

**PENGARUH STRESSOR TERHADAP STRESS AKADEMIK DAN DAMPAKNYA
PADA PENCAPAIAN INDEX PRESTASI DALAM PEMBELAJARAN
KURIKULUM BERBASIS KOMPETENSI MAHASISWA KEPERAWATAN
STIKES DR. SOEBANDI JEMBER**

Akhmad Efrizal Amrullah*, Toni Herlambang, Yusron Rozzaid*****

*Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember

, * Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRACT

Lecture process to STIKES dr. Soebandi nursing students since the academic year 2013/2014 using competency-based curriculum where students should be able to reach the target of at least 3.00 of Performance Index. Preliminary studies showed a decrease in the achievement of PI for 3 semesters of lectures caused stressors experienced by students, among others: self ability, finance, security, comfort, college expenses, lectures time, coursework, learning methods, evaluation methods and infrastructure. The purpose of this study was to analyze the effect of stressors on the academic stress and its impact on the achievement of PI.

The study design used is non-experimental design with a descriptive, where the cross-sectional approach. It was held on May to July 2015 and located in STIKES dr. Soebandi Jember. Sample was taken by used Non-Probability Sampling with 132 respondents. Analysis of data using test instruments, classic assumption test, path analysis, and t test to test the hypothesis.

The test results showed the instrument is valid to $r\text{-count} < 0.05$ and reliable on the value of $\alpha > r$ table ($0.900 > 0.70$). Classical assumption qualify as Best Linear Unbiased Estimator (BLUE) with Asymp. Sig. (2-tailed) of $804 > 0.70$ so that data is normal, there is no multicollinearity with VIF values < 10 , while the value of Tolerance < 0.10 or > 10 and there are no heteroskedastisitas with t table $< t$. Hypothesis testing showed four variables stressor effect on the incidence of academic stress, namely: self ability, coursework, learning methods and infrastructure to the value t count $> t$ table. T test results showed academic stress variables affect the achievement of the Performance Index with the value t count $> t$ table.

From the findings can be put forward several suggestions: 1. The admissions process to be more selective based on ability and academic self sufficient and given a briefing before following the lecture. 2. Provision of the coursework to students in order to adjust to the academic load and bustle of students. 3. Choose the method of learning more precise. 4. Completing the facilities and infrastructure. 5. Further research by adding the object in the variable. 6. Adding the variables that have not been covered in this study.

Keywords: Stressors, Academic Stress, Performance Index.

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan yang meliputi program pendidikan diploma, sarjana, magister, doktor dan spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi dimana bertujuan menyiapkan peserta

didik untuk menjadi anggota masyarakat yang mempunyai kemampuan akademik atau kemampuan profesional dan menggunakan kemampuan tersebut sesuai bidangnya. Untuk menunjang keberhasilan pembelajaran, lembaga pendidikan harus ditunjang beberapa hal,

antara lain: tenaga pengajar yang kompeten, tersedia fasilitas belajar dan sumber dana yang memadai, manajemen pembelajaran yang efektif dan efisien serta suasana pembelajaran yang menyenangkan dan tidak menimbulkan stress dalam pembelajaran atau stress akademik (Daryanto, 2013 dan Rao, 2013).

Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember mulai tahun akademik 2013/2014 menerapkan sistem pembelajaran menggunakan Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK). Pada sistem pembelajaran KBK, target pencapaian Indeks Prestasi (IP) yang ditetapkan oleh institusi minimal 3,00 sehingga di akhir proses pembelajaran mahasiswa harus mampu mencapai target IP yang telah ditentukan. Selama proses pembelajaran banyak stressor yang dihadapi oleh mahasiswa keperawatan sehingga mengalami stress akademik dan jatuh dalam kondisi distress yang berakibat pencapaian IP di bawah standar.

Beberapa permasalahan dalam penerapan kurikulum berbasis kompetensi (KBK) yaitu selain pada perubahan dokumen juga harus disiapkan dari segi pelaksanaan pembelajaran, penciptaan suasana belajar, serta metode evaluasi pembelajaran disertai banyaknya target yang harus dicapai oleh mahasiswa (Dikti, 2008). Berbagai macam stressor yang dirasakan mahasiswa meliputi: kemampuan diri, keuangan, keamanan dan kenyamanan, dosen, beban kuliah, tugas kuliah, waktu perkuliahan, metode belajar, metode evaluasi dan sarana maupun prasarana perkuliahan adalah tuntutan dari pembelajaran menggunakan KBK. Hal ini menimbulkan stress akademik yang berdampak pada pencapaian Indeks Prestasi. Stress akademik yang dirasakan mahasiswa tidak sama satu dengan yang lain, terbagi menjadi tingkat stress akademik sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah.

