

**Pengaruh Tingkat Kecemasan dan Resilience Terhadap Motivasi Berprestasi  
Mahasiswa  
Prodi BK-FKIP UNIVERSITAS IVET**

Widya Novi Angga Dewi<sup>1)</sup>, Banun Sri Haksasi<sup>2)</sup>  
Prodi Bimbingan dan Konseling – Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
E-mail: [widyanovi.411@gmail.com](mailto:widyanovi.411@gmail.com)<sup>1)</sup>, [srihaksasibanun@gmail.com](mailto:srihaksasibanun@gmail.com)<sup>2)</sup>

Diterima: Juni 2020, Di publikasikan: Juli 2020

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis secara empiris data: 1) pengaruh tingkat kecemasan terhadap motivasi berprestasi; 2) pengaruh resilience terhadap motivasi berprestasi; dan 3) pengaruh tingkat kecemasan dan resilience terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET di Semarang.

Metodologi penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain tipe eksplanatori, yaitu suatu penelitian yang berusaha menjelaskan hubungan kausal/sebab-akibat antara variabel yang digunakan melalui pengujian hipotesis. Subjek penelitian sebanyak 71 mahasiswa dengan teknik pengumpulan data observasi, dokumentasi, dan angket. Alat pengumpul data utama adalah angket, sebelum digunakan sebagai alat pengumpul data di lapangan telah dilakukan uji instrumen melalui uji validitas dan reliabilitas, hasilnya instrumen yang digunakan telah valid dan reliabel. Teknik analisis data dari penelitian yang bersifat asosiatif ini digunakan teknik analisis regresi linier berganda.

Hasil penelitian menunjukkan: 1) ada pengaruh positif dan signifikan tingkat kecemasan terhadap motivasi berprestasi mahasiswa sebesar 0,792 atau 79,2%, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar indikator tingkat kecemasan; 2) ada pengaruh positif dan signifikan resiliensi terhadap motivasi berprestasi mahasiswa sebesar 0,751 atau 75,1%, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar indikator resiliensi; dan 3) ada pengaruh positif dan signifikan tingkat kecemasan dan resiliensi terhadap motivasi berprestasi mahasiswa sebesar 0,772 atau 77,2%, sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar indikator tingkat kecemasan dan resiliensi.

**Kata kunci:** Kecemasan, resilience, motivasi berprestasi.

## PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan hal yang normal dalam kehidupan manusia, karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai tanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi secara terus-menerus, tidak rasional, dan intensitasnya semakin meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari pada individu tersebut. Begitu juga dengan kecemasan dalam diri mahasiswa, karena dalam kegiatan perkuliahan ada banyak tugas perkuliahan, pekerjaan (bagi yang sudah bekerja), penyusunan laporan, makalah, dan ujian sebagai bentuk evaluasi rutin yang dihadapi mahasiswa, maka hal tersebut harus diselesaikan (Annisa dan Ifdil, 2016). Tantangan dan tuntutan tersebut memerlukan penyelesaian dengan keterbatasan waktu yang ditentukan, maka kondisi tersebut dimungkinkan berpengaruh terhadap kesuksesan atau bahkan menghambat mahasiswa itu sendiri, sehingga dikhawatirkan kecemasan tersebut akan muncul pada mahasiswa.

Yusuf (2009: 43) menyebutkan bahwa kecemasan merupakan ketidakberdayaan neurotik, rasa tidak aman, tidak matang, dan kekurangan kemampuan dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan sehari-hari. Sarlito (2012: 251) juga mengemukakan bahwa kecemasan merupakan rasa takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya. Oleh sebab itu mahasiswa perlu memiliki rasa ketahanan atau resilience dalam mengatasi masalah yang ada dalam dirinya.

Resiliensi yang berarti proses menghindari jalur-jalur negatif yang berkaitan dengan paparan faktor risiko dari kecemasan yang terjadi, karena setiap orang memiliki kapasitas untuk menjadi resilien atau cemas. Salah satu faktor kunci dalam membangun resiliensi adalah mengidentifikasi dan mengembangkan kekuatan-kekuatan individu dan kekuatan-kekuatan di dalam sistem baik itu keluarga, sekolah, atau masyarakat (Geldard, 2012: 41). Ketahanan atau resilience seorang individu dalam mengatasi permasalahan hidup tampak pada saat individu tersebut menghadapi berbagai masalah. Seorang individu bisa memiliki kerentanan terhadap masalah yang sebenarnya merupakan masalah sederhana bagi individu yang lain.

