikuti pembelajaran dan kurang aktif berpartisipasi di dalam kelas (Emda, 2017).

Salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi belajar pada diri seseorang yaitu efikasi diri. Individu yang memiliki efikasi diri atau keyakinan diri yang tinggi cenderung akan lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugasnya sehingga mampu memperkuat motivasi dalam mencapai keberhasilan. Begitu juga sebaliknya, individu yang memiliki efikasi diri yang rendah cenderung kurang berusaha keras dan mudah menyerah sehingga ia akan menghindari tugas-tugas

diberikan (Devi, 2020); (Setriani & Puspitasari, 2020); (Zega, 2020).

Selain itu, faktor lain yang mempengaruhi motivasi belajar pada diri seseorang yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial berperan penting dalam menunjang motivasi belajar. Seseorang dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki rasa kepercayaan diri, keyakinan diri bahwa mereka mampu menguasai situasi dan memberikan hasil yang positif dalam menghadapi proses pembelajaran. Oleh karena itu, dengan mendapat dukungan sosial menyebabkan motivasi mahasiswa meningkat, lebih bersemangat dan bergairah dalam menghadapi tugas belajar. Sebaliknya, kondisi lingkungan yang tidak mendukung dapat menimbulkan kecemasan saat pembelajaran sehingga kurang terlihat memiliki motivasi belajar (Ansel & Arafat, 2021); (L. Agustina & Wisnumurti, 2019) dan (Sarafino, 2002).

Pandemi covid-19 juga menimbulkan perubahan proses perkuliahan dan kehidupan sehari-hari yang dapat menimbulkan stress pada mahasiswa. Akibatnya, timbul rasa malas, kehilangan semangat, susah tidur, lelah dan bosan terhadap materi kuliah selama pembelajaran daring. Apabila hal ini terus berlanjut maka akan menimbulkan motivasi belajar mahasiswa yang rendah, gagal dalam pelajaran hingga kompetensi yang dimiliki tidak berkembang. Stres

didefinisikan sebagai kondisi individu saat merasa tidak dapat menghadapi berbagai tuntutan yang berasal dari lingkungan mereka, sehingga individu merasa tegang dan tidak nyaman (Sarafino & Smith, 2014). Hal ini menunjukkan bahwa faktor lain yang mempengaruhi motivasi belajar pada diri seseorang yaitu Stres (Fauziyyah et al., 2021).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, efikasi diri, dukungan sosial, dan stress merupakan variabel yang mempengaruhi motivasi belajar seseorang. Ketiga variabel tersebut menarik untuk diteliti bagaimana hubungannya dengan motivasi belajar mahasiswa saat pembelajaran daring dimasa pandemi Covid-19. Penelitian ini bermaksud menguji apakah variabel (efikasi diri, dukungan sosial, stress dengan motivasi belajar) secara bersama-sama menjadi prediktor dari motivasi belajar.

Hal ini dapat diartikan bahwa beberapa penelitian mengenai hubungan antar variabel efikasi diri, dukungan sosial dan stress sudah cukup banyak diteliti. Namun hubungan antar variabel tersebut tidak cukup menjelaskan hubungan variabel pada rancangan penelitian seperti, hubungan efikasi diri, dukungan sosial, stress dengan motivasi belajar pada ruang lingkup kondisi pandemi covid-19 dan lokasi yang berbeda. Di samping itu, penelitian dengan variabel-variabel

tersebut diharapkan dapat berkontribusi dalam mengatasi permasalahan menurunnya motivasi belajar pada mahasiswa. Berdasarkan uraian latar belakang penelitian dapat dirumuskan masalah yaitu “Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial dan stress dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi Covid-19?”.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk meneliti hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial dan stress dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi Covid-19. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam dalam bidang psikologi pendidikan khususnya mengenai motivasi belajar, efikasi diri, dukungan sosial dan stres. Selain itu hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi dasar dan sumber rujukan bagi pengembangan intervensi dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi Covid-19.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Karakteristik partisipan pada penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. Jumlah partisipan pada penelitian ini diperoleh sebesar 212 responden Mahasiswa universitas Muhammadiyah Surakarta.