Berdasarkan fakta tersebut peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh stressor terhadap stress akademik dan dampaknya pada pencapaian IP mahasiswa keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain adalah *non-experimental design* dengan jenis deskriptif, di mana pendekatannya secara *cross sectional*, yaitu data diambil satu kali. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data *Cross-Section*, data primer dalam penelitian ini adalah jawaban responden dari kuesioner yang diberikan sedangkan data sekunder dalam penelitian ini bersumber dari lembaga yang menjadi objek penelitian. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner dan mengambil lokasi di STIKES dr. Soebandi Jember.

Populasi penelitian ini adalah semua mahasiswa keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember semester III yang memulai perkuliahan pada tahun akademik 2013/2014. Jenis sampel dalam penelitian ini adalah *Non-Probability Sample* menggunakan metode *Purposive Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 132 mahasiswa

HASIL PENELITIAN

1. Data umum

- a. Deskripsi responden berdasarkan usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia mahasiswa keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember

No	Usia	Jumlah	Persentase (%)
1	18-20 tahun	94	71.2
2	21-23 tahun	38	28.8
Jumlah		132	100

Sumber : Data Sekunder 2015

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh hasil bahwa usia responden sebagian besar adalah 18-20 tahun (71.2%).

- b. Deskripsi responden berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin mahasiswa keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1	Laki-laki	26	19.7
2	Perempuan	106	80.3
Jumlah		132	100

Sumber : Data Sekunder 2015

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (80.3%).

2. Data Khusus

UJI HIPOTESIS

- a. Pengaruh Variabel Kemampuan Diri (X1) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 2.260$ sedangkan signifikansi $= 0.026 < \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima berarti kemampuan diri (X_1) berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik.

- b. Pengaruh Variabel Keuangan (X2) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 1.492$ sedangkan signifikansi $= 0.138 > \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} < t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_0 diterima berarti Keuangan (X_2) tidak berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik.

- c. Pengaruh Variabel Keamanan Kenyamanan (X3) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = -1.304$ sedangkan signifikansi $= 0.195 > \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} < t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_0 diterima berarti Keamanan Kenyamanan (X_3)

tidak berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik.

- d. Pengaruh Variabel Dosen (X4) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = -.524$ sedangkan signifikansi $= 0.601 > \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} < t_{tabel}$ sehingga H_a ditolak dan H_0 diterima berarti Dosen (X_4) tidak berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik (Z).

- e. Pengaruh Variabel Beban Studi (X5) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = -.267$ sedangkan signifikansi $= 0.790 > \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} < t_{tabel}$ sehingga H_a ditolak dan H_0 diterima berarti Beban Studi (X_5) tidak berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik.

- f. Pengaruh Variabel Waktu Kuliah (X6) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 1.151$ sedangkan signifikansi $= 0.252 > \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} < t_{tabel}$ sehingga H_a ditolak dan H_0 diterima berarti Waktu Kuliah (X_6) tidak berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik (Z).

- g. Pengaruh Variabel Tugas Kuliah (X7) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 2.429$ sedangkan signifikansi $= 0.017 < \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima berarti Tugas Kuliah (X_7) berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik (Z).

- h. Pengaruh Variabel Metode Belajar (X8) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 2.231$ sedangkan signifikansi $= 0.028 < \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima berarti Metode Belajar (X_8) berpengaruh

secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik (Z).

i. Pengaruh Variabel Metode Evaluasi (X9) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 2.470$ sedangkan signifikansi $= 0.015 < \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima berarti Metode Evaluasi (X9) berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik (Z).

j. Pengaruh Variabel Sarana Prasarana (X10) terhadap Stress Akademik (Z)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 4.095$ sedangkan signifikansi

$= 0.000 < \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 121$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97976$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima berarti Sarana Prasarana (X10) berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap stress akademik.

k. Pengaruh Variabel Stress Akademik (Z) terhadap Indeks Prestasi (Y)

Dari hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 9.133$ sedangkan signifikansi $= 0.000 < \alpha = 0,05$ dan $df (n-k) = 130$ diperoleh nilai $t_{tabel} = 1.97838$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima berarti Stress Akademik (Z) berpengaruh secara signifikan (nyata) terhadap Indeks Prestasi (IP).

