

	Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling	Vol 9 , No.2 , 2022
	Tersedia di https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkonseling/index e-ISSN 2828-2965 p-ISSN 2548-4311	hlm.1 — 10

HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN MOTIVASI BELAJAR DALAM PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA

Putri Ayuni¹, Rahmi Sofah²

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya,
Sumatera Selatan, Indonesia

e-mail: Putriayuni112000@gmail.com. No. HP : 082184981950

Abstract: This research aims to determine the relationship between academic stress and learning motivation in online learning for guidance and counseling students of FKIP Unsri. This research uses the correlational quantitative method. The population of this study was 80 students in the 2019 class. The sample was taken using total sampling technique so the sample was 80 students. Data collection technique that use in this research is questionnaire via google form. Data analysis that used in this research is Pearson-Product Moment with the help of SPSS version 25. The results of the data analysis showed the correlation coefficient (rcount) $r_{xy} = 0,394$ and $r_{table} 0,219$ which means $r_{count} > r_{table}$ ($0,394 > 0,219$), it shows that there is a negative significant relationship between academic stress and learning motivation in online learning for guidance and counseling FKIP Unsri students, which means if academic stress gets high, it will decrease student's learning motivation.

Keywords: *Academic stress, learning motivation, online learning, students.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan motivasi belajar dalam pembelajaran daring mahasiswa bimbingan dan konseling FKIP Unsri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Jumlah populasi dari penelitian ini sebanyak 80 orang mahasiswa angkatan 2019. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling sehingga jumlahnya 80 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket melalui google form. Analisis data menggunakan rumus Pearson-Product Moment dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi (rhitung) $r_{xy} = -0,394$ dan nilai dari r_{tabel} sebesar 0,219 yang berarti $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($-0,394 > 0,219$) yang mana artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Unsri, artinya semakin tinggi stress akademik maka semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa.

Kata kunci: *Stres Akademik, Motivasi Belajar, Pembelajaran Daring, Mahasiswa.*

PENDAHULUAN

Di tengah keadaan pandemi Covid-19 ini maka pembelajaran di lingkungan pendidikan formal dilakukan secara daring, pembelajaran secara daring merupakan suatu perubahan baru yang ada di dunia pendidikan dan melibatkan unsur teknologi informasi di dalam suatu sistem pembelajaran. Mustofa, dkk (2019: 151) menyatakan bahwa bahwa pembelajaran daring

merupakan suatu metode pembelajaran jarak jauh yang mana dalam pelaksanaannya pembelajaran secara daring ini membutuhkan dan memanfaatkan teknologi sebagai serta jaringan internet sebagai sistem strategi penyampaian pembelajaran. Pembelajaran secara daring ini memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk tetap mengikuti pembelajaran tanpa ada halangan jarak dan waktu. Begitu juga dengan proses pembelajaran di perguruan tinggi, dilakukan secara daring. Dengan manfaat yang diberikan oleh metode pembelajaran secara daring, sejalan dengan berjalannya waktu dan proses pembelajaran, mahasiswa mengalami beberapa kendala dan kesulitan pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan dari hasil wawancara yang telah dilaksanakan oleh peneliti dengan lima mahasiswa program studi bimbingan dan konseling FKIP Unsri angkatan 2019 saat pembelajaran daring pada tanggal 22 Maret 2022 diketahui bahwa teridentifikasi berbagai kendala yang dialami mahasiswa antara lain; sinyal yang terkadang kurang mendukung saat pembelajaran berlangsung, kuota mahasiswa yang terbatas, adanya beberapa gangguan di lingkungan rumah pada saat belajar, tidak bisa fokus belajar, materi yang kurang bisa dipahami, serta tugas yang terlalu banyak dan permasalahan waktu deadline juga menjadi kendala dalam pembelajaran secara daring atau online.