Desain

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif berupa penelitian korelasional yang menggunakan satu variabel terikat dan tiga variabel bebas. Motivasi belajar merupakan variabel terikat (*dependent variabel*) sedangkan efikasi diri, dukungan sosial dan stres merupakan variabel bebas (*independent variabel*) dalam penelitian ini. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling* namun pada kenyataannya penentuan sampel dengan tuntutan tersebut sulit ditemukan, sehingga peneliti menambahkan teknik non random sampling berupa *snowball sampling* untuk mendapatkan sampel yang cepat dan optimal.

Prosedur

Prosedur penelitian diawali dengan uji koefisien validitas isi Aiken's dan uji koefisien reliabilitas Alpha Cronbach melalui *expert judgement*. Skala Motivasi Belajar yang berisi 18 aitem memiliki koefisien reliabilitas = 0,78 dengan nilai rata-rata koefisien Aiken's V sebesar 0,79 dan nilai V tiap aitem bergerak dari 0,72 sampai 0,88. Skala *General Self Efficacy Scale* (GSES) yang berisi 10 aitem memiliki koefisien reliabilitas = 0,81 dengan nilai rata-rata koefisien Aiken's V sebesar 0,83 dan nilai V tiap aitem bergerak dari 0,77 Sampai 0,86. Skala

Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MPSS) yang berisi 12 aitem memiliki koefisien reliabilitas = 0,93 dengan nilai rata-rata koefisien Aiken's V sebesar 0,78 dan nilai V tiap aitem bergerak dari 0,72 Sampai 0,86. Skala *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang berisi 10 aitem memiliki koefisien reliabilitas = 0,70 nilai rata-rata koefisien Aiken's V sebesar 0,79 dan nilai V tiap aitem bergerak dari 0,72 Sampai 0,91.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 4 skala yaitu skala Motivasi Belajar yang disusun berdasarkan aspek-aspek motivasi belajar menurut Uno (2013). Skala yang kedua adalah *General Self-Efficacy Scale* (GSES) yang disusun oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995) dan dikembangkan versi bahasa Indonesia oleh Novrianto (2019). Skala yang ketiga adalah *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) disusun oleh Zimet (1988) dan dikembangkan versi bahasa Indonesia oleh Winahyu, dkk (2015). Skala yang keempat adalah *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang telah disusun oleh Cohen dan Williamson (1983).

Teknik Analisis

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini antara lain : uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi yang

dilakukan diantaranya (a) Uji Normalitas, (b) Uji Linearitas, (c) Uji Multikolinieritas. Uji hipotesis yang digunakan berupa analisis regresi linear berganda. Analisis regresi linear berganda merupakan suatu perhitungan yang digunakan untuk menghitung korelasi antara variabel tergantung dengan dua atau lebih variabel bebas (Hadi, 1995). Seluruh perhitungan dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 26.0 *for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Analisis data perlu didahului dengan melakukan uji asumsi. Uji asumsi untuk tiga variabel penelitian meliputi uji normalitas, uji linieritas hubungan antar variabel dan uji multikolinieritas.

Uji asumsi pertama adalah uji normalitas sebaran subjek penelitian yang menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Z*. Dalam menentukan normalitas sebaran data, standar yang digunakan adalah; jika $p > 0,05$ maka sebaran data penelitian dikatakan normal. Sebaliknya apabila $p < 0,05$ maka sebaran data penelitian dikatakan tidak normal. Hasil uji normalitas pada ketiga variabel penelitian ini, dapat dilihat dalam Tabel 1.

Tabel 1. Hasil uji normalitas

	<i>Unstandardized Residual</i>	Keterangan
<i>Asymp. Sig (2-tailed)</i>	0.200	Normal

Kemudian dilanjutkan dengan uji linieritas. Hasilnya ditunjukkan pada Tabel 2 dan uji multikolinieritas pada Tabel 3. Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan uji deviasi dari linieritas. Hasil uji linearitas ditunjukkan pada Tabel 2 menunjukkan bahwa skor signifikansi, $p > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel atau persamaan masing-masing dari kedua variabel membentuk garis lurus.