ANALISIS JALUR (PATH ANALYSIS)

Nilai koefisien jalur dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.7 Hasil Analisis Jalur

Pengujian	Variabel	B	hitung	Sig	Keterangan
Z	Kemampuan Diri (X1)	0.298	2.260	0.026	Signifikan
	Keuangan (X2)	0.217	1.492	0.138	Tidak Signifikan
	Aman dan Nyaman (X3)	-0.229	-	0.195	Tidak Signifikan
	Dosen (X4)	-0.101	-.524	0.601	Tidak Signifikan
	Beban Studi (X5)	-0.037	-.267	0.790	Tidak Signifikan
	Waktu Kuliah (X6)	0.193	1.151	0.252	Tidak Signifikan
	Tugas Kuliah (X7)	0.330	2.429	0.017	Signifikan
	Metode Belajar (X8)	0.384	2.231	0.028	Signifikan
	Metode Evaluasi (X9)	0.395	2.470	0.015	Signifikan
	Sarana Prasarana (X10)	0.709	4.095	0.000	Signifikan
Y	Stress Akademik (Z)	1.119	9.13	0.000	Signifikan

Sumber: Data primer diolah tahun 2015

Perhitungan Jalur

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien jalur pada lampiran, tampak bahwa total pengaruh variabel Kemampuan Diri (X1) terhadap Stress Akademik (Z) adalah sebesar 63.15% dengan rincian pengaruh langsung sebesar 29.8% dan pengaruh tidak langsung sebesar 33.35%. Total pengaruh variabel Dosen (X4) terhadap Stress Akademik (Z) hanya memiliki pengaruh tidak langsung adalah sebesar 146.5%. Total pengaruh variabel Tugas Kuliah (X7) terhadap Stress Akademik (Z) adalah sebesar 69.92% dengan rincian

pengaruh langsung sebesar 33% dan pengaruh tidak langsung sebesar 36.92%. Total pengaruh variabel Metode Belajar (X8) terhadap Stress Akademik (Z) adalah sebesar 81.37% dengan rincian pengaruh langsung sebesar 38.4% dan pengaruh tidak langsung sebesar 42.97%. Total Pengaruh variabel Metode Evaluasi (X9) terhadap Stress Akademik (Z) adalah sebesar 83.7% dengan rincian pengaruh langsung sebesar 39.5% dan pengaruh tidak langsung sebesar 44.20%. Total pengaruh variabel Sarana Prasarana (X10) terhadap Stress Akademik (Z) adalah sebesar 150.24% dengan rincian

pengaruh langsung sebesar 70.9% dan pengaruh tidak langsung sebesar 79.34%.

Berdasarkan pada perhitungan di atas, variabel independen yang mempunyai pengaruh paling kuat terhadap variabel stress akademik (Z) adalah variabel sarana dan prasarana (X_{10}) yaitu sebesar 70.9% secara langsung dan 150.24% secara tidak langsung.

PEMBAHASAN

1. Pengaruh kemampuan diri (X1) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan, variabel kemampuan diri berpengaruh signifikan terhadap stress akademik. Kemampuan diri merupakan modal awal bagi seorang mahasiswa sebelum mengikuti perkuliahan. Kemampuan diri meliputi aspek fisik dalam hal ini kesehatan dan aspek non fisik yang meliputi pengetahuan, sikap dan prilaku yang dimiliki mahasiswa yaitu ketakutan akan ketidakmampuan, kelelahan dan menurunnya daya konsentrasi tercermin pada mahasiswa sewaktu mengikuti perkuliahan. Dengan demikian hipotesis kemampuan diri terhadap stress akademik diterima.