Sejalan dengan kondisi tersebut hasil penelitian dari Widodo dan Nursaptini (2020:112) menyatakan di kalangan mahasiswa pembelajaran daring menimbulkan beberapa permasalahan yang bersifat kompleks. Permasalahan yang timbul akibat pembelajaran secara daring antara lain sebagai berikut; koneksi internet yang tidak stabil terutama di daerah terpencil, kuota internet yang terbatas, mahasiswa sulit untuk fokus, media pembelajaran yang digunakan oleh dosen monoton, tugas kuliah yang terlalu banyak, serta jadwal kuliah yang tidak teratur.

Permasalahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan yang berkepanjangan dan mempengaruhi hasil belajar yang dimiliki oleh mahasiswa. Rasa cemas berkepanjangan yang dimiliki ini tentu dapat memicu stress akademik dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Menurut Lal (dalam Sujadi, 2019: 29) stres akademik merupakan tekanan mental yang disebabkan oleh kegagalan dalam aspek akademik dan tuntutan-tuntutan yang disebabkan aspek akademik lainnya. Ada beberapa faktor yang menjadi penyebab dan pemicu timbulnya stres akademik antara lain: pertama, adanya reaksi dari penyesuaian baru yang harus dilakukan mahasiswa dalam kehidupan kampus; kedua, adanya tekanan akademik dan konflik antar pribadi yang muncul; ketiga, kondisi lingkungan tempat tinggal dan perubahan lifestyle yang terjadi.

Stres akademik yang ditimbulkan dari pembelajaran daring memberikan pengaruh pada hal-hal lain, seperti motivasi belajar. Winkel, (dalam Puspitasari 2012) menjelaskan bahwa motivasi belajar merupakan suatu usaha yang ada di dalam diri mahasiswa yang mengarah pada kegiatan belajar serta menjamin kelangsungan kegiatan belajar dengan maksud untuk mencapai tujuan dari belajar. Untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditentukan, motivasi belajar memiliki peran

besar di dalam prosesnya. karena motivasi belajar mendorong semangat dan minat belajar pada mahasiswa.

Pernyataan diatas didukung oleh penelitian yang dilakukan Puspitha, dkk (2018:31) mengenai hubungan stres akademik dengan motivasi belajar mahasiswa tingkat pertama yang membuktikan bahwa peningkatan stres akademik dapat menurunkan motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa. Serta didukung juga oleh penelitian yang dilakukan Sujadi (2021:36) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres akademik dan motivasi belajar siswa, hasil penelitian yang tersebut memperoleh suatu kesimpulan bahwa semakin tinggi stres akademik akan menyebabkan semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah stres akademik yang dimiliki maka semakin tinggi pula motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Farhana (2020:211) menyimpulkan bahwa stres akademik dan motivasi belajar memiliki hubungan positif yang berarti apabila stres akademik meningkat maka motivasi belajar juga meningkat.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan wawancara yang telah dilakukan, maka peneliti merasa perlu untuk melaksanakan penelitian mengenai hubungan stres akademik dengan motivasi belajar pada pembelajaran daring yang dimiliki oleh mahasiswa bimbingan dan konseling FKIP Unsri.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Menurut Arikunto (2005:247) penelitian korelasional kuantitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua atau beberapa variabel.

Di dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitiannya adalah mahasiswa Bimbingan dan dan Konseling Angkatan 2019 kelas Indralaya dan Palembang FKIP Unsri. Jumlah populasi dari penelitian ini ialah 46 mahasiswa kelas Indralaya dan 34 orang mahasiswa kelas Palembang dengan jumlah keseluruhan 80 orang mahasiswa angkatan 2019, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling sehingga jumlahnya 80 orang. Penelitian ini hanya dilakukan di lingkungan FKIP Unsri saja.

Untuk memperoleh data yang dibutuhkan, pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data angket menggunakan skala likert dengan jumlah 33 butir item pertanyaan variable stres akademik dan 23 butir item pertanyaan variable motivasi belajar. Peneliti memberikan skala stres akademik dan motivasi belajar dalam pembelajaran daring kepada sampel yang telah ditentukan.

