

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “*Pengaruh Stres Akademik Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa di Pondok Pesantren Mambaul Ma’arif Tulungagung*” ini ditulis oleh **Tasya Ardhiati**, NIM. 126308211073, dengan pembimbing **Aminatul Ummah, M.Pd.**

Kata Kunci: stres akademik, motivasi belajar, mahasiswa santri, pendidikan ganda.

Stres akademik dan penurunan motivasi belajar menjadi permasalahan yang penting, terutama di kalangan mahasiswa santri yang menjalani tuntutan ganda antara pendidikan di perguruan tinggi dan kewajiban di lingkungan pesantren. Tumpang tindih tanggung jawab ini seringkali memicu tekanan akademik yang berlebihan dan berdampak pada kondisi psikologis maupun fisik mahasiswa. Dalam konteks ini, stres dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan semangat belajar, dan menyebabkan melemahnya komitmen akademik. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji sejauh mana pengaruh stres akademik terhadap motivasi belajar mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap motivasi belajar pada mahasiswa Pondok Pesantren Mambaul Ma’arif Tulungagung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier sederhana. Sampel berjumlah 50 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, dengan indikator stres meliputi aspek kognitif, afektif, perilaku, dan fisiologis, serta indikator motivasi belajar yang mencakup dorongan internal dan eksternal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres akademik berpengaruh signifikan negatif terhadap motivasi belajar mahasiswa. Nilai signifikansi sebesar 0,002 ($p < 0,05$) dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 87% mengindikasikan bahwa stres akademik memberikan kontribusi sebesar 87% terhadap variasi dalam motivasi belajar. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akademik yang dirasakan mahasiswa, maka semakin rendah pula motivasi belajarnya, terutama pada mahasiswa yang kesulitan mengelola tekanan dari beban ganda perkuliahan dan kegiatan pesantren.

Penelitian ini menekankan pentingnya pengelolaan stres dan dukungan institusional dalam menjaga motivasi belajar mahasiswa. Bagi perguruan tinggi berbasis pesantren, penyediaan dukungan emosional, strategi pembelajaran yang adaptif, serta layanan konseling sangat diperlukan untuk membantu mahasiswa menyeimbangkan peran ganda yang mereka jalani. Temuan ini juga memberikan kontribusi bagi kajian psikologi pendidikan Islam dan dapat menjadi rujukan untuk penelitian lanjutan mengenai kesehatan mental dan kinerja akademik di lingkungan pendidikan ganda.

ABSTRACT

The thesis titled *"The Influence of Academic Stress on Students' Learning Motivation at Mambaul Ma'arif Islamic Boarding School, Tulungagung"* was written by Tasya Ardhiati, Student ID 126308211073, under the supervision of Ibu Aminatul Ummah, M.Pd.

Keywords: academic stress, learning motivation, santri students, dual education.

Academic stress and the decline in learning motivation have become critical issues, particularly among santri students who experience the dual demands of university education and religious boarding school obligations. These overlapping responsibilities often lead to excessive academic pressure, affecting students both psychologically and physically. In this context, stress can disrupt concentration, reduce enthusiasm, and result in a lack of academic commitment, making it essential to examine the relationship between academic stress and students' learning motivation.

This study aimed to investigate the influence of academic stress on learning motivation among students of Mambaul Ma'arif Islamic Boarding School in Tulungagung. A quantitative approach with a simple linear regression analysis was employed. The sample consisted of 50 students selected using a simple random sampling technique. Data were collected through validated and reliable questionnaires measuring academic stress and learning motivation based on cognitive, emotional, behavioral, and physiological aspects (for stress) and internal and external drives (for motivation).

The results revealed that academic stress had a significant negative effect on learning motivation. The significance value was 0.002 ($p < 0.05$), with a coefficient of determination (R^2) of 87%, indicating that academic stress accounts for 87% of the variation in students' motivation. These findings suggest that higher levels of academic stress lead to lower learning motivation, especially among students who struggle to manage pressure from both academic and pesantren obligations.

This study highlights the importance of stress management and the role of institutional support in maintaining student motivation. For pesantren-based universities, providing emotional support, adaptive teaching strategies, and access to counseling services is essential in helping students balance their dual roles. The findings also contribute to Islamic educational psychology literature and can serve as a reference for future research on mental health and academic performance in dual education systems.