2. Pengaruh keuangan (X2) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan, variabel keuangan tidak berpengaruh signifikan terhadap stress akademik. Apabila mahasiswa mengalami kesulitan keuangan, terutama dalam hal membayar biaya kuliah maka akan berpotensi menyebabkan stress. Pada kenyataannya, apabila ada mahasiswa yang mengalami kesulitan keuangan maka pihak kampus mengeluarkan kebijakan dalam hal tenggang waktu pelunasan pembayaran atau mahasiswa bisa mengikuti kegiatan akademik dengan catatan tentang kesanggupan melunasi biaya yang ditanggung. Pada akhirnya mahasiswa bisa mengikuti sebagian atau beberapa kegiatan akademik. Hal ini bisa

menurunkan stress akademik yang dialami mahasiswa. Dengan demikian hipotesis keuangan berpengaruh terhadap stress akademik ditolak.

3. Pengaruh keamanan kenyamanan (X2) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan, variabel keamanan kenyamanan tidak berpengaruh signifikan terhadap stress akademik. Keamanan dan kenyamanan yang dirasakan mahasiswa tidak terlepas dari kondisi lingkungan pembelajaran. Pada mahasiswa keperawatan STIKES dr. Soebandi pada awal perkuliahan menyatakan faktor keamanan dan kenyamanan kurang terpenuhi, hal ini bisa dimengerti bahwa sebagai kampus baru faktor keamanan dan kenyamanan menjadi masalah yang umum terjadi. Seiring waktu, pembenahan banyak dilakukan oleh pihak kampus termasuk penambahan fasilitas yang mendukung kenyamanan ketika menjalani perkuliahan, perbaikan sistem keamanan terhadap barang milik mahasiswa sehingga bisa menekan tingkat stress akademik dan pada proses pembelajaran faktor keamanan dan kenyamanan belakangan bukan menjadi masalah yang serius, meskipun ada beberapa mahasiswa yang masih mengeluhkan tentang faktor keamanan dan kenyamanan. Dengan demikian hipotesis keamanan kenyamanan berpengaruh terhadap stress akademik ditolak.

4. Pengaruh dosen (X4) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian, variabel dosen tidak berpengaruh secara signifikan terhadap stress akademik. Kemampuan interpersonal ini meliputi penguasaan terhadap materi perkuliahan yang diberikan, kemampuan memberikan perkuliahan dengan cara yang baik dan professional, kemampuan menerapkan kurikulum yang ditetapkan dan kemampuan mengembangkan metode belajar yang relevan. Dengan demikian hipotesis

dosen berpengaruh stress akademik ditolak.

5. Pengaruh beban studi (X5) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian, variabel beban studi tidak berpengaruh secara signifikan terhadap stress akademik. Dalam pembelajaran KBK yang menjadi hambatan adalah apabila mahasiswa tidak mampu memenuhi target beban SKS dalam semester tertentu, maka hal tersebut akan menjadi penghalang untuk mengambil jumlah mata kuliah di semester berikutnya, karena mahasiswa harus lulus dalam beban SKS yang dibebankan terlebih dahulu supaya bisa mengikuti semua mata kuliah pada semester yang berikutnya. Akan tetapi pada mahasiswa keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember yang menerapkan sistem KBK apabila mahasiswa tidak lulus pada mata kuliah tertentu, maka bisa ditempuh dalam semester pendek atau mengulang pada tahun akademik berikutnya. Dari hasil kuesioner mayoritas mahasiswa menyatakan beban studi yang ditempuh banyak tetapi bisa dijalani semua, apabila terdapat mata kuliah yang tidak lulus atau nilai kurang dari standar minimal maka mahasiswa cenderung mengikuti semester pendek, sehingga hal tersebut bisa mengurangi tingkat stress akademik. Dengan demikian hipotesis beban studi berpengaruh terhadap stress akademik ditolak.

6. Pengaruh waktu kuliah (X6) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian, variabel waktu kuliah tidak berpengaruh secara signifikan terhadap stress akademik. Meskipun pada kuesioner mahasiswa yang menyatakan menghabiskan banyak waktu kuliah di kampus tidak berarti mereka mengalami stress akademik. Hal tersebut bisa dikarenakan mahasiswa menghabiskan waktu kuliah di kampus tidak dalam proses pembelajaran atau cenderung menghabiskan waktu luang di kampus

atau hal-hal lain yang tidak mengarah kepada kegiatan akademik. Karena tidak adanya pengaruh yang signifikan antara waktu kuliah dengan stress akademik maka hipotesis waktu kuliah berpengaruh terhadap stress akademik ditolak.