HASIL

Data yang telah terkumpul dari penelitian ini diolah dan dianalisis menggunakan SPSS versi 25. Adapun hasil penelitian ini sebagai berikut :

Analisis Deskriptif

Pada suatu penelitian, analisis deskriptif bertujuan untuk menggambarkan serta menjelaskan hasil data yang telah didapat. Hasil analisis deskriptif variabel pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

Tabel 1. Analisis Deskriptif Stres Akademik

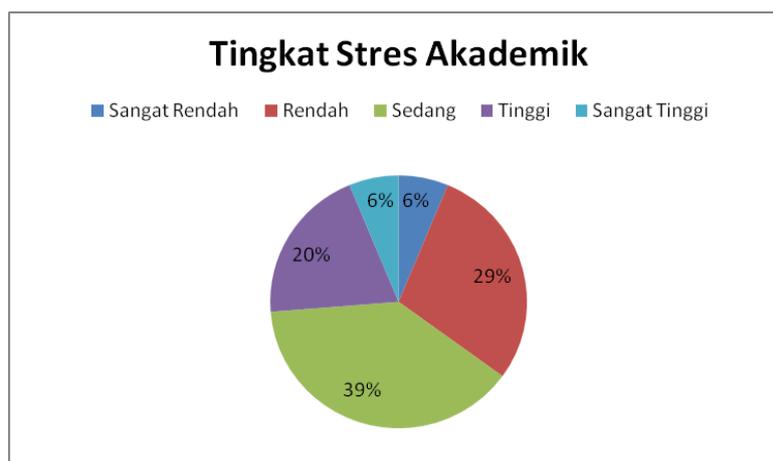
Descriptive Statistics							
	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Stres Akademik	80	38	91	129	8768	109,60	8,134
Motivasi Belajar	80	29	34	63	3946	49,33	6,302

Dari hasil analisis yang terdapat pada tabel diatas, diperoleh skor maksimal atau skor *maximum* dari variabel Stres akademik adalah sebesar 129, skor minimal atau *minimum* sebesar 91, rata-rata sebesar 109,60 serta standar deviasi 8,134. Sedangkan untuk variabel Motivasi Belajar diperoleh skor maksimal sebesar 63, skor minimal sebesar 34, rata rata sebesar 49,33 dan Standar deviasi sebesar 6,302.

Karakteritik Respoden

Table 2. Karakteristik Responden Stres Akademik Keseluruhan

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	5	6,25 %
Rendah	23	28,75 %
Sedang	31	38,75 %
Tinggi	16	20 %
Sangat Tinggi	5	6,25 %

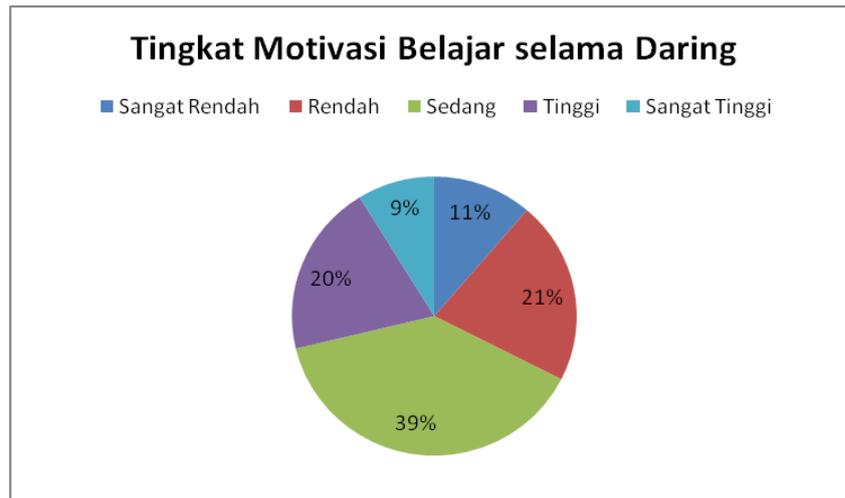


Gambar 1. Digram Pie Hasil Persentase Tingkat Stres Akademik

Berdasarkan table 2, terlihat distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan stres akademik. Dari 80 orang responden, terdapat 5 atau 6,25% mahasiswa dari 80 sampel yang memiliki stres akademik pada kategori sangat rendah. Kemudian terdapat 23 dengan persentase 28,75% mahasiswa yang memiliki tingkat stres akademik di kategori rendah. Selanjutnya terdapat 31 atau 38,75% mahasiswa yang berada di tingkat sedang, 16 mahasiswa atau 20% yang memiliki tingkat stres akademik dalam kategori tinggi dan 5 mahasiswa atau 6,25% dari sampel yang memiliki tingkat stres akademik dalam kategori yang sangat tinggi.

