Skip to Main Content

04

by Isna Fix

FILE	JURNAL_PJJ_STRESS_AKADEMIK_OKE.DOCX (35.08K)		
TIME SUBMITTED	11-JUL-2020 09:20PM (UTC+0700)	WORD COUNT	3167
SUBMISSION ID	1356129833	CHARACTER COUNT	24717

Hubungan Persepsi Pembelajaran Jarak Jauh dengan Stress Akademik Selama Covid-19 pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Wahyu Isnaini Rokimah
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya 60119
E-mail: **whyisnapsi@gmail.com**

Abstract

Academic stress is defined as a state of individuals who experience pressure from the results of perceptions and assessments of academic stressors, which are related to science and education in higher education (Govarest & Gregoire, 2004). The purpose of this study is to determine the relationship between perceptions of distance learning with academic stress. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between perceptions of distance learning with academic stress on students, which means that the higher the positive value of distance learning perceptions, the lower the level of academic stress on students and vice versa the higher the negative value of distance learning perceptions, the more high levels of academic stress on students. This research is a non-experimental quantitative study. The sampling technique in this study was done by simple random sampling. The results of the study were tested with the SPSS statistical program using the Spearman rho correlation technique. The calculation results obtained 0.196 (p> 0.05). This means that there is no significant relationship between perceptions of distance learning with academic stress, so the hypothesis proposed is rejected or not proven.

Keywords: Students, Distance Learning Perception, Academic Stress.

Abstrak

Stres akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu yang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan diperguruan tinggi(Govarest & Gregoire, 2004). Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara persepsi terhadap pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik pada mahasiswa yang artinya artinya semakin tinggi nilai positif persepsi pembelajaran jarak jauh maka semakin rendah tingkat stress akademik pada mahasiswa dan sebaliknya semakin tinggi nilai negative persepsi pembelajaran jarak jauh maka semakin tinggi tingkat stress akademik pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan simple random sampling. Hasil penelitian diuji dengan program statistik SPSS menggunakan teknik korelasi spearman rho. Hasil perhitungan yang didapat 0,196 (p > 0,05). Artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak atau tidak terbukti.

Kata Kunci : Mahasiswa, Persepsi Pembelajaran Jarak Jauh, Stress Akademik.

Pendahuluan

Perguruan tinggi merupakan masa yang paling memaksa bagi sebagian mahasiswa mereka harus melewati proses adaptasi pada pendidikan dan lingkungan yang baru meskipun banyak mahasiswa yang dapat melewati proses adaptasi dan berhasil menyesuaiakan diri dilingkungan perkuliahan namun masih banyak mahasiswa yang mengalami stress akademik. Penyesuaian diri yang baik juga diikuti dengan penyesuaian terhadap kemajuan teknologi yang semakin canggih hal ini tidak memungkuri dengan teknologi sekarang ini bisa membuat mahasiswa melaksanakan kuliah tanpa datang ke kampus dan bertatap muka dengan dosen melainkan kuliah dengan jarak jauh atau bisa di sebut dengan pembelajaran daring hal ini akan semakin membuat beban mahasiswa dan dapat menyebabkan stress akademik. Tinjauan pustaka menunjukan bahwa terdapat mahasiswa yang sangat rentan mengalami stress (Ross, Neilbling, Heckret, 1999). Diketahui bahwa mahasiswa tahun pertama lebih rentan mengalami stress dari pada seniornya (Misra & McKean, 2000). (Empati, Mulya, & Indrawati, 2016)