Pribadi yang memiliki resilience tinggi dibutuhkan untuk dapat mengatasi berbagai permasalahan dalam kehidupan dan menunjukkan prestasi dalam kinerjanya. Beberapa keterampilan yang penting bagi perkembangan kemampuan resilience harus dikuasai sebelum seseorang berusia 11 tahun, namun resilience masih dapat berkembang pada usia remaja dan dewasa (Santrock, 2009).

Berdasarkan penelitian terdahulu hasil resilience guru BK Negeri se-Kota Semarang diperoleh frekuensi sebesar 71 atau 84,52 % dari 84 guru sebagai responden dengan kriteria baik, jika dikaitkan dengan kinerja guru BK SMA Negeri yang diperoleh frekuensi 74 atau 88,10% dari 84 guru sebagai responden dengan kriteria baik/tinggi, sisanya diperoleh pada kriteria cukup, sehingga simpulannya adalah; jika resilience tinggi kinerjanya juga tinggi (Marliyah, Haksasi dan Zusrotin, 2018). Hal ini berarti bahwa pentingnya individu untuk meminimalkan kecemasan yang terjadi pada dirinya dan memiliki kemampuan resilience tinggi agar menjadi pribadi yang tangguh, dapat menjadi panutan dan memiliki ketahanan dalam menghadapi permasalahan kehidupan. Hal ini jika

diterapkan ke dalam diri mahasiswa, maka akan mampu bertahan dalam menghadapi tugas-tugas perkuliahan dan mampu menyelesaikannya dengan baik.

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling (BK) adalah mahasiswa yang dididik untuk menjadi calon guru, khususnya guru BK. Pendidikan S1 BK diharapkan menjadi wahana dalam membangun karakter pribadi mahasiswa calon guru BK dan sarana untuk menguasai khasanah teoretik ke-BK-an dan sebagai syarat untuk menjadi konselor profesional.

Pada hakikatnya sebagai seorang calon konselor, mahasiswa mampu mengaplikasikan ilmu yang didapatkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bentuk latihan diri sebagai seorang konselor profesional. Seorang konselor harus bekerja berdasar khasanah teoretik ke-BK-an dan memiliki karakteristik pribadi yang baik sebagai seseorang yang bergerak dalam bidang *helping profession* (Nadeem, Maqbool dan Zaidi, 2012) sebagai satu sisi.

Motivasi menentukan tingkat berhasil atau gagalnya kegiatan belajar mahasiswa. Belajar tanpa motivasi sulit untuk mencapai keberhasilan secara optimal. Pengalaman dan pengamatan sehari-hari dapat diperoleh dalam menyumbang keberhasilan belajar, kondisi ini dapat terjadi jika mahasiswa memiliki motivasi untuk berprestasi (Karolina, 2013). Sebaliknya jika mahasiswa tidak memiliki motivasi untuk berprestasi, maka mahasiswa tidak akan mampu mengaplikasikan ilmu yang didapatkan dalam perkuliahan, sehingga karakteristik pribadi sebagai seorang calon guru BK atau konselor sulit dikuasai karena teoretik ke-BK-an tidak dipahami dengan baik.

Kondisi tersebut didukung hasil survey (2020) yang menunjukkan bahwa masih rendahnya motivasi berprestasi yang dimiliki mahasiswa sebagai calon guru dan konselor. Hal tersebut secara terpisah dapat dikemukakan bahwa: 1) beberapa mahasiswa tampak belum siap ketika menerima perkuliahan; 2) kurang mampu mempresentasikan tugas yang sudah dibuatnya; 3) cepat putus asa jika menghadapi tugas atau persoalan dalam materi perkuliahan; 4) ketidakmampuan dalam memecahkan masalah ketika diskusi; dan 5) rendahnya hasrat untuk berhasil karena tidak disertai dengan usaha belajar secara maksimal.