Table 2. Hasil uji linieritas

Variabel	<i>deviation from linearity</i>	
	Sig	Description
Self efficacy dengan motivasi belajar	0.384	Linear
Dukungan sosial dengan motivasi belajar	0.120	Linear
Stres dengan motivasi belajar	0.072	Linear

Distribusi data pada Tabel 3 menunjukkan bahwa kedua variabel efikasi diri, dukungan sosial dan stres bebas dari

multikolinearitas. Hal ini tercermin dari nilai toleransi $> .10$, dan nilai VIF < 10 .

Table 3. Hasil multikolinieritas

Variabel	<i>Collinearity Statistic</i>		Keterangan	
	<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>	<i>Tolerance</i>	<i>VIF*</i>
	<i>ance</i>	<i>F*</i>	<i>ce</i>	
Self efficacy dengan motivasi belajar	0.688	1.454	Tidak terjadi multikolinieritas	Tidak terjadi multikolinieritas
Dukungan sosial dengan motivasi belajar	0.689	1.451	Tidak terjadi multikolinieritas	Tidak terjadi multikolinieritas
Stres dengan motivasi belajar	0.866	1.155	Tidak terjadi multikolinieritas	Tidak terjadi multikolinieritas

Hasil uji hipotesis penelitian dapat dilihat pada Tabel 4. Tabel 4 menunjukkan bahwa baik efikasi diri, dukungan sosial maupun stres dengan motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan. Signifikansi korelasi terlihat dari skor yaitu efikasi diri $rx2y = 0,855$ dan ($p < 0,05$) terdapat korelasi positif yang sangat signifikan, dukungan sosial $rx3y = 0,382$ dan ($p < 0,05$) terdapat korelasi positif yang

sangat signifikan, tegangan $rx4y = -0,492$ dan ($p < 0,05$) terdapat korelasi negatif yang sangat signifikan.

Tabel 4. Hasil analisis regresi linier berganda

Variabel	r_{xy}	Sig.
Self efficacy dengan motivasi belajar	0.855	0.000
Dukungan sosial dengan motivasi belajar	0.382	0.000
Stres dengan motivasi belajar	- 0.492	0.000

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menguji hubungan antara variabel efikasi diri, dukungan sosial dan stres dengan motivasi belajar, seperti terlihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Variabel	R	R Square	F	Signifikansi (p)
X_1, X_2, X_3 - Y	0.648	0.420	50.159	0.000

a) Independent Variabel: Self Efficacy (X_1), Dukungan sosial (X_2), Stres (X_3)

b) Dependent Variable: Motivasi Belajar (Y)

Tabel 5 menunjukkan bahwa ketiga prediktor keduanya berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar, dilihat dari skor $p < .05$. Sedangkan sumbangan efektif efikasi diri, dukungan sosial dan stres dengan motivasi belajar siswa pada masa pandemi covid-19 adalah sebesar 42%. Sisanya 58% dipengaruhi oleh faktor lain. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa mereka berpengaruh signifikan dengan motivasi belajar siswa selama pandemi covid-19. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial dan stres terhadap motivasi belajar siswa pada masa pandemi covid-19 dengan nilai $R = 0,648$, nilai $F = 50,159$, dan tingkat signifikansi $p < 0,05$ (0,000).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa dengan hipotesis pertama diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri, dukungan sosial dan stres dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi Covid-19. Hasil pengujian data di atas menunjukkan bahwa hipotesis pertama yang diajukan penulis diterima. Motivasi belajar dapat dijelaskan oleh efikasi diri, dukungan sosial dan stres dengan motivasi belajar sebesar 42% sedangkan sisanya

58% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi motivasi belajar selain efikasi diri, dukungan sosial dan stres. Selain efikasi diri, dukungan sosial dan stres masih banyak faktor lain yang mempengaruhi motivasi belajar.