7. Pengaruh tugas kuliah (X7) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan hasil bahwa variabel tugas kuliah berpengaruh sangat signifikan terhadap stress akademik. Hal ini dikarenakan banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen akan sangat menyita waktu mahasiswa untuk beristirahat sehingga mahasiswa selalu terfokus untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Tugas kuliah ini sangat diperlukan untuk menunjang nilai dari masing-masing mata kuliah yang bersangkutan sehingga semakin banyak tugas kuliah yang harus diselesaikan maka semakin tinggi stress akademik yang dialami. Dengan demikian hipotesis tugas kuliah berpengaruh terhadap stress akademik diterima.

8. Pengaruh metode belajar (X8) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan hasil bahwa variabel metode belajar berpengaruh signifikan terhadap stress akademik. Penerapan metode belajar yang kurang tepat akan mengakibatkan kebingungan dalam proses perkuliahan sehingga mahasiswa tidak bisa mengerti dan memahami apa yang dipelajari. Sesuai dengan penerapan kurikulum, metode belajar dalam KBK menggunakan *Student Centered Learning* (SCL) yang menuntut mahasiswa harus mampu menguasai kompetensi yang telah ditetapkan sesuai metode pembelajaran yang dirasa paling sesuai (Dikti, 2008) dimana hal tersebut bisa meningkatkan stress akademik. Dengan demikian hipotesis metode belajar berpengaruh terhadap stress akademik diterima.

9. Pengaruh metode evaluasi (X9) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian, variabel metode evaluasi berpengaruh secara signifikan terhadap stress akademik. Peserta didik dalam evaluasi pada pembelajaran konsep KBK dinilai berdasarkan proses dan hasil belajar baik kegiatan kurikulum, ko-kurikuler maupun ekstra kurikuler. Secara umum metode evaluasi yang diterapkan ada tiga, yaitu: uji tulis, uji lisan/response, dan uji praktik dimana masing-masing persiapan menjelang evaluasi dan pelaksanaan evaluasi dari suatu proses pembelajaran juga menyebabkan stress akademik (Dobson, 1979, Kohn and Frazner, 1986). Dengan demikian hipotesis metode evaluasi berpengaruh terhadap stress akademik ditolak.

10. Pengaruh sarana prasarana (X9) terhadap stress akademik (Z)

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan hasil bahwa variabel sarana prasarana berpengaruh signifikan terhadap stress akademik. Hal ini bisa dipahami, sebagai kampus baru kelengkapan sarana prasarana sangat vital untuk menunjang proses perkuliahan. Kelengkapan dan pengelolaan sarana prasarana sangat diperlukan guna mendukung suksesnya pembelajaran karena akan mempengaruhi intelektual dan emosional peserta didik (Daryanto, 2013). Tidak adanya satu atau beberapa sarana prasarana yang diperlukan maka akan berdampak pada terjadinya stress akademik karena mahasiswa tidak atau kurang mengerti dan memahami materi perkuliahan yang disampaikan, sehingga akan berakibat terjadinya stress akademik. Dengan demikian hipotesis sarana prasarana berpengaruh terhadap stress akademik diterima.

11. Pengaruh stress akademik (Z) terhadap IP (Y)

Berdasarkan hasil pengujian didapatkan hasil bahwa variabel stress akademik berpengaruh signifikan terhadap pencapaian IP. Evaluasi hasil pembelajaran dinyatakan dalam IP (Indeks Prestasi). Indeks prestasi

merupakan suatu ukuran untuk menilai keberhasilan mahasiswa di dalam pembelajaran dan dihitung setiap semester. Mahasiswa dengan tingkat stressor yang rendah memiliki IP yang tinggi dibandingkan mahasiswa dengan tingkat stressor yang tinggi. Dengan demikian hipotesis stress akademik berpengaruh terhadap pencapaian IP diterima.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisa yang dilakukan pada penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Variabel kemampuan diri berpengaruh signifikan terhadap stress akademik dan pencapaian IP.
2. Variabel tugas kuliah berpengaruh signifikan terhadap stress akademik dan pencapaian IP.
3. Variabel metode belajar berpengaruh signifikan terhadap stress akademik dan pencapaian IP.
4. Variabel sarana prasarana berpengaruh signifikan terhadap stress akademik dan pencapaian IP.