Beberapa gambaran data tentang rendahnya inferensi karakteristik pribadi mahasiswa calon guru BK/Konselor untuk mahasiswa BK Universitas IVET di atas menunjukkan bahwa rendahnya motivasi berprestasi dalam dirinya. Hal ini terlihat dari tingginya kendala dalam proses perkuliahan di kelas, dan kecenderungan mahasiswa yang menganggap bahwa beberapa mata kuliah merupakan mata kuliah yang sulit sehingga menjadi beban bagi dirinya. Hal ini tentu dapat berpengaruh negatif dalam pencapaian prestasi belajarnya. Berdasar hasil wawancara terhadap mahasiswa (2020); terdapat sikap dosen yang terlalu keras dalam mengajar dan mengakibatkan mahasiswa semakin takut (baca: malah) dalam mengikuti perkuliahan pada dosen tersebut. Ketakutan inilah yang mengakibatkan kecemasan meningkat, sehingga jika tetap berlangsung secara terus-menerus dan tidak segera diatasi, maka dikhawatirkan dapat menghambat mahasiswa dalam proses perkuliahan dan keberhasilannya.

Begitu pula dalam kegiatan pembelajaran di kelas, dosen sering dihadapkan pada sejumlah karakteristik mahasiswa yang beraneka ragam. Terdapat mahasiswa yang menempuh kegiatan belajar dengan lancar dan berhasil tanpa mengalami

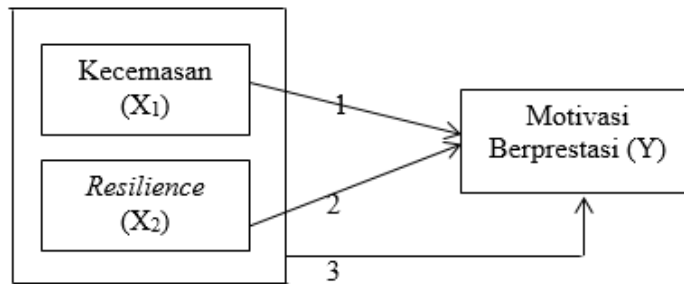
kesulitan, namun ada pula mahasiswa yang mengalami rendahnya motivasi berprestasi. Halk tersebut ditunjukkan adanya hambatan-hambatan tertentu untuk mencapai hasil belajar, baik dari sifat psikologis, sosiologis, maupun fisiologis, yang akhirnya dapat menyebabkan prestasi belajarnya di bawah nilai rata-rata kelas.

Hasil survey dan wawancara dengan mahasiswa (2020) terdapat data jika rendahnya motivasi yang diberikan oleh dosen menjadikan mahasiswa sering tidak memperhatikan ketika dosen sedang menjelaskan materi, kebanyakan mahasiswa sibuk dengan kepentingannya sendiri seperti bermain HP, mengobrol dengan teman yang duduk disebelahnya. Teguran yang dilakukan oleh dosen seolah-olah mahasiswa tidak mempedulikannya dan bahkan bersikap acuh tak acuh. Selain itu juga kurang lengkapnya sarana dan prasarana pendukung pembelajaran jika mahasiswa belajar di rumah.

Gambaran di atas berdasarkan hasil survey yang dilakukan peneliti dan diharapkan menjadi catatan untuk perlu diberikan sebuah solusi. Solusi sebagai tindakan preventif telah dilakukan oleh setiap dosen kepada mahasiswa ketika melaksanakan proses pembelajaran dengan cara menegur dan memberikan motivasi, sehingga secara data perlu dilakukan sebuah penelitian. Apakah tingkat kecemasan dan resilience memiliki pengaruh terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK FKIP Universitas IVET? Hal inilah alasan perlunya dilakukan penelitian ini, sehingga permasalahan yang muncul adalah: 1) seberapa besar pengaruh tingkat kecemasan terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET?; 2) seberapa besar pengaruh resilience terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET?; dan 3) seberapa besar pengaruh tingkat kecemasan dan resilience terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET?

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, karena untuk menguji teori dan hipotesis digunakan alat uji statistik serta angka-angka dengan pengolahan data statistik, bahkan mulai dari pengumpulan data, penafsiran data serta penyajiannya dilakukan dalam bentuk dan model angka-angka berdasarkan hasil olahan statistik (Arikunto, 2012). Adapun desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tipe eksplanatori, yaitu suatu penelitian yang berusaha menjelaskan hubungan kausal/sebab-akibat antara variabel yang digunakan melalui pengujian hipotesis. Penelitian ini bersifat penelitian asosiatif dengan analisis regresi linier berganda. Analisis ini bertujuan menjelaskan akibat langsung dan tidak langsung seperangkat variabel, sebagai variabel penyebab terhadap seperangkat variabel lain yaitu variabel terikat. Model regresi linier, variabel penyebab sering diistilahkan dengan variabel eksogen (*exogenous variable*), sedang variabel akibat atau variabel terikat disebut sebagai variabel endogen (*endogenous variable*). Model analisis regresi linier dapat dilakukan estimasi besarnya hubungan kausal antar sejumlah variabel dan hirarki kedudukan masing-masing variabel dalam serangkaian hubungan kausal, baik pengaruh langsung maupun tidak langsung (Ghozali, 2010). Berdasarkan penjelasan di atas, desain penelitian ini dapat disajikan bentuk gambar bagan berikut.