Menurut Bandura dalam teori kognitif sosial, salah satu faktor penting untuk memunculkan suatu perilaku agar memberikan arah adalah adanya *Sense of self efficacy*. Dalam penelitian ini pada kegiatan belajar, efikasi diri (*Self efficacy*) adalah suatu keyakinan individu tentang kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan pada kegiatan belajar. Kemampuan ini diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas perkuliahan secara optimal. Selain itu, penguat (*reinforcement*) dapat berupa dukungan sosial ini juga menjadi penyebab munculnya perilaku pada kegiatan belajar. Pembelajar akan menetapkan tujuan atau perilaku yang diinginkan agar dapat mencapai tujuannya. Dengan demikian, dukungan sosial berpengaruh terhadap motivasi belajar (Alwisol, 2014).

Begitupula dengan hipotesis kedua yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan motivasi belajar. Uji korelasi parsial yang dilakukan, menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan motivasi belajar. Artinya, semakin tinggi efikasi diri yang

ada pada mahasiswa maka semakin tinggi pula motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa atau sebaliknya semakin rendah efikasi diri yang ada pada mahasiswa maka semakin rendah pula motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Yolandita & Fauziah (2021); Sari & Wulandari (2021); Hasibuan (2019); Permata & Purwanto (2018) dan Purningsih et al (2016) yang mengatakan bahwa efikasi diri yang tinggi dapat memicu motivasi belajar mahasiswa.

Bandura (1997) menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan salah satu faktor penting untuk memunculkan suatu perilaku yang memberikan arah agar dapat mencapai tujuannya. efikasi diri merupakan keyakinan pada diri seseorang bahwa dirinya mampu menyelesaikan berbagai kesulitan dengan berusaha menguasai suatu keterampilan atau melakukan berbagai upaya yang efektif. Individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki keyakinan bahwa dirinya sanggup mengatasi masalah yang dihadapinya. Mereka akan secara mandiri terlibat aktif dalam menyusun strategi belajar dan merencanakan berbagai upaya untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapinya sehingga memiliki kemungkinan lebih besar untuk berprestasi. Artinya mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung mampu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan karena adanya keyakinan/kepercayaan diri dalam

menyelesaikan tugas (Hasibuan, 2019); (Sucitno et al., 2020); (Yusuf, 2011).

Hipotesis ketiga penulis berupa adanya hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan motivasi belajar ini diterima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapatnya korelasi positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi belajar. Maka semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki siswa, atau semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa.

Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2021), Puteri & Dewi (2021), Agustina (2020), Zulkarnain et al (2019), dan Firdaus (2020) yang mengemukakan bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan motivasi belajar. Berarti dukungan sosial berperan dalam meningkatkan motivasi belajar pada mahasiswa. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi motivasi belajarnya. Sebaliknya, dukungan sosial yang kurang dari lingkungan berpotensi menyebabkan melemahnya daya pendorong dalam kegiatan belajar. Dukungan sosial seperti dukungan keluarga, dukungan teman bahkan lingkungan yang memiliki peran positif terhadap individu akan mampu meningkatkan motivasi belajarnya, hal ini

karena seseorang merasa menjadi bagian dan memiliki perasaan senang karena diharga, dicintai dan diperhatikan. Selain itu, faktor ekstrinsik berupa dukungan sosial yang positif dapat mempengaruhi motivasi belajar dikarenakan adanya penghargaan, *esteem need* dan *school well-being* (Tunggadewi & Indriana, 2017); (Zulkarnain; et al., 2019) dan (Maspupah et al., 2021).

Hipotesis keempat penulis berupa adanya hubungan yang negatif antara stres dengan motivasi belajar ini diterima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapatnya korelasi negatif yang sangat signifikan antara stres dengan motivasi belajar Hasibuan (2019); Alda (2020); Mentang & Londa (2019); Arlinda (2019); Raudah (2015). Maka semakin tinggi stres maka semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa, atau semakin rendah stres maka semakin tinggi motivasi belajarnya. Stres merupakan suatu bentuk kejenuhan dan kondisi tidak nyaman terhadap rutinitas kegiatan yang dilakukan mahasiswa secara terus menerus karena merasa tidak dapat menghadapi tuntutan lingkungan mereka (Sarafino & Smith, 2014); (M. T. D. Hasibuan, 2019).