Stres dapat dialami oleh siapa saja, baik stres didunia kerja maupun didunia pendidikan. Stres adalah bagian yang tak terhindarkan dari kehidupan sehari-hari dilingkungan perguruan tinggi. Stress merupakan bentuk dari ketegangan fisik, psikis, emosi maupun mental (Rismalinda, 2017). Biasanya seseorang yang mengalami stress mereka akanXterganggu dengan kehidupannya dan merasa tidak nyaman. Stres terjadi ketika sesorang mengalami suatu tekanan dan ketidaknyamanan saat belajar di sebut dengan stres dalam belajar. Stres dalam belajar dimana muncul perasaan-perasaan yang terjadi ketika ada tekanan yang dialaminya. Tekanan-tekanan tersebut ada beberapa macam yang berhubungan dengan belajar dan kegiatan sekolah misalnya merasa teggang waktu mengerjakan tugas, saat menjelang ujian, saat menyelesaikan skripsi dan lain-lain (Alvin, 2007). Stres akademik pada mahasiswa bisa diartikan sebagai suatu kondisi dimana mahasiswa mengalami tekanan yang berasal dari hasil persepsi (Rovaerts & Gregoire, 2004). Stres akademik ialah stress yang berkaitan dengan peristiwa yang mengarah ke pendidikan yang berada di tempat pendidikan (sekolah/perguruan tinggi), kurikulum, guru/dosen, dan metode penilaian (Nanwani, 2009) (*No Title*, 2014)

Mahasiswa beresiko mengalami stress karena banyaknya tugas yang diberikan serta di terapkanya pembelajaran jarak jauh. Hilary Perraton (1998), Pendidikan jarak jauh adalah proses pendidikan dimana proporsi pengajaran yang signifikan dilakukan oleh seorang pengajar yang terpisah oleh ruang dan atau waktu dari pelajar. Stres yang dialami oleh mahasiswa dapat ditimbulkan oleh berbagai sebab, salah satunya perubahan yang ada dalam proses pembelajaran jarak jauh, banyaknya *deadline* atau tuntutan tugas dan tekanan untuk mendapatkan hasil yang memuaskan. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan kepada mahasiswa stres dialami oleh mahasiswa ketika mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen, tetapi mereka menghindari stres dengan cara berkumpul bersama teman-temannya namun dengan adanya pandemik virus corona terjadi dan dilaksanakanya pembelajaran jarak jauh membuat stress akademik semakin meningkat (Livina dkk., 2020).

Pembelajaran jarak jauh ini bisa di sebabkan dengan berbagai alasan salah satunya dengan adanya fenomena baru akhir akhir ini yaitu pandemic virus corona (Covid-19), berdampak pada kegiatan belajar mengajar di kampus Universitas 17 Agustus 1945 (Untag) Surabaya. Rektorat Untag Surabaya mengeluarkan surat edaran, bahwa mulai Senin (16/3/2020), kegiatan belajar mengajar tidak dilakukan tatap muka atau diganti dengan pembelajaran jarak jauh (daring). (Suara

Surabaya.Net, Maret 2020). Selain pembelajaran jarak jauh yang di laksanakan kementerian pendidikan dan kebudayaan (kemindikbud) mengungkap bahwa perlu adanya penundaan wisuda bagi mahasiswa semester akhir guna pencegahan covid 19 atau virus corona. (tribunnews.com, maret 2020).

Mahasiswa mengalami stress akibat persepsi mereka sendiri mereka berfikir negatif sebelum mengerjakan tugas yang telah di berikan, banyak dari mahasiswa juga lebih sering menanyakan ke teman-teman mereka tentang tugas namun tidak mengerjakannya, mereka hanya berfikir bagaimana caranya tidak bertindak. Hal ini semakin membuat tingkat stress meningkat, belum lagi faktor lain yang menyebabkan stress seperti bentuk pembelajaran yang sering berubah-ubah mahasiswa sulit untuk menyesuaikan dirinya dan factor lingkungan juga sangat berpengaruh seperti teman yang seharusnya saling mendukung dan bisa mengerjakan bersama namun akibat pembelajaran jarak jauh tidak bisa hal ini semakin membuat stress. Belum lagi faktor keuangan yang membuat mahasiswa stress dengan adanya pembelajaran jarak jauh mahasiswa berpersepsi bahwa kenapa masih bayar uang kuliah padahal kuliah dilaksanakan diluar kampus dan kuliah online mengharuskan mahasiswa membeli paket data *internet* setiap hari. Untuk mengatasi permasalahn yang dikemukakan diatas, salah satu bagian terjadinya stress akademik adalah pola pikir banyaknya mahasiswa yang berpersepsi mereka tidak dapat mengerjakan tugas, mereka kesulitan dalam pembelajaran jarak jauh situasi-situasi tersebut cenderung mengakibatkan stress lebih tinggi.

