

## ABSTRAK

**Rosidhah, Hana.** 2025. Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Efikasi diri Terhadap Stres Akademik Siswa SMPN 2 Tulungagung. Skripsi. Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah. Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

**Dosen Pembimbing :** Prof. Dr. H. Nur Kholis, S.Ag, M.Pd

---

Belajar bisa diartikan sebagai proses pengembangan diri yang menghasilkan peningkatan kualitas perilaku seseorang, mulai dari penambahan wawasan, penguasaan keahlian, peningkatan daya berfikir, hingga perubahan sikap yang lebih baik. Akan tetapi ditemukan beberapa variasi dalam suatu pembelajaran berupa motivasi berprestasi, efikasi diri dan stres akademik.. Hal tersebut terlihat saat proses pembelajaran berlangsung.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan memahami pengaruh antara motivasi berprestasi dengan tingkat stres akademik pada siswa SMPN 2 Tulungagung, serta untuk mengetahui faktor-faktor yang memediasi atau mempengaruhi hubungan antara motivasi berprestasi dan stres akademik, serta memberikan wawasan tentang bagaimana siswa dapat mengelola motivasi berprestasi agar tidak berdampak negatif pada kesehatan mental mereka.

Metode yang digunakan penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik survei melalui kuesioner yang disebarkan kepada siswa. Sampel penelitian ini sebanyak 110 siswa SMPN 2 Tulungagung yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik regresi linier berganda menggunakan *SPSS Versi 27* untuk melihat pengaruh motivasi berprestasi dan efikasi diri terhadap stress akademik siswa SMPN 2 Tulungagung.

Tingkat motivasi berprestasi pada penelitian ini memiliki 3 kategori yaitu tinggi 17% (18 orang), kategori sedang 67% (68 orang) dan kategori rendah 18% (20 orang). Untuk tingkat efikasi diri juga memiliki 3 kategori yaitu tinggi 15% (16 orang), kategori sedang 67% (74 orang) dan kategori rendah 18% (20 orang). Kemudian tingkat stress akademik juga memiliki kategori yaitu tinggi 13% (14 orang) dan kategori sedang 73% (80 orang), dan rendah 14% (16 orang). Kemudian

hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan efikasi diri memiliki pengaruh terhadap stres akademik. Hal ini dibuktikan dengan Nilai sig. variabel X1 sebesar 0,001 ( $<0,05$ ) maka berkesimpulan variabel X1 (motivasi berprestasi) berpengaruh signifikan terhadap variabel Y. Dan nilai sig. variabel X2 sebesar 0,001 ( $<0,05$ ) maka berkesimpulan variabel X2 (efikasi diri) berpengaruh signifikan terhadap variabel Y.

**Kata Kunci :** motivasi berprestasi, efikasi diri, stres akademik, siswa SMPN 2 Tulungagung

## ABSTRACT

**Rosidhah, Hannah.** 2025. The Relationship Between Achievement Motivation and Self-Efficacy on Academic Stress of SMPN 2 Tulungagung Students. Thesis. Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah. Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University Tulungagung.

**Supervisor :** Prof. Dr. H. Nur Kholis, S.Ag, M.Pd

---

Learning can be interpreted as a process of self-development that results in an improvement in the quality of a person's behavior, ranging from adding insight, mastering skills, increasing thinking power, to changing attitudes for the better. However, there were several variations in learning in the form of achievement motivation, self-efficacy and academic stress. This can be seen during the learning process.

This study aims to analyze and understand the influence between achievement motivation and academic stress levels in SMPN 2 Tulungagung students, as well as to find out the factors that mediate or affect the relationship between achievement motivation and academic stress, as well as provide insights into how students can manage achievement motivation so that it does not negatively impact their mental health.

The method used in this study is a quantitative approach with survey techniques through questionnaires distributed to students. The sample of this study was 110 students of SMPN 2 Tulungagung who were selected through purposive sampling techniques. The data obtained was analyzed using a multiple linear regression using *SPSS Verses 27* to see the effect of achievement motivation and self-efficacy on the academic stress of SMPN 2 Tulungagung students.