Berdasarkan konsep teori belajar menurut Bandura menempatkan manusia sebagai pribadi yang dapat mengatur diri sendiri, mempengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan

dukungan kognitif, dan mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri (Yanuardianto, 2019). Namun, ketidakmampuan seseorang dalam mengatur lingkungan hingga mengadakan tingkah laku dapat menyebabkan kesenjangan. Kesenjangan yang tidak diinginkan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan seorang individu dapat menyebabkan stres. Dalam kegiatan belajar, stres dapat mempengaruhi kognitif sehingga dapat menyebabkan kesulitan memusatkan perhatian, sulit mengingat materi, sulit memahami bahan pelajaran hingga malas dan tidak tertarik melakukan kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya motivasi belajar dapat berdampak pada pembelajaran tidak maksimal sehingga menyebabkan ketidakhadiran dalam belajar, terlambat dalam mengumpulkan tugas hingga nilainya tidak tuntas (Lubis, 2021); (Tafdhila et al., 2021). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil penelitian ini memperkuat hasil penelitian-penelitian sebelumnya terkait motivasi belajar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri, dukungan sosial dan stres dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa

pandemi covid-19. Selain itu, peneliti juga mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi covid-19. Selanjutnya, terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi covid-19. Serta terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres dengan motivasi belajar mahasiswa dimasa pandemi covid-19. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri, dukungan sosial dan stres menjadi prediktor variabel motivasi belajar sebesar 42%, sisanya 58% dijelaskan oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi seluruh pihak terutama yang terkait dalam penelitian ini. Bagi mahasiswa hendaknya tetap mempertahankan dalam mengelola perilaku dalam rangka mencapai tujuan belajar, seperti menyusun dan menjalankan apa yang dianggap prioritas. Di samping itu, mahasiswa hendaknya yakin pada kemampuan diri agar termotivasi dalam belajar. Selain itu, diperlukan upaya proaktif mencari dukungan apabila menemui

hambatan saat belajar, seperti bertanya kepada rekan, dosen, orang tua dan sebagainya.

Bagi universitas, berdasarkan hasil penelitian, motivasi belajar mahasiswa UMS tergolong pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan perlu dipertahankan namun tidak menghindari kemungkinan motivasi belajar akan naik atau turun. Motivasi belajar merupakan hal yang penting bagi pembelajar dalam dalam rangka mencapai tujuan belajar. Berikut merupakan intervensi yang dapat menjadi alternatif untuk mempertahankan/n atau meningkatkan motivasi belajar dan dinilai efektif yaitu psikoedukasi pengelolaan stres (Anwar & Djudiyah, 2021), pelatihan keterampilan belajar mandiri (Anfas, 2020), pelatihan *instructional leadership* (Margaretta & Isnaeni, 2018) dan pelatihan *self-regulation empowerment* (Sulaeman et al., 2018).