Banyaknya kendala-kendala seputar persepsi negatif yang terjadi maka membuat mahasiswa harus menyesuaikan bentuk perubahan-perubahan seputar pembelajaran dan mata kuliah untuk menyelesaikan tugas akademik. Apabila kemampuan berfikir atau persepsi terhadap perubahan yang ada negatif maka individu akan terus menerus merasa cemas pada proses akademik, namun individu yang mampu berpersepsi positif dalam tekanan dan perubahan yang ada mereka akan lebih produktif dalam menyelesaikan tugas-tugas dalam perkuliah yang berlangsung. Persepsi menurut Robbins (1998) merupakan suatu proses yang ditempuh seseorang dalam mengorganisasikan dan menginterpretasikan kesan-kesan dalam usahnya memberikan makna tertentu terhadap lingkungan mereka.

Persepsi mahasiswa yang berbeda-beda ini tentunya akan berdampak dalam proses belajar mengajar, berprestasi mereka masing-masing.Gibson (1994) berpendapat bahwa persepsi merupakan suatu proses kognitif yang membantu seseorang untuk menyeleksi, mengelola dan menginterpretasikan stimulus menjadi gambaran yang bermakna dan koheren dalam persepsi, stimulus dapat berasal dari luar maupuan dari dalam diri individu, dan sekalipun stimulusnya sama, jika kerangka acuannya berbeda, maka ada kemungkinan hasil persepsi antara individu yang satu dengan yang lain akan berbeda. Setiap orang akan mengartikan sendiri stimulus yang diperolehnya. Menurut (Govarest & Gregoire, 2004) stress akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu yang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.

Atas dasar itulah peneliti merasa penting dalam membuktikan bahwa persepsi pembelajaran jarak jauh memiliki hubungan dengan stress akademik pada mahasiswa universitas 17 Agustus 1945 Surabaya sehingga demikian, diharapkan mahasiswa dapat mencari strategi dalam mengubah persepsi negatif yang ada dalam perubahan pembelajaran guna mengurangi adanya stress akademik dan dapat di praktikkan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara

persepsi mahasiswa tentang pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Metode

Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik. populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa psikologi aktif Strata-1 semester II, IV, VI, VIII. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang berjumlah 830 orang. peneliti akan mengambil sampel sebanyak dua ratus enam puluh lima (265) mahasiswa, jumlah ini didapat dari table Krejcie & Morgan maka sampel subjek dalam penelitian ini adalah 265 mahasiswa angkatan 2019, 2018, 2017, 2016 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang memiliki criteria sama dengan yang ditentukan yaitu mahasiswa laki-laki dan perempuan yang berada dalam Pendidikan Jarak Jauh. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan *simple random sampling*. Jenis penelitian yang digunakan penelitian korelasional yang sesuai dengan tujuan penelitian yakni meneliti tentang hubungan stress akademik dengan persepsi pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa psikologi universitas 17 agustus 1945 surabaya. Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu : variabel terikat (Y) (*dependent)* adalah stress akademik, X *(independent)* variabel bebas adalah Persepsi antara pembelajarak jarak jauh. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa kuisioner. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala psikologis. Peneliti memilih menggunakan skala berisi daftar sejumlah pernyataan yang diberikan kepada subyek penelitian untuk menggungkapkan kondisi dalam diri subjek yang ingin diketahui (Hadi,2000). Skala stress akademik dalam peneliti mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Sarafino dan Timothy (2012) yang terdiri dari beberapa reaksi yaitu : resksi emosi, reaksi kognitif, reaksi perilaku, reaksi biologis, dan skala persepsi pembelajaran jarak jauh dalam peneliti mengacu pada teori yang di kemukakan oleh Peter dan Olson (1999) yang terdiri dari beberapa aspek yaitu: aspek kognitif dan afektif.

Hasil

Berdasarkan hasil *Test of Normality Kolmogorof Smirnov* diperoleh taraf signifikansi (p) sebesar 0,000. Dimana diperoleh hasil yang lebih kecil dari 0,05. variabel stress akademik yang mempunyai sebaran tidak normal.