The level of achievement motivation in this study has 3 categories, namely high 17% (18 people), medium category 67% (68 people) and low category 18% (20 people). For the level of self-efficacy, there are also 3 categories, namely high 15% (16 people), medium category 67% (74 people) and low category 18% (20 people). Then the level of academic stress also has a category, namely high 13%

(14 people) and medium category 73% (80 people), and low 14% (16 people). Then the results of this study also show that motivation to achieve and self-efficacy have an influence on academic stress. This is evidenced by the value of sig. variable X1 is 0.001 ( $<0.05$ ) and concludes that variable X1 (motivational achievement) has a significant effect on the variable Y. variable X2 by 0.001 ( $<0.05$ ), then conclude that the variable X2 (self-efficacy) has a significant effect on the variable Y.

**Keywords :** motivation to achieve, self-efficacy, academic stress, students of SMPN 2 Tulungagung

## الملخص

روزيده، حنا. ٢٠٢٥. العلاقة بين الدافع لتحقيق الإنجازات والكفاءة الذاتية وتأثيرها على الإجهاد الأكاديمي لدى طلاب مدرسة المتوسطة الإسلامية الحكومية ٢ تولونج أجونج. أطروحة. كلية العلوم الدينية والأدب والدعوة. جامعة سيد علي رحمة الله الإسلام الحكومية تولونج أجونج.

المشرف: الأستاذ الدكتور الحاج نور خوليس، الماجستير

يمكن تعريف التعلم بأنه عملية تنمية الذات تؤدي إلى تحسين جودة سلوك الفرد، بدءاً من زيادة المعرفة، وإتقان المهارات، وتحسين القدرة على التفكير، وصولاً إلى تغيير المواقف نحو الأفضل. ولكن تم العثور على بعض الاختلافات في التعلم تتمثل في الدافع لتحقيق الإنجازات، والكفاءة الذاتية، والضغط الأكاديمي. ويظهر ذلك أثناء عملية التعلم.

تهدف هذه الدراسة إلى تحليل وفهم التأثير بين الدافع لتحقيق الإنجاز ومستوى الضغط الأكاديمي لدى طلاب مدرسة المتوسطة الإسلامية الحكومية ٢ تولونج أجونج، وكذلك معرفة العوامل التي تتوسط أو تؤثر على العلاقة بين الدافع لتحقيق الإنجاز والضغط الأكاديمي، وتقديم رؤية حول كيفية إدارة الطلاب للدافع لتحقيق الإنجاز حتى لا يؤثر سلباً على صحتهم العقلية. الطريقة المستخدمة في هذا البحث هي النهج الكمي باستخدام تقنية الاستبيان من خلال توزيع استبيان على الطلاب. عينة البحث تضم ١١٠ طالب من مدرسة مدرسة المتوسطة الإسلامية الحكومية ٢ تولونج أجونج. تم اختيارهم باستخدام تقنية العينة الموجهة. تم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها باستخدام تقنية الانحدار المعتدل باستخدام SPSS الإصدار ٢٧ لمعرفة تأثير الدافع لتحقيق الإنجاز والكفاءة الذاتية على الإجهاد الأكاديمي لطلاب مدرسة المتوسطة الإسلامية الحكومية ٢ تولونج أجونج.

مستوى الدافع لتحقيق الإنجاز في هذه الدراسة ينقسم إلى ٣ فئات، وهي: مرتفع ١٧٪ (١٨ شخصاً)، متوسط ٦٨٪ (٦٧ شخصاً)، ومنخفض ١٨٪ (٢٠ شخصاً). أما مستوى الفعالية الذاتية، فهو ينقسم أيضاً إلى ٣ فئات، وهي: مرتفع ١٥٪ (١٦ شخصاً)، متوسط ٦٧٪ (٧٤ شخصاً)، ومنخفض ١٨٪ (٢٠ شخصاً). ثم مستوى الإجهاد الأكاديمي له فئات أيضاً، وهي مرتفع ١٣٪ (١٤ شخصاً) ومتوسط ٧٣٪ (٨٠ شخصاً) ومنخفض ١٤٪ (١٦ شخصاً). ثم أظهرت نتائج هذه الدراسة أيضاً أن الدافع لتحقيق الإنجاز والكفاءة الذاتية لهما تأثير على الإجهاد الأكاديمي. وقد ثبت ذلك من خلال قيمة sig. المتغير X2 البالغة ٠,٠٠١.

( $>0,005$ )، مما يؤدي إلى استنتاج أن المتغير X1 (الدافع لتحقيق الإنجاز) له تأثير كبير على المتغير Y. كما أن قيمة sig. المتغير X2 البالغة  $0,001$  ( $>0,005$ ) تؤدي إلى استنتاج أن المتغير X2 (الفعالية الذاتية) له تأثير كبير على المتغير Y.