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan memilih ruang lingkup penelitian lebih luas dengan karakteristik tidak hanya mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta, tetapi juga mencakup responden secara keseluruhan dari berbagai jenjang pendidikan atau perguruan tinggi lainnya di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L., & Wisnumurti, A. (2019). Dukungan Sosial Dan Motivasi Belajar Siswa Sma Masehi 2 Psak Semarang. *Personifikasi*, 10(1), 28–42.
- Agustina, M. T., & Kurniawan, D. A. (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 5(2), 120. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v5i2.5168>
- Alda, R. R., Utomo, B., & Hasan, H. (2020). Correlation Between Stress Level and Learning Motivation of Pre-Clinical Medical Student in Faculty of Medicine Universitas Airlangga. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Universitas Airlangga*, 11(01), 18–22. <https://doi.org/10.20473/juxta.V11I12.020.18-22>
- Andyani, N. A., Herawati, E., Sulistyani², & Agustina, T. (2021). Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Fk UMS Masa Pandemi Covid-19. *Urecol Proceeding of The 13th University Research Colloquium 2021: Kesehatan Dan MIPA*, 172–177.
- Anfas, A. (2020). Pengaruh Pelatihan Keterampilan Belajar Mandiri Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Pada Pendidikan Jarak Jauh. *Jurnal Pendidikan*, 21(1), 18–27. <https://doi.org/10.33830/jp.v21i1.685>. 2020
- Ansel, M. F., & Arafat, S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Motivasi Belajar Siswa SDK St. Ursula Ende Maria. *Jurnal PGSD*, 11(2), 128–134.
- Anwar, Z., & Djudiyah, D. (2021). Pengembangan program psikoedukasi untuk mengelola stres, cemas, dan depresi pada mahasiswa yang sedang menempuh skripsi. *Cognicia*, 9(1), 1–5. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i1.15130>
- Arlinda, E., & Sumiyarini, R. (2019). Hubungan Stres Dengan Motivasi Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi Keperawatan Ta. 2015-2017 Yang Menggunakan Kurikulum Berbasis Kompetensi Di Universitas Jenderal Achamd Yani Yogyakarta. Universitas Jendral Achamd Yani Yogyakarta.
- Denni. (2020). Motivasi Terhadap Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Corona Virus Disease (Covid-19) Pada Mahasiswa STMB Multi Smart Medan. *Jurnal Ilmiah Smart*, IV(2), 107–117.
- Devi, E. D. R. R. (2020). Hubungan antara Self Efficacy dengan Motivasi Belajar menghadapi Tes Formatif pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Penawangan Grobogan Tahun Pelajaran

- 2019/2020. Universitas Negeri Semarang.
- Dilmaç, S. (2020). Students' Opinions about the Distance Education to Art and Design Courses in the Pandemic Process. *World Journal of Education*, 10(3), 113. <https://doi.org/10.5430/wje.v10n3p113>
- Djoko, S., Studi, P., & Ekonomi, P. (2021). Penerapan pembelajaran daring terhadap motivasi belajar mahasiswa mata kuliah manajemen perbankan di masa pandemi covid-19 tahun akademik 2020/2021. *JUPEK: Jurnal Pendidikan Dan Ekonom*, 2(2), 44–58. <https://jurnal.stkipkieraha.ac.id/index.php/jupek/article/download/199/142>
- Emda, A. (2017). *Kedudukan Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran*. 5(2), 93–196.
- Fauziyyah, R., Awinda, R. C., & Besral, B. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>
- Firdaus, A. R. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Semarang. *Jurnal Mahasiswa*, 1(10 Maret 2020), 1–11.
- Hasibuan, A. A. (2019). Hubungan Self Efficacy terhadap Peningkatan Motivasi Belajar dan Hasil Belajar MAtematika Siswa di Sekolah. *Al Amin: Jurnal Kajian Ilmu Dan Budaya Islam*, 2(02), 23–37.
- Hasibuan, M. T. D. (2019). Hubungan Stres Belajar Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Yang Menjalani Pendidikan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Murni Teguh. *Indonesian Trust Health Journal*, 2(1), 128–131. <https://doi.org/10.37104/ithj.v2i1.24>
- Margaretta, S. S., & Isnaeni, E. (2018). Instructional Leadership Berbasis Theory Planned Behavior dalam Peningkatan Motivasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Wiyata*, 5(2), 77–84.
- Maspupah, R., Violina, S. S., Diva, V. V., & Rahman, S. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Motivasi Dan School Well Being Pada Pelajar Di Indonesia. *PSIKOWIPA (Psikologi Wijaya Putra)*, 2(2), 18–25. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i2.71>
- Mentang, S. X., & Londa, M. T. (2019). The Effect of Stress on Students' Motivation in Faculty of Economics, Manado State University. *JICP:*