DAFTAR PUSTAKA

- Agolla, Joseph E.&Henry Ongori. 2009. *An Assessment of Academic Stress Among Undergraduate Students: The Case of University of Botswana. Educational Research and Review. Vol. 4 (2) pp. 063-070.*
- Bataineh, Marwean Zaid, 2013. *Academic Stress Among Undergraduate Students: The Case of Education Faculty at King Saud University, Vol. 2, hal. 82-87., diakses 15 April 2014 (<http://www.ijoe.org/journal>)*
- Benson, Herbert. 1975. *The Relaxation Respon.* New York: Morrow, Harvard Medical School.
- Busari, A. O., 2012. *Identifying Difference in Perceptions of Academic Stress and Reaction to Stressors Based on Gender among First Year University Students. Vol.*

- Pengaruh Stressor Terhadap Stress Akademik.....Akhmad Efrizal Amrullah, hal. 219 - 228
2, No. 14. diakses 15 April 2014 (<http://www.ijhssnet.com/journals>)
- Calaguas, Glenn M. 2011. *College Academic Stress: Difference along Gender Lines. Diambil pada tanggal 27 Februari 2015 dari <http://www.ifrnd.org>*
- Cohen, S. (1980). *After effects of stress on human performance and social behavior: A review of research and theory.* Psychological Bulletin, 88, 82-108.
- Chen, Jie et al., 2013. *The Impact os Academic Stress on Medical Students Attending College in the Inner Mongolia Area of China.* Vol. 3, No. 2, hal. 149-154 diakses 15 April 2014 (<http://www.scrip-org/journal>)
- Daryanto & Tasrial, 2012. *Konsep Pembelajaran Kreatif.* Yogyakarta: Gava Media.
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi anak Usia SD, SMP, dan SMA.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Direktorat Akademik, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, 2008. *Buku Panduan Pengembangan Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Tinggi.* Jakarta
- Dobson, C.B. 1979: *Sources of sixth form stress,* Journal of Adolescence, 3, pp.65-76.
- Edmunds, G.J. 1984: *Needs Assessment Strategy for Back students: An examination of stressors and programme implications,* Journal of non-white concerns in Personal and Guidance, 12 (2), pp.48-56.
- Ekpenyong, Christopher E., 2013. *Associations Between Academic Stressors, Reaction to Stress, Coping Strategies and Musculoskeletal Disorders Among College Students,* Vol. 23 (2), hal. 98-112 diakses 15 April 2014 (<http://www.ijjoe.org/journal>)
- George James, M. and Others. 1987: *Correlates of Dental Student Stress,* Journal of Dental Education, 51(8), pp. 481-485.
- Hanim, Nur Faridah. 2007. *Kesan Stress Terhadap Pencapaian Akademik dan Personaliti Pelajar Politeknik Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.* (<http://eprints.uthm.edu.my/822/1/24>).
- Hanina, et.al. 2010. *Stress dan Pencapaian Akademik Mahasiswa Pembangunan Manusia di Universiti Putra Malaysia.* Jurnal Personalialia Pelajar Bil. 13/Juni 2010. (<http://www.ukm.my/personalia/wp-content/uploads/2015/06/4-Hanina-H.pdf>).
- Ippolitive, F.V. 1980: *Academic Overloading of High School Students,* Voprosy Psikholigii, 2, pp.160-165.
- Jacobson, Edmund. 1978. *You Must Relax: Practical Methods for Reducing the Tensions of Modern Living.* New York: McGraw Hill.
- Kariv, D. & Heiman, T. 2005. *Stressors, stress and coping in dual-demand environments: the case of working 'back to schoolers'.* Journal of Adult and Continuing Education, 11(10), 91-110.
- Mahfar, M., Zaini, F., Nordin, N. A. 2007. *Analisis Faktor Penyebab Stres di Kalangan Pelajar.* Jurnal Kemanusiaan.bil.9, Jun 2007. hal 62-72. http://www.fppsm.utm.my/journal-list/cat_view/13-jurnal-kemanusiaan/24-bil-09-jun-2007.html. di akses tanggal 14/02/2015 jam 08.00 WIB
- Meichenbaum, Donald. (1977). *Cognitive Behavior Modification: An Integrative Approach.* New York: Plenum Press.