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Stres_Akademik	.104	265	.000	.978	265	.000

Kemudian dari uji linearitas variabel bebas Persepsi Pembelajaran Jarak Jauh (X) dengan variabel terikat Stress Akademik (Y) mendapat hasil koefisien *Deviation from Linierity* 0.013 lebih kecil dari 0,05 maka antara variabel bebas Persepsi Pembelajaran Jarak Jauh dengan variabel terikat Stress Akademik mempunyai hubungan tidak linear.

Deviation from Linierity	F	Sig
5486.854	1.740	0.013

Analisis data penelitian ini menggunakan uji prasyarat analisis yakni terdiri dari hasil uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui data berdistribusi normal. uji linieritas hubungan untuk mengetahui derajat hubungan untuk masing variabel bebas dan variabel terikat. Penelitian ini menggunakan statistic non parametric. Dimana peneliti menggunakan korelasi spearman rho untuk mengetahui hubungan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 16.0 *for windows*. Kaidah signifikansi untuk menguji taraf signifikansi hasil uji korelasi spearman rho yakni, jika $p < 0{,}05$ maka terdapat korelasi yang signifikan. Apabila $p > 0.05$ artinya tidak terdapat korelasi yang signifikan antara kedua variabel. Hasil uji korelasi antara variabel persepsi pembelajaran jarak jauh (variabel X) dengan variabel stress akademik (variabel Y) diperoleh dengan $p = 0{,}196$ ($p > 0{,}05$). Oleh karrena $p > 0.05$ maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik.

Skala	**Signifikansi**	***Correlation Coeffisient***
Persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik	0,196	0.080

Pembahasan

Hasil penelitian menyatakan hipotesis tersebut tidak sesuai atau ditolak, hal itu berdasar pada hasil dari uraian analisa data dalam penelitian ini yang menyatakan tidak ada korelasi antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik selama covid-19 pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Berdasarkan hasil dari penelitian, diketahui bahwa hipotesis pada penelitian ini tidak diterima. Hal ini juga dapat dilihat dari hasil data dari *correlation spearman's rho* bahwa menunjukkan korelasi antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik adalah 0,196 ($p > 0{,}05$). Artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak atau tidak terbukti.

Hasil uji norma menunjukan bahwa dari 265 mahasiswa mengalami tingkat persepsi pembelajaran jarak jauh yang berbeda 9 mahasiswa mengalami tingkat persepsi yang sangat kurang

positif dengan persentase 03,3%. Sedangkan 43 mahasiswa mengalami tingkat persepsi yang kurang positif dengan persentase 16,2%. Sedangkan 158 mahasiswa mengalami tingkat persepsi sedang positif dengan persentase 59,6%. Sedangkan 39 mahasiswa mengalami tingkat persepsi positif dengan persentase 14,7%. Sedangkan 16 mahasiswa mengalami tingkat persepsi sangat tinggi positif dengan persentase 06,0%.

Kemudian hasil uji norma menunjukan bahwa dari 265 mahasiswa mengalami tingkat stress akademik yang berbeda 5 mahasiswa mengalami tingkat stress yang sangat rendah dengan persentase 01,8 %. Sedangkan 70 mahasiswa mengalami tingkat stress akademik rendah dengan persentase 26,4%. Sedangkan 116 mahasiswa mengalami tingkat stress akademik sedang dengan persentase 43,7% . Sedangkan 58 mahasiswa mengalami tingkat stress akademik tinggi dengan persentase 21,8%. Sedangkan 16 mahasiswa mengalami tingkat stress akademik tinggi sekali dengan persentase 06.0% . Dapat disimpulkan bahwasanya mahasiswa yang mengalami tingkat stress akademik sedang yang paling tertinggi dengan jumlah 116 mahasiswa dengan persentase 43,7%.