- Journal of International Conference Proceedings*, 2(2), 188–195.
- Muhammad, M. (2016). Pengaruh Motivasi dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*, 4(2), 88–97.
- Novrianto, R., Kargenti, A., & Maretih, E. (2019). Validitas Konstruk Instrumen General Self Efficacy Scale Versi Indonesia Construct Validity of Indonesian Version General Self Efficacy Scale. *Jurnal Psikologi*, 15(1).
<https://doi.org/10.24014/jp.v15i1.6943>
- Permata, R. F., & Purwanto, B. (2018). *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa*. Universitas Gajah Mada.
- Purningsih, A., & Syahrilfuddin, Z. (2016). Hubungan Self Efficacy Dengan Motivasi Belajar Matematika Siswa Kelas V Sd Se-Gugus 6 Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa*, 3(2), 1–9.
- Puteri, A. P., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6), 1–13.
- Raudah, F., Budiarti, L. Y., & Lestari, D. R. (2015). Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Reguler Fakultas Kedokteran Universitas Lampung yang sedang Menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI). *Dunia Keperawatan*, 3(1), 44–55.
<http://ppjp.unlam.ac.id/journal/index.php/JDK/article/view/1705>
- Rusmaini, & Rahayu, P. Y. (2019). Analisis Faktor- faktor Penentu Prokrastinasi Akademik dan Pengaruhnya terhadap Prestasi belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas Pamulang. *PEKOBIS: Jurnal Pendidikan, Ekonomi Dan Bisnis*, 4(2), 1–8.
- Safitri, P. R., Tumanggor, R. O., & Tasdin, W. (2021). Social Support and Learning Motivation for New Students During the Covid-19 Pandemic. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 570, 229–234.
- Sari, D. P., & Wulandari, A. (2021). Pengaruh Self Efficacy dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa MTs Al-Khairiyah Mampang Prapatan di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Nagara*, 13(1), 1–11.
- Satgas Penanganan covid-19. (2021). *Peta Sebaran COVID-19* /. Komite Penangan Covid-19 Dan Pemulihan Ekonomi Nasional.
- Setriani, & Puspitasari, M. (2020). Hubungan Antara Self- Efficacy dengan Motivasi Belajar Di SMA Darul Fattah Bandar Lampung. *Jurnal Psychomutiara*, 3(2), 30–36.

- Sucitno, F., Sumarna, N., & Silondae, D. P. (2020). PENGARUH SELF-EFFICACY TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA. *Jurnal SUBLIMAPSI*, 1(3), 197–202.
- Sulaeman, B., Sahrani, R., & Monika, S. (2018). Intervensi Self-Regulation Empowerment Program Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Mahasiswa Non Reguler Di Jurusan X Universitas X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 519.
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.1468>
- Tafdhila, Marleni, L., & Saputra, A. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Motivasi Belajar Di Masa Pandemi Covid 19 Pada Mahasiswa Keperawatan Stik Siti Khadijah Palembang. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 576–584.
<https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.832>
- Tunggadewi, T. P., & Indriana, Y. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Pada Santri Di Pesantren Tahfidz Daarul Qur'an Jawa Tengah. *Empati*, 6(3), 313–317.
- Winahyu, K. M., Hemchayat, M., & Charoensuk, S. (2015). Factors Affecting Quality of Life Among Family Caregivers of Patients With Schizophrenia in Indonesia. *Journal of Health Research*, 29(2015), 77–82.
- World Health Organization. (2021). *WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard*. World Health Organization.
- Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis Dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi). *Auladuna: Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 94–111.
<https://doi.org/10.36835/au.v1i2.235>
- Yolandita, S. D., & Fauziah, N. (2021). Hubungan Self Efficacy Terhadap Motivasi Belajar Biologi Siswa Kelas XI Pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Bioterdidik: Wahana Ekspresi Ilmiah*, 9(3), 234–241.
<https://doi.org/10.23960/jbt.v9i3.23078>
- Zega, Y. (2020). Hubungan antara Self Efficacy terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Matematika. *Didaktik*, 14(April), 2410–2416.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2