Table 3. Karakteristik Motivasi Belajar Dalam Secara Keseluruhan

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	9	11,25 %
Rendah	17	21,25 %
Sedang	31	38,75 %
Tinggi	16	20 %
Sangat Tinggi	7	8,75 %



Gambar 2. Digram Pie Hasil Persentase Tingkat Motivasi Belajar selama Daring

Berdasarkan table 3, terlihat distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan stres akademik. Dari 80 orang responden terdapat 9 siswa atau 11.25% dari seluruh sampel yang memiliki tingkat motivasi belajar dalam kategori sangat rendah. Kemudian terdapat 17 siswa atau 21.25% dari seluruh sampel yang memiliki tingkat motivasi belajar dalam kategori rendah. Selanjutnya terdapat 31 siswa atau 38.75% dari seluruh sampel yang memiliki tingkat motivasi belajar dalam kategori sedang, terdapat 16 siswa atau 20% dari seluruh sampel yang memiliki tingkat motivasi belajar dalam kategori, lalu 7 siswa atau 8.75% dari seluruh sampel yang memiliki tingkat motivasi belajar dalam kategori sangat tinggi.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan penghitungan korelasional yang menggunakan rumus *Correlation Pearson Product Moment*. Adapun hasil dari pengujian yang telah dilaksanakan sebagai berikut:

Table 4. Hasil Uji Korelasi

		Stres Akademik	Motivasi Belajar
Stres Akademik	Pearson Correlation	1	-,394**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	80	80
Motivasi Belajar	Pearson Correlation	-,394**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	80	80

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil tabel dari uji korelasi diatas, nilai sig. (2-tailed) adalah 0,000 yang mana nilai ini lebih kecil dari 0,05. Maka dapat diambil keputusan H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Unsri.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan membandingkan r_{hitung} dengan r_{tabel} , apabila nilai r_{hitung} lebih besar dibanding r_{tabel} maka hipotesis yang telah diajukan diterima. Dari hasil uji korelasi pada tabel 3, diperoleh nilai r_{hitung} sebesar 0,394 sedangkan nilai dari r_{tabel} sebesar 0,219 yang berarti $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,394 > 0,219$) dan ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan diterima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar dalam Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Unsri. Arah hubungan yang terdapat bersifat negatif, yang artinya semakin tinggi stres akademik yang dimiliki mahasiswa maka akan diikuti dengan semakin rendah motivasi belajarnya, begitu sebaliknya.

PEMBAHASAN

Pelaksanaan aktivitas pembelajaran yang saat ini dilakukan secara jarak jauh atau online memberikan dampak positif bagi para pelajar termasuk pada mahasiswa namun tidak dapat dipungkiri terdapat hambatan–hambatan dan permasalahan yang terjadi pada saat perkuliahan secara daring berlangsung. Permasalahan–permasalahan serta tuntutan akademik yang dihadapi memicu munculnya stres akademik pada mahasiswa. Alvin (dalam Eryanti, 2012) mendefinisikan stres akademik sebagai tekanan yang terdapat di dalam diri mahasiswa yang terjadi karena munculnya persaingan dan tuntutan akademik.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkatan untuk variable stres akademik berada di kategori sedang di mana terdapat 31 mahasiswa atau 38.75% dari sampel keseluruhan. Permasalahan-permasalahan yang diketahui menjadi penyebab stres akademik mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2019 FKIP Unsri antara lain; jaringan internet yang kurang mendukung, kuota mahasiswa yang terbatas, kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan metode pembelajaran daring, banyak gangguan dari rumah pada saat belajar, tidak bisa fokus belajar, kesulitan memahami materi, serta tugas yang terlalu banyak dan permasalahan waktu deadline juga menjadi kendala dalam pembelajaran secara daring atau online.

Total skor rata–rata tingkatan untuk variabel motivasi belajar dalam pembelajaran daring mahasiswa bimbingan konseling FKIP Unsri berada pada rentang sedang di mana terdapat 31 siswa atau 38.75% dari seluruh sampel yang berada di tingkat sedang. Mahasiswa yang memiliki tingkat motivasi belajar yang baik cenderung lebih cepat untuk memahami materi

pelajaran yang diterimanya, mempunyai semangat dan gairah untuk belajar, dan mampu untuk memahami materi secara menyeluruh.

Motivasi belajar merupakan suatu keadaan psikis yang mengerakkan serta mendorong seseorang untuk mengikuti pembelajaran, dorongan yang tersebut memicu munculnya gairah dan semangat serta rasa ingin tau yang tinggi pada peserta didik. Dalam proses belajar motivasi belajar dianggap sebagai aspek yang memiliki peran penting. Mahasiswa dengan motivasi belajar rendah memiliki kecenderungan pasif dan tidak mengerahkan segala kemampuannya dengan maksimal.

Untuk mengetahui bagaimana kolerasi antara stres akademik dengan motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa selama pembelajaran daring peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan rumus korelasi product moment yang menunjukkan hasil nilai r hitung sebesar -0,394 sedangkan nilai dari rtabel sebesar 0,219 yang berarti $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($-0,394 > 0,219$). Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan motivasi belajar. Arah hubungan yang terdapat bersifat negatif, yang artinya semakin tinggi stres akademik yang dimiliki mahasiswa maka akan diikuti dengan semakin rendah motivasi belajarnya, begitu sebaliknya.

Kemudian nilai dari hasil uji korelasi yang diperoleh sebesar -0,394 masuk ke dalam kategori interpretasi rendah yang berarti terdapat korelasi yang kurang kuat antara variabel stres akademik dengan variabel motivasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa variabel motivasi belajar dipengaruhi oleh stres akademik, namun pengaruh yang diberikan stres akademik terhadap motivasi belajar rendah atau kurang kuat. Terdapat variabel-variabel lain yang mempunyai pengaruh lebih kuat terhadap motivasi belajar seperti Self efficacy, gaya belajar, dan variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dari beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan motivasi belajar. Hubungan ini masuk ke dalam kategori interpretasi rendah sehingga hubungan yang dimiliki kurang kuat. Arah hubungan yang terdapat bersifat negatif, yang artinya semakin tinggi stres akademik yang dimiliki mahasiswa maka akan diikuti dengan semakin rendah motivasi belajarnya, begitu sebaliknya.

Beberapa penelitian terdahulu yang mendukung dan sependapat dengan hasil penelitian ini adalah di antara lain penelitian yang dilakukan Puspitha, dkk (2018:31) mengenai hubungan stres akademik dengan motivasi belajar mahasiswa tingkat pertama yang membuktikan bahwa peningkatan stres akademik dapat menurunkan motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sujadi (2021:36) juga dinyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres akademik dan motivasi belajar siswa. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa semakin tinggi stres akademik akan menyebabkan semakin rendah motivasi

belajar yang dimiliki oleh mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah stres akademik yang dimiliki maka semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa.

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, diketahui faktor penyebab stres akademik yang dialami mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2019 FKIP Unsri selama pembelajaran daring dikarenakan banyaknya tugas perkuliahan, tuntutan akademik untuk menguasai keterampilan dan pengetahuan dalam waktu singkat, kondisi pembelajaran yang cenderung membosankan, serta sulitnya mahasiswa untuk berkonsentrasi selama pembelajaran berlangsung sehingga membuat mahasiswa kesulitan untuk memahami materi pembelajaran yang diberikan. Rose et al, (1999) menyatakan faktor-faktor penyebab munculnya stres akademik pada mahasiswa antara lain: pertama, adanya reaksi dari penyesuaian baru yang harus dilakukan mahasiswa dalam kehidupan kampus; kedua, adanya tekanan akademik dan konflik antar pribadi yang muncul; ketiga, kondisi lingkungan tempat tinggal dan perubahan lifestyle yang terjadi. Seperti yang dijelaskan bahwa selama pandemik Covid-19 telah terjadi perubahan situasi pembelajaran dari luring menjadi daring, sehingga mengakibatkan gangguan stres akademik pada mahasiswa.

Permasalahan-permasalahan tersebut menimbulkan stres akademik yang mempengaruhi motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2019 FKIP Unsri. Pada pelaksanaan penelitian ini peneliti mengalami beberapa keterbatasan, yaitu peneliti mengalami kesulitan dalam proses pengumpulan data melalui angket yang disebar via google form, dikarenakan ada beberapa mahasiswa yang slow respond ketika dihubungi. Kemudian setelah pengumpulan data dilaksanakan, informasi yang diberikan oleh responden pada angket belum tentu valid dan menunjukkan keadaan responden yang sebenarnya. Dari berbagai keterbatasan tersebut peneliti mengatasinya dengan menghubungi mahasiswa yang slow respond dalam mengisi angket secara pribadi dan peneliti mengingatkan bahwa jawaban angket tidak mempengaruhi nilai mahasiswa sehingga mahasiswa dapat mengisi angket sesuai dengan kondisi dan keadaan sebenarnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil uji penelitian mengenai hubungan dari stres akademik dengan motivasi belajar dalam pembelajaran daring pada mahasiswa program studi bimbingan konseling FKIP Unsri diperoleh bahwa hasil dari uji hipotesis yang telah dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi product moment yang menunjukkan nilai r_{hitung} sebesar -0,394 dan berada pada kategori interpretasi rendah yang berarti terdapat korelasi yang kurang kuat antara variabel stres akademik dengan variabel motivasi belajar sedangkan nilai dari r_{tabel} sebesar 0,219 yang berarti $r_{hitung} > r_{tabel}$ (-0,394 > 0,219). Sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan yang

negatif antara stres akademik dengan motivasi belajar dalam pembelajaran daring mahasiswa. Dengan hal ini dapat dipahami bahwa semakin tinggi stres akademik menyebabkan semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa, sebaliknya semakin rendah stres akademik yang dimiliki berpengaruh dengan semakin tinggi juga motivasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa.

Dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, peneliti berharap dosen BK khususnya dosen pembimbing akademik mahasiswa dapat monitor perkembangan studi mahasiswa serta membangkitkan dan mengembangkan motivasi belajarnya selama pembelajaran daring.

DAFTAR RUJUKAN

- Alvin, N. O. (2001). *Handling Study Stress: Panduan agar Anda Bisa Belajar Bersama Anak-Anak Anda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Farhana, K. (2020). Hubungan Antara Stres Akademik dengan Motivasi Belajar (Studi Kasus pada Mahasiswa Semester VII Teknik Fisika Universitas Telkom). *Prosiding Manajemen*, 1 April 2020, Universitas Telkom: 211.
- Hadisi, & Muna. (2015). Pengelolaan Teknologi Informasi dalam Menciptakan Model Inovasi Pembelajaran (E-Learning). *Jurnal Al-Ta'dib*, 8(1):127–132.
- Mustofa, M. I., Chodzirin, M., Sayekti, L., & Fauzan, R. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Jurnal Walisongo Teknologi Informasi*, 1(2): 151.
- Puspitha F. C., Merry I. S., & Dwita O. (2018). Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 7(3): 31.
- Rustaman, H. A. (2020). Efektivitas Penggunaan Aplikasi Daring, Video Conference dan Sosial Media pada Mata Kuliah Komputer Grafis 1 di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 4(3): 558.
- Sharma, G., & Pandey, D., (2017). Anxiety , Depression , and Stress in Relation to Academic Achievement among Higher Secondary School Students. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2): 0-7.
- Sujadi, E. (2021). Stres Akademik dan Motivasi Belajar Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengembangan Bimbingan dan Konseling Pendidikan*, 4(1): 29-41.
- Widodo, A., & Nursaptini, N. (2020). Problematika Pembelajaran Daring dalam Perspektif Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 4(2): 100–115.