Hasil analisis dari koefisien determinan (R^2) menunjukkan bahwa presentase sumber pengaruh variabel Y (stress akademik) terhadap aspek emosi adalah sebesar 23,6% sedangkan untuk 76, 4% dipengaruhi faktor lain. Sedangkan untuk prosentase sumber pengaruh variabel Y (stress akademik) terhadap aspek kognitif adalah sebesar 56, 1% sedangkan untuk 53,9% dipengaruhi faktor lain. Sedangkan untuk prosentase sumber pengaruh variabel Y (stress akademik) terhadap aspek biologis 72,5% sedangkan untuk 27,5% dipengaruhi faktor lain. Sedangkan untuk prosentase sumber pengaruh variabel Y (stress akademik) terhadap aspek perilaku adalah sebesar 73,8% sedangkan untuk 26,2% dipengaruhi faktor lain.

Kemudian peneliti melakukan penggalian data tambahan dari data identitas yang ada dan wawancara. Peneliti mendapatkan hasil beberapa mahasiswa merasa kuliah dengan metode pembelajaran jarak jauh adalah hal yang tidak terlalu berbeda dengan kuliah dengan tatap muka, bahkan ada beberapa dari mereka mengatakan ketika awal penerapan pembelajaran jarak jauh sulit namun seiring berjalannya waktu mereka menggangap bahwa kuliah dengan metode pembelajaran jarak jauh lebih menyenangkan karena mereka tidak tidak perlu menyiapkan beberapa kebutuhan untuk kuliah seperti : menyiapkan baju kuliah, mandi, berangkat kuliah.

Di sisi lain fenomena ini berbeda dengan apa yang dikatakan oleh para ahli bahwa persepsi mempengaruhi stress akademik. Stress akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu yang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan diperguruan tinggi. (Govarest & Gregoire, 2004). Hal ini berbanding terbalik dengan keadaan mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Hasil dari wawancara menyebutkan bahwa tidak semua subyek merasa stress terhadap adanya perubahan metode perkuliahan dengan menggunakan pembelajaran jarak jauh namun ada faktor lain yang mempengaruhi terjadinya stress akademik meningkat. Hal ini didukung oleh pendapat para ahli bahwa stress akademik adalah stress yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan (Alvin, 2007). Sedangkan fakta yang terjadi adanya penerapan pembelajaran jarak jauh membuat tuntutan yang diberikan oleh dosen untuk mahasiswa berkurang, pelajaran yang biasanya sangat padat kadang tidak dilaksanakan, status dorongan sosial yang tinggi diturukan sehingga mungkin bisa dikatakan kualitas yang diajukan dosen saat kuliah tatap muka dengan pembelajaran jarak jauh berbeda dan lebih diturunkan ketika pembelajaran jarak jauh. Baumel (2000) menyatakan bahwa

stress dibidang akademik pada anak muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya. Sedangkan faktanya orang tua yang biasanya berlomba akan persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dalam berbagai aspek mereka menurunkan tuntutan tersebut karena pandemik yang melarang anaknya untuk mengikuti berbagai macam program tambahan dalamnpendidikan, dan para dosen yang biasanya menekan mahasiswa untuk berprestasi dengan baik dalam menghadapi ujian mengubah kebijakan dengan menurunkan kualitas. Hal inilah yang membuat perbandingan dimana faktor yang seharusnya memicu adanya mahasiswa mengalami stress akademik namun mereka tidak merasakannya.