- Pengaruh Stressor Terhadap Stress Akademik.....Akhmad Efrizal Amrullah, hal. 219 - 228
- Meichenbaum, D. & Cameron, R. 1983. *Stress Inoculation Training: Toward A General Paradigm for Training Coping Skills*. New York: Plenum Press.
- Nandamuri, Purnabhakar & Gowthami Ch., 2011. *Sources of Academic Stress: A Study on Management Students*. Vol. 1, hal. 31-40 diakses 15 April 2014 (<http://jmsnonolimpictimes.org/article>)
- Neil, Niven. 2002. *Health Psychology For Health Care Professional*. New York : Churchill Livingstone.
- Notoatmodjo Soekidjo (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nugroho, Yohanes Anton. 2011. *It's Easy, Olah Data Dengan SPSS*. Yogyakarta: PT. Skripta Media Creative
- Pukar, K.R., Lamb, J.M. and Bartolovic, M. 1993: *Examining the common stressors and coping methods of rural adolescents*, *Nurses Practitioner*, 11, p.50.
- Rahman M, Rahman A , Flora MS, et al. 2013. *Depression and Associated Factors in Diabetic Patients Attending an Urban Hospitals of Bangladesh*. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*; 3(1) : 65- 76.
- Rafidah, K., Azizah, A., Norzaid, M. D., Chong, S. C., Salwani, M. I. & Noraini, I. 2009. *The Impact of Perceived Stress and Stress Factors on Academic Performance of Pre-Diploma Science Students: A Malaysian Study*. *International Journal of Scientific Research in Education*, Vol. 2(1), 13-26.
- Racmah, Dwi Nur, 2012. *Hubungan Self Efficacy, Coping Stress dan Prestasi Akademik*. *Jurnal Ecopsy* Vol. 1, No. 1 hal. 6-11 diakses 17 Maret 2014 (<http://ejournal-unlam.ac.id/article>)
- Ramamalini, D. 1993: *Academic Stress, Quality of Family Support And Intelligence In A Selected Group of High School Girl Students*, Unpublished Master Thesis, S.V.U. Tirupati.
- Rao, Balaji, 2013. *A Study of Academic Stress & Adjustment Styles of Teacher Trainees*. Disertasi Doctor of Philosophy, Acharya Nagarjuna University, India.
- Ross, SE, Nielbling BC, Heckert TM. 1999. *Sources of Stress Among College Students*. Daimbil pada tanggal 31 Maret 2015 dari <http://web.ebscohost.com>
- Saxena, P.C. 1978: *Adjustment of over and under achievers*, *Indian Journal of Psychometry and Education*, 9, pp.25-33.
- Sekaran, Uma. 2003. *Research Methodes for Bussiness, A Skill Building Approach*. Fourth Edition, John Willey & Sons, Inc.
- Shahmohammadi & Elias. 2011. *Stres Akademik*, (Online), (<http://konselingkita.com>, diakses 27 Februari 2015).
- Singh, Bhupinder Pal, 2011. *Study and Analysis of Academic Stress of B. Ed. Students*. Vol. 1, No. 2, hal. 119-127 diakses 15 April 2014 (<http://www.ripublication.com/ijepa.htm>)
- Sobri, Ahmad, 2007. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta. Ciputat Press.
- Tarmidi, 2010. *Peranan Kurikulum Berbasis Kompetensi Terhadap Pembentukan Softskill Mahasiswa*. Universitas Sumatra Utara diakses 5 April 2014 (<http://repository.usu.ac.id/bitstream>)
- Thomas, 1987: *Adolescent Suicide: The Clinical Manifestation of Alienation*, *High School Journal*, 69 (1), pp.55-60.

- Villanova Peter and David Bownas. 1984. *Dimensions Of College Student Stress, Paper Presented At A Conference Of South-Eastern Psychological Association.*
- Wulandari, Lita Hadiati. 2011. *Gambaran Stres Di Bidang Akademik Pada Pelajar Sindrom Hurried Child Di Sekolah Candra Kusuma.* Diakses pada tanggal 12 April 2015 dari <http://repository.usu.ac.id>
- Yamane, Taro. 1973. *Statistic an Introductory Analysis.* Third Edition, Aoyama Gakuin University.
- Yumba, Wycliffe, 2008. *Academic Stress: A Case of the Undergraduate Students.* Linkoping University. diakses 15 April 2014 (<http://www.diva-portal.org/smash/get>)