Gambar 1: Desain Penelitian.

Berdasarkan model hubungan kausal seperti dikemukakan di atas, maka penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain non-eksperimen. Penelitian ini tidak melakukan perlakuan khusus terhadap subjek, tetapi mengkaji fakta-fakta yang telah terjadi dan dialami oleh subjek penelitian. Hal ini berarti bahwa manipulasi terhadap variabel penelitian tidak dilakukan, namun hanya digali fakta-fakta dari peristiwa yang telah terjadi dengan menggunakan angket yang berisi sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang menggambarkan persepsi responden terhadap variabel yang diteliti. Hal tersebut seperti dikemukakan oleh Creswell (2009) bahwa penelitian yang dilakukan setelah perbedaan-perbedaan dalam variabel bebas tersebut terjadi karena perkembangan kejadian atau peristiwa secara alami yang disebut sebagai penelitian *ex post facto* (dari sesudah fakta).

Subjek penelitian ini sebanyak 71 mahasiswa prodi BK dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Jumlah subjek penelitian ini sama dengan jumlah sampel, karena subjek kurang dari 100 sehingga juga dapat disebut sebagai penelitian dengan sampel jenuh (Setiaji, 2006). Alat pengumpul data yang digunakan adalah observasi, dokumentasi, dan angket atau kuesioner. Sebelum alat pengumpul data utama berupa angket digunakan untuk pengambilan data di lapangan, terlebih dahulu dilakukan uji coba instrumen melalui uji validitas dan reliabilitas dengan rumus Alpha Cronbach. Hal ini didasari pertimbangan ketiga variabel penelitian dari alternatif jawabannya berupa data interval (Creswell, 2009). Guna mengetahui reliabel atau tidaknya instrumen, maka dirujuk pendapat Nunnally (dikutip dalam Sugiyono, 2012); yaitu suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai Cronbach Alpha 0,40 atau bisa dibuat persamaan:  $\alpha > 0,40$ . Dalam melakukan uji reliabilitas dan juga analisis data digunakan bantuan program SPSS versi 18,00 *for Windows* 2010. Pada uji validitas ini ada beberapa item yang dibuang (drop), sehingga instrumen item angket yang digunakan dipastikan telah memenuhi syarat valid dan reliabel. Adapun teknik analisis data digunakan regresi linier berganda.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini disajikan mulai dari uji: normalitas, linieritas, multikolinearitas, heteroskedastisitas, autokorelasi, dan diakhiri dengan uji hipotesis berupa regresi linier berganda, baik uji t maupun uji F seperti dijelaskan secara rinci berikut.

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah persamaan regresi yang dihasilkan antara variabel X, yaitu *reseilience* dan kecemasan dengan variabel Y berupa motivasi berprestasi berdistribusi normal atau tidak. Hal tersebut dapat diketahui dari hasil uji dengan uji Kolmogorof-Smirnov. Bila nilai probabilitas atau  $p > 0,05$  maka dikatakan normal, sedangkan bila nilai  $p < 0,05$  maka dikatakan tidak normal.

Tabel 1: Hasil Uji Normalitas  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		71
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.23872511
Most Extreme Differences	Absolute	.104
	Positive	.912
	Negative	.104
Kolmogorov-Smirnov Z		.721
Asymp. Sig. (2-tailed)		.676

a. Test distribution is Normal

Hasil uji Kolmogorof-Smirnov memiliki nilai signifikansi ( $p = 0,676$  ( $p > 0,05$ ), hal ini berarti bahwa asumsi normalitas terpenuhi atau dapat dikatakan bahwa data yang diperoleh bersifat normal.

#### 2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel datanya mengikuti garis lurus atau tidak, sehingga persamaan regresi dapat berfungsi untuk melakukan prediksi. Secara lebih lengkap hasil uji linieritas dapat ditampilkan seperti pada tabel berikut.