Sarafino dan Timothy (2012) mengatakan bahwa aspek-aspek stress a. aspek biologis b. aspek psikososial dimana didalam aspek psikososial ada aspek kognitif, aspek emosi, aspek perilaku sosial. Aspek biologis sendiri mengacu pada stress yang muncul karena dihadapkan pada kondisi atau situasi yang mengancam atau berbahaya, maka akan ada reaksi fisiologis dari tubuh terhadap stress yang ditimbulkan, seperti detak jantung yang meningkat atau kaki yang gemetar.Namun, faktanya ketika pembelajaran jarak jauh diterapkan adanya aspek biologis yang muncul ini berkurang karena presentasi, ujian, dilaksanakan tanpa pengawasan langsung dari dosen sehingga situasi yang biasanya dirasa mengancam saat dilaksanaknya ujian langsung dikelas berbeda dengan ujian dengan metode pembelajaran jarak jauh. (Sarafino & Timothy, 2012) Menjelaskan bahwa stress yang muncul akibat pengaruh keadaan lingkungan. Stressor akan menghasilkan perubahan-perubahan psikologis dan juga sosial individu. Aspek yang mengalami perubahan psikologis dan sosial individu adalah aspek kognitif, stress yang tinggi dapat mempengaruhi ingatan dan juga perhatian. Stress dapat merusak fungsi kognitif, seringkali mengalihkan perhatian mahasiswa, dimana ketika mahasiswa mengalami stress maka kognitif nya akan mengalami perubahan seperti berfikir negative, mudah lupa, sulit konsentrasi, sulit mengambil keputusan, namun faktanya mahasiswa tidak mengalami hal tersebut mereka masih berfikir positif tentang adanya perubahan pembelajaran yang ada hal ini membuat adanya stress akademik tidak mereka rasakan. Kemudian aspek emosi dimana ketika stress terjadi dapat menimbulkan perasaan sedih, depresi, marah dan tidak bahagia. Namun faktanya mahasiswa tetap senang tidak merasa sedih atau marah saat diterapkanya pembelajaran jarak jauh dan yang terakhir adalah aspek perilaku social. Perilaku sosial stress dapat mengubah kepribadian seseorang, seperti suka berbohong, sering membolos atau tidak disilin, takut bertemu dosen. Faktanya ketika mahasiswa mengikuti pembelajaran jarak jauh membuat mereka tidaknperlu datang kekampus dengan disiplin, tidak perlu membolos kuliah karena malas datang atau tidak peduli mata kuliah hal ini membuat mahasiwa tidak merasakan adanya stress akademik yang seharusnya mewajibkan mahasiwa disiplin kuliah.

Berdasarkan data-data yang didapat peneliti juga menduga bahwa persepsi negatif pembelajaran jarak jauh bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi adanya stress akademik pada mahasiswa. Kemungkinan lain yang menyebabkan tingkat stress akademik meningkat dikarenakan oleh faktor eksternal seperti adanya pelajaran lebih padat, tekanan untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, orang tua saling berlomba. Namun, dari berbagai data yang didapat oleh peneliti aspek penyebab terjadinya stress akademik pada mahasiswa yang paling berpengaruh adalah adanya aspek perilaku dengan persentase 73,8% sehingga hal ini yang mempengaruhi tidak adanya hubungan yang signifikan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Surabaya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik pada mahasiswa. Analisis data menggunakan teknik korelasi *spearman rho*. Hasil perhitungan yang didapat dari korelasi *spearman rho* menunjukkan koefisien korelasi (r_{xy}) 0.080 dengan signifikansi 0,196 ($p > 0,05$). Artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi pembelajaran jarak jauh dengan stress akademik, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak atau tidak terbukti. Kemudian disarankan pada mahasiswa tetap mempertahankan persepsi positif dalam perubahan metode pembelajaran dengan cara mencari informasi terkait perubahan-perubahan yang ada terlebih dahulu agar tidak salah dalam memahami setiap perubahan yang ada, guna untuk mengatasi adanya stress akademik yang terjadi. Bagi lembaga pendidikan, disarankan untuk melatih peserta didik agar memiliki sikap lebih aktif, ekspresif, mandiri, kreatif, yakni akan gagasan dan pendapat serta memiliki kepercayaan diri yang tinggi agar dapat mengatasi masalah serta perubahan yang ada. Bagi orang tua sebaiknya lebih terdidik dan kaya informasi, persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dalam berbagai aspek juga lebih keras guna tidak terjadi adanya stress akademik yang dialami oleh mahasiswa. Bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian serupa, dapat memperhatikan variabel-variabel lain yang memperngaruhi seseorang mengalami stress akademik. Misalnya : pengaruh emosi, perilaku social, keadaan biologis, serta factor ekternal seperti tekanan untuk berprestasi tinggi, pelajaran lebih padat, dorongan status social, serta orang tua yang berlomba

Referensi

Agolla, Joseph E., & Henry Ongori (2009) An Assesment of Academic Stress Among Underraduate Student : The case of university of Botswana. Educational Research and Review. vol. 4 (2) pp. 063-070

Azwar. S. (2014). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Arikuntoro, S. (2006) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revi*si. Jakarta : Rineka cipta

Alvin (2007). Stress Akademik Jakarta : PT Raja

Coren, S. 1999. Sensation and Perception Fifth Edition. Orlando: Harcourt Inc.

