



**HUBUNGAN MOTIVASI AKADEMIK DAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGAMBIL
SKRIPSI DI UNIVERSITAS X JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

Mita Ayu Fadia

46117110066

**UNIVERSITAS
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI**

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023



**HUBUNGAN MOTIVASI AKADEMIK DAN STRES
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGAMBIL
SKRIPSI DI UNIVERSITAS X JAKARTA BARAT**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
sarjana**

**Mita Ayu Fadia
46117110066**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2023**

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mita Ayu Fadia
NIM : 46117110066
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Motivasi Akademik dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengambil Skripsi Di Universitas X Jakarta Barat

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.



Jakarta, 23 Agustus 2023

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Mita Ayu Fadia

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Mita Ayu Fadia
NIM : 46117110066
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Motivasi Akademik dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengambil Skripsi Di Universitas X Jakarta Barat


Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata I pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing NIDN	: Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog : 0315099102	()
Ketua Penguji NIDN	: Ahmad Naufalul Umam, M.Si. : 0308069001	()
Penguji I NIDN	: Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog : 1021118602	()

UNIVERSITAS
MERCUBUANA
Jakarta, 23 Agustus 2023
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Program Sarjana Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi
4. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini;
5. Bapak Ahmad Naufalul Umam, M.Si selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc selaku Sekretaris Program Studi Psikologi atas segala dukungan dan bantuannya
7. Bapak dan Ibu dosen yang selama ini memberikan ilmu yang berlimpah dan mendidik peneliti
8. Mama Asiah tercinta, yang selalu memberikan doa, dukungan, memberikan kepercayaan kepada penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir, juga telinga yang selalu mendengarkan keluh-kesah selama proses menyelesaikan Tugas Akhir ini
9. Saya Mita Ayu Fadia selaku diri saya sendiri yang telah bertahan hingga titik ini dan akhirnya mampu menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan penuh tanggung jawab

10. Sahabat-sahabat tersayang, Windi dan Ajeng yang sudah berjuang bersama-sama sampai saat ini
11. Sobat Sober; Ikeng, Bitu, Ria, Aji, Bayu, Denis, Rahman, dan Abdul yang selalu memberi canda tawa, saran, yang sangat bermanfaat ketika lelah menyusun Tugas Akhir ini
12. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana angkatan 31, juga para kakak-kakak tingkat yang banyak membantu.

Akhir kata, semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 06 September 2023



Mita Ayu Fadia

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mita Ayu Fadia
NIM : 46117110066
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Motivasi Akademik dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengambil Skripsi Di Universitas X Jakarta Barat

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 23 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Mita Ayu Fadia

ABSTRAK

Nama : Mita Ayu Fadia
NIM : 46117110066
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Motivasi Akademik dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengambil Skripsi Di Universitas X Jakarta Barat
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi akademik dan stres akademik pada mahasiswa yang mengambil Skripsi Di Universitas X Jakarta Barat. Penentuan jumlah sampel dihitung menggunakan *software* G-Power dengan parameter *Cohen's* (1988) medium *effect size* yaitu 0,3, taraf signifikansi 0,05 (5%), *statistical power* 0,8 (80%), maka jumlah sampel minimal untuk untuk analisis adalah 84 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non probability incidental sampling*. Alat ukur motivasi akademik dikembangkan oleh Vallerand et al. berdasarkan *self-determination theory* yang menjadi dasar teori motivasi akademik (Deci & Ryan,1985) dan telah diadaptasi kedalam Bahasa Indonesia oleh Natalya & Puwanto (30 item pertanyaan). alat ukur stress akademik dikembangkan oleh Gadzella (51 item pertanyaan). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara motivasi akademik dengan stres akademik. Namun demikian untuk kategorisasi motivasi akademik dan stres akademik masih berada pada kategori sedang, dimana mahasiswa masih mampu memunculkan sikap, minat, dan alasan untuk tetap menyelesaikan skripsi, para mahasiswa bisa mempertahankan motivasi di tingkat yang tinggi karena adanya motivasi ekstrinsik yang berperan, sehingga membuat ketegangan yang dirasakan dominan dari reaksi terhadap stressor berubah menjadi motivasi untuk bergerak maju.

Kata Kunci : Motivasi Akademik, Stres Akademik

ABSTRACT

Nama : Mita Ayu Fadia
NIM : 46117110066
Program Studi : Psychology
Judul Skripsi : The Relationship between Academic Motivation and Academic Stress in Students Taking Thesis at University X West Jakarta
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog

This study aims to determine the relationship between academic motivation and academic stress in students who take thesis at University X West Jakarta. Determination of the number of samples was calculated using G-Power software with Cohen's (1988) parameters, medium effect size, namely 0.3, significance level of 0.05 (5%), statistical power of 0.8 (80%), so the minimum number of samples for analysis were 84 respondents. The sampling technique in this study used non-probability incidental sampling. The academic motivation measurement tool was developed by Vallerand et al. based on self-determination theory (Deci & Ryan, 1985) and has been adapted into Indonesian by Natalya & Puwanto (30 question items). academic stress measurement tool developed by Gadzella (51 question items). The results of the study show that there is a significant negative relationship between academic motivation and academic stress. However, for the categorization of academic motivation and academic stress, it is still in the medium category, where students are still able to bring up attitudes, interests, and reasons for continuing to complete their thesis, students can maintain motivation at a high level because of extrinsic motivation that plays a role, thus creating tension. The dominant perceived reaction to the stressor turns into motivation to move forward.

Kata Kunci : Academic Motivation, Academic Stress

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	vi
ABSTRAKvii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBARxiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
2.1 Stres Akademik	9
2.1.1 Pengertian Stres Akademik	9
2.1.2 Aspek-aspek Stres Akademik	10

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	11
2.2 Motivasi Akademik	13
2.2.1 Pengertian Motivasi Akademik.....	13
2.2.2 Jenis Motivasi	14
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Motivasi	15
2.3 Mahasiswa yang Mengambil Skripsi	17
2.3.1 Pengertian Mahasiswa yang Mengambil Skripsi	17
2.3.2 Prosedur Menyelesaikan Skripsi	18
2.3.3 Faktor-faktor dalam Menyelesaikan Skripsi	19
2.4 Penelitian Terdahulu.....	19
2.5 Dinamika Penelitian	23
2.6 Kerangka Berpikir	25
2.7 Hipotesis	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Desain Penelitian	26
3.2 Variabel Penelitian	26
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
3.3.1 Motivasi Akademik	26
3.3.2 Stres Akademik	27
3.4 Populasi dan Sample Penelitian.....	27
3.4.1 Populasi Penelitian	27
3.4.2 Sample Penelitian.....	27
3.5 Instrumen Penelitian	27

3.5.1	Alat Ukur Motivasi Akademik.....	27
3.5.2	Alat Ukur Stres Akademik	29
3.6	Teknik Pengumpulan Data	31
3.6.1	Metode dan Instrumen.....	31
3.7	Teknik Analisis Data	31
3.7.1	Uji Validitas	31
3.7.1.1	Uji Validitas Motivasi Akademik	31
3.7.1.2	Uji Validitas Stres Akademik	32
3.7.2	Uji Reliabilitas.....	32
3.7.2.1	Uji Reliabilitas Motivasi Akademik	33
3.7.2.2	Uji Reliabilitas Stres Akademik.....	32
3.7.3	Uji Normalitas	34
3.7.4	Uji Hipotesis.....	34
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	36
4.1	Pelaksanaan Penelitian	36
4.2	Gambaran Umum Responden Penelitian.....	36
4.2.1	Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	36
4.2.2	Responden Berdasarkan Usia	37
4.2.3	Responden Berdasarkan Semester	37
4.3	Hasil Uji Deskriptif	38
4.4	Kategorisasi	38
4.4.1	Kategorisasi Motivasi Akademik	38
4.4.2	Uji Kategorisasi Stress Akademik	39

4.5 Hasil Uji Analisis Data	40
4.5.1 Uji Normalitas	40
4.5.2 Uji Linearitas	40
4.6 Analisis Korelasi	41
4.6.1 Uji Korelasi Pearson Product Moment.....	41
4.6.2 Uji Korelasi Motivasi Intrinsik terhadap Stres Akademik	42
4.6.3 Uji Korelasi Motivasi Ekstrinsik terhadap Stres Akademik ...	42
4.6.4 Uji Korelasi Amotivasi terhadap Stres Akademik	40
4.6.4 Uji Korelasi Antar Aspek-Aspek Variabel.....	43
4.7 Pembahasan	45
BAB V PENUTUP.....	48
5.1 Kesimpulan.....	48
5.2 Keterbatasan Penelitian	48
5.3 Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	54

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Survei Kendala Mengerjakan Skripsi.....	2
Tabel 3.1 : Hasil Uji Reliabilitas Skala Motivasi Akaddemik	28
Tabel 3.2. Blue Print Skala Bobot Penilaian.....	28
Tabel 3.3 : Blue Print Alat Ukur Motivasi Akademik	29
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Akaddemik	29
Tabel 3.5 Blue Print Skala Bobot Penilaian.....	30
Tabel 3.6 Blue Print Alat Ukur <i>Student-Life Stress Inventory</i>	30
Tabel 3.7 Uji Reliabilitas Motivasi Akademik	33
Tabel 3.8 Uji Reliabilitas Stres Akademik	33
Tabel 3.8 Uji Reliabilitas Stres Akademik	33
Tabel 3.9 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	35
Tabel 4.1. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	36
Tabel 4.2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia.....	37
Tabel 4.3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Semester	37
Tabel 4.4 Analisa Deskriptif.....	38
Tabel 4.5 Norma Kategorisasi Motivasi Akademik.....	39
Tabel 4.6 Kategorisasi Motivasi Akademik.....	39
Tabel 4.7 Norma Kategorisasi Stres Akademik.....	39
Tabel 4.8 Kategorisasi Motivasi Akademik.....	39
Tabel 4.9. Hasil Uji Normalitas	40
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas.....	41
Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis.....	41
Tabel 4.12 Hasil Uji Korelasi Motivasi Intrinsik terhadap Stres Akademik	42
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi Motivasi Ekstrinsik terhadap Stres Akademik.....	42
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi Amotivasi terhadap Stres Akademik	43
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Antar Aspek Motivasi dan Stres Akademik.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Hubungan Motivasi Akademik dengan Stres Akademik25
--------------------------------------------------------------	---------



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Form <i>Expert Judgement</i>	55
Lampiran 2. Kuesioner Alat Ukur.....	57
Lampiran 3. Hasil Uji Reliabilitas	69
Lampiran 4. Uji Normalitas	72
Lampiran 5. Uji Korelasi	73