Tabel 2: Hasil Uji Linieritas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Motivasi Berprestasi (Y) * Kecemasan (X1), Resilience (X2)	Between Groups	(Combined)	598.771	21	35.222	1.222	.306
		Linearity	162.063	1	162.063	5.624	.024
		Deviation from Linearity	436.708	20	27.294	.947	.531
	Within Groups		864.479	50	28.816		
	Total		1463.250	71			

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai linieritas untuk variabel kecemasan dan variabel *resilience* terhadap motivasi berprestasi memiliki nilai signifikansi ( $0,531 > 0,05$ ), hal ini berarti bahwa ada hubungan linier secara signifikan maka data dari ketiga variabel telah memenuhi syarat linieritas.

### 3. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi yang kuat antar variabel bebas (kecemasan dan *resilience*) yang digunakan pada penelitian ini. Multikolinearitas dapat dilihat dari *Value Inflation Factor* (VIF), bila nilai VIF tidak lebih dari 10, dapat dikatakan tidak terjadi multikolinearitas.

Tabel 3: Hasil Uji Multikolonieritas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
	1 (Constant)	51.122	10.292				4.967
Kecemasan (X1)	.392	.169	.326	3.981	.003	.994	1.006
Resilience (X2)	.351	.158	.314	2.324	.002	.994	1.006

a. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Tabel di atas menyajikan data bahwa variabel kecemasan mempunyai nilai VIF sebesar 1,006, demikian pula dengan variabel *resilience* juga mempunyai nilai VIF 1,006. Hal ini menunjukkan nilai  $VIF < 10$  sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas. Nilai toleransi untuk variabel kecemasan dan *resilience* sebesar 0,994 (mendekati angka 1) maka dapat dikatakan tidak terjadi multikolinearitas. Dengan demikian hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua variabel bebas tidak memiliki hubungan dan masing-masing dapat digunakan sebagai variabel bebas secara mandiri.

### 4. Uji Heteroskedastisitas

Heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui ada tidaknya ketidak-samaan varian dari residual dari satu pengamatan ke pengamatan lain. Bila varians

residual dari satu pengamatan ke pengamatan lain berbeda, maka data dikatakan heteroskedastisitas. Lebih lanjut hasil penelitian dapat ditampilkan tabel berikut.

Tabel 4: Hasil Uji Heteroskedastisitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	51.122	10.292		4.967	.000
Kecemasan (X1)	.392	.169	.326	3.981	.003
Resilience (X2)	.351	.158	.314	2.324	.002

a. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi

Tabel di atas menunjukkan bahwa pada variabel kecemasan diperoleh angka signifikansi 0,025 dan resilience sebesar 0,029, karena sig. < 0,05 maka dapat dikatakan data yang diperoleh tidak termasuk dalam kriteria atau tidak terjadi heteroskedastisitas yang berarti pula data bersifat signifikan.

#### 5. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi dilakukan untuk mengetahui adanya korelasi antar variabel itu sendiri pada pengamatan yang berbeda waktu atau individu. Uji autokorelasi dilakukan dengan menggunakan uji Durbin-Watson. Jika terjadi autokorelasi maka persamaan tersebut tidak layak digunakan sebagai prediksi.

Tabel 5: Hasil Uji Autokorelasi

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.344 <sup>a</sup>	.118	.729	5.35388	2.176

a. Predictors: (Constant), Kecemasan (X1), Resilience (X2)

b. Dependent Variable: Motivasi berprestasi (Y)

Berdasarkan tabel di atas diperoleh hasil Durbin-Watson sebesar 2,176 terletak antara du ( $k = 2$ ;  $N = 71$ ) dan 4-du (4,967) maka dapat dikatakan bahwa data yang diperoleh melalui sebaran angket tidak terjadi gejala autokorelasi.

#### 6. Uji Hipotesis

Uji yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh kecemasan dan *resilience* terhadap motivasi berprestasi digunakan analisis regresi linier berganda, secara lengkap hasil uji dapat ditampilkan pada tabel berikut.



Tabel 6: Hasil Uji t  
Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	71.213	13.298		4.967	.000
Kecemasan (X1)	.792	.181	.326	3.981	.003
Resilience (X2)	.751	.169	.314	2.324	.002

a. Dependent Variable: Motivasi (Y)

Berdasarkan hasil uji t pada tabel di atas diperoleh persamaan matematika:  
 $Y = 71,213 + 0,326 X_1 + 0,314 X_2$ , sehingga dapat dikemukakan berikut.

- Nilai konstanta sebesar 71,213 menunjukkan bahwa motivasi berprestasi mahasiswa BK Universitas IVET termasuk dalam kategori tinggi.
- Nilai koefisien kecemasan sebesar 0,792 relatif tinggi menunjukkan bahwa kecemasan berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi berprestasi.
- Nilai koefisien *resilience* sebesar 0,751 relatif tinggi menunjukkan bahwa *resilience* berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi berprestasi.

Berdasarkan perolehan nilai setiap variabel, maka keseluruhan uji t yang menggambarkan pengaruh variabel kecemasan ( $X_1$ ) dan *resilience* ( $X_2$ ) terhadap motivasi berprestasi (Y) dapat ditampilkan melalui uji F seperti terdapat pada tabel berikut.

Tabel 7: Hasil Uji F  
Anova<sup>b</sup>

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	173.372	2	86.685	7.024	0.026 <sup>a</sup>
Residual	1289.879	68	28.664		
Total	1463.251	70			

a. Predictors: (Constant), Kecemasan (X1), Resilience (X2)

b. Dependent Variable: Motivasi Berprestasi (Y)

Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh  $F_{hitung}$  diperoleh 7,024 dengan probabilitas pada taraf signifikansi 0,026. Nilai signifikansi 0,026 tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $F < 0,05$ ), maka dapat dikatakan bahwa variabel kecemasan dan *resilience* secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel motivasi berprestasi. Berdasarkan perolehan data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan kecemasan dan *resilience* terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa Program Studi BK-FKIP Universitas IVET di Semarang.

## B. Pembahasan

Hasil penelitian pada 71 mahasiswa prodi BK FKIP Universitas IVET di Semarang diperoleh bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara kecemasan ( $X_1$ ) dan *resilience* ( $X_2$ ) dengan motivasi berprestasi dengan koefisien regresi dan

nilai signifikansi sebesar 0,003 dan 0,002 ( $p < 0,05$ ). Hal ini dapat diartikan bahwa mahasiswa yang memiliki perasaan kecemasan yang ringan dan *resiliensi* atau ketahanan yang tinggi memiliki semangat dalam mengerjakan tugas dan tanggungjawabnya secara maksimal, karena mahasiswa akan termotivasi untuk mendapatkan prestasi yang maksimal pula, sedangkan mahasiswa yang memiliki perasaan khawatir berlebihan akan merasa malas untuk mengerjakan tugas-tugas akademik. Hal tersebut menunjukkan kekuatan pengaruh antara ketiga variabel tinggi, sehingga wajar jika pengaruh antara kecemasan dan *resiliensi* atau ketahanan terhadap motivasi berprestasi sangat signifikan dan berpengaruh positif.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Annisa dan Ifdil (2016) yang menyatakan bahwa kecemasan dalam kadar yang moderat atau sedang berdampak positif bagi motivasi, tetapi jika tingkat kecemasan sangat tinggi justru akan berdampak menghancurkan motivasi. Selain itu, Marliyah, Haksasi, dan Zusrotin (2018) juga mengungkapkan bahwa kecemasan sampai taraf tertentu dapat mendorong meningkatnya performa pada mahasiswa. Hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karolina (2013) yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan motivasi belajar. Berdasarkan hasil kategorisasi data motivasi belajar diketahui bahwa terdapat 1 orang (0,36%) yang memiliki tingkat motivasi belajar rendah, terdapat 129 orang (46,90%) yang memiliki tingkat motivasi belajar sedang, dan terdapat 145 orang (52,73%) yang memiliki tingkat motivasi belajar tinggi. Dengan demikian disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki motivasi belajar yang tinggi. Hasil tersebut bila dikaitkan dengan penelitian yang telah peneliti lakukan maka diperoleh bukti bahwa rendahnya tingkat kecemasan dapat meningkatkan semangat belajar mahasiswa untuk berprestasi melalui faktor internal dan eksternal berupa dukungan dan prasarana, ketepatan cara dan gaya belajar seseorang, minat, lingkungan keluarga dan sekolah yang mendukung.

Hasil perhitungan analisis variansi dua langkah diperoleh  $F = 7,024$  dengan nilai  $p = 0.000$  ( $p \leq 0,026$ ) sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh yang positif dan signifikan dari tingkat kecemasan dan *resiliensi* terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa BK FKIP-Universitas IVET. Berdasarkan hasil analisis data terlihat bahwa tingkat kecemasan ( $X_1$ ) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi berprestasi ( $Y$ ) sebesar 0,792 dengan signifikansi 0,003 dan *resiliensi* atau ketahanan ( $X_2$ ) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi berprestasi ( $Y$ ) sebesar 0,751 dengan signifikansi 0,002, karena nilai signifikansi sebesar 0,003 dan 0,002 ( $p < 0,05$ ), maka ketiga hipotesis kerja ( $H_a$ ): 1) ada pengaruh positif dan signifikan tingkat kecemasan ( $X_1$ ) terhadap motivasi berprestasi ( $Y$ ) mahasiswa pada prodi BK-FKIP Universitas IVET diterima; 2) ada pengaruh positif dan signifikan *resiliensi* ( $X_2$ ) terhadap motivasi berprestasi ( $Y$ ) pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET diterima; dan 3) ada pengaruh positif dan signifikan tingkat kecemasan ( $X_1$ ) dan *resiliensi* ( $X_2$ ) terhadap motivasi berprestasi ( $Y$ ) pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET diterima.

Penerimaan hipotesis pertama bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara tingkat kecemasan terhadap motivasi berprestasi mahasiswa hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang rendah lebih efektif memiliki pengaruh positif terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa dibandingkan

tingkat kecemasan yang tinggi. Hal ini karena tingkat kecemasan rendah mampu membangkitkan semangat, mahasiswa tidak jenuh dan dapat meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam aktivitas belajar dan proses pembelajaran. Hal ini menguatkan teori yang disampaikan oleh Santrock (2009) bahwa pengajar (baca: dosen) harus merancang pengalaman belajar yang akan memengaruhi kebermaknaan belajar pada mahasiswa. Pengalaman belajar menunjukkan kaitan unsur-unsur konseptual yang menjadikan proses pembelajaran lebih efektif.

Penerimaan hipotesis kedua membuktikan bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi tinggi akan selalu belajar keras, tangguh dan tidak mudah putus asa, berorientasi ke masa depan, menyenangi tugas yang memiliki tingkat kesulitan tinggi. Mahasiswa menyenangi *feed back* (umpan balik) yang cepat dan efisien mengenai prestasinya serta mandiri. Selain itu juga tanggung jawab dalam memecahkan masalah, akan memilih pasangan yang mempunyai kemampuan serta berusaha lebih baik dari orang lain sehingga mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi tinggi tahu cara memanfaatkan kemampuannya dengan maksimal, sehingga hasil belajarnya diperoleh secara optimal dan akibatnya prestasi belajar diperoleh lebih baik dan memuaskan.

Penerimaan hipotesis ketiga membuktikan adanya pengaruh dari tingkat kecemasan dan *resiliensi* terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan dengan pengelompokan mahasiswa dengan tingkat kecemasan dan *resiliensi* tinggi dan rendah, akan diperoleh mahasiswa yang termotivasi tinggi dan rendah untuk berprestasi, karena keduanya sangat memengaruhi hasil belajar mahasiswa. Kondisi ini mendukung hasil temuan penelitian Nadeem & Zaidi (2012) yang mengemukakan bahwa salah satu strategi dalam pembelajaran pemecahan masalah adalah membentuk kelompok-kelompok yang disesuaikan dengan karakteristik mahasiswa, misalnya berdasar umur, tingkat/jenjang, motivasi belajar agar mereka mampu bekerjasama secara tim.

## **PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan dan resiliensi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET. Semakin rendah tingkat kecemasan dan resiliensi atau ketahanan semakin tinggi, maka akan diikuti dengan kenaikan motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET, sebaliknya semakin tinggi tingkat kecemasan dan resiliensi atau ketahanan semakin rendah, maka akan diikuti penurunan motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET di Semarang. Motivasi berprestasi tinggi seperti halnya diperoleh prestasi belajar yang lebih baik (tinggi) dibandingkan dengan pencapaian prestasi belajar dengan motivasi berprestasi rendah, maka terdapat interaksi pengaruh antara tingkat kecemasan dan resiliensi terhadap motivasi berprestasi pada mahasiswa prodi BK-FKIP Universitas IVET di Semarang.

Tingginya tingkat motivasi berprestasi yang dimiliki mahasiswa tersebut karena mahasiswa termotivasi baik secara intrinsik maupun