Davidoff, L.L. 1991. Psikologi Suatu Pengantar, Jilid 2. Alih Bahasa: Juniati, M. Jakarta: Erlangga.

Empati, J., Mulya, H. A., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama fakultas psikologi universitas diponegoro semarang.

5(April), 296–302. : *Skripsi*

Karuniawan, A. (2013). *Addiction pada Mahasiswa Pengguna Smartphone*. *2*(4).

Ii, B. A. B. (2004). *service delivery),*. 13–48.

Ii, B. A. B. (2008). *No Title*.

Mc Clelland, D.C. 1987. *Human Motivation*. New York: Cambridge University Press.

McDowell, I & Newell, C. 1996. *Measuring Health*. New York: Oxford University Press.

Nainggolan, L. (2007). Hubungan antara persepsi terhadap harapan orang tua dengan ketakutan akan kegagalan pada mahasiswa program studi psikologi universitas diponegoro semarang. 1–116. : *Skripsi*

No Title. (2014). (2017), 1–8.

Olejnik, S.N. & Holschuh, J.P (2007). *College rules! edition how to study. survive, and succed*. New York: Ten Speed Press. (On-line). Diakses dari books. google.co.id pada tanggal 20 Oktober 2015

Peter. P. J. and Olson (1999) Consumer Behavior : *Perilaku Konsumen dan Strategi Pemasaran* Jakarta: Erlangga.

Robbins, S. 1998. Perilaku Organisasi: Konsep Kontroversi & Aplikasi. Jakarta: PT. Prenhallindo.

Sarafino. (1998). *Health Psychology :Biopshychososial interactions*. New York: John Willey & Sons.

Sarafino, E.P. & Timothy W.S (2012). *Health psychology, biopshychosocial interactions*, 7 th ediction. New Jersey : Jhon Willey & Sons.

Selye, H., *The Stress Concept : Past, and Present, and Future.In* : Coo[er, C.l. (Ed), Stress research : issues for the eighties. New York: John Willey Sons, 1- 20 (1983)

Sugiyono. (2012) *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&G*. Bandung. Alfabeta

Suprihanto. J, Hasan. A.M. Hadi, Prakoso 2003. Perilaku Organisasional Yogyakarta, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Yogyakarta.

Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Sukmana, O. 2003. Dasar-dasar Psikologi Lingkungan. Malang: UMM Press Malang

Suprihanto, J., Hasan, A. M., Hadi, Prakoso. 2003. *Perilaku Organisasiona l*. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Yogyakarta

Thoha, M. 1988. Perilaku Organisasi: Konsep Dasar dan Aplikasinya Cetakan Ke-2. Yogyakarta: Fakultas

Psikologi UGM.

Walgito, B. 1991. Hubungan antara Persepsi mengenai Sikap Orangtua dengan Harga diri para Siswa Sekolah Menengah Umum Tingkat Atas (SMA) di Propinsi Jawa Tengah. Ringkasan Disertasi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.

Walgito, B. 2001. P*sikologi Sosial: Suatu Pengantar Edisi Kedua*. Yogyakarta: Andi Offset.

Winardi, J. 2004. *Manajemen Perilaku Organisasi*. Jakarta: Prenada Media.

04

ORIGINALITY REPORT

%11	%10	%1	%8
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.undip.ac.id Internet Source	%3
2	Submitted to Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Student Paper	%2
3	docobook.com Internet Source	%2
4	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	%1
5	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	%1
6	repository.ub.ac.id Internet Source	%1
7	lib.unnes.ac.id Internet Source	%1
8	repository.uksw.edu Internet Source	<%1

EXCLUDE QUOTES	ON	EXCLUDE MATCHES	< 15 WORDS
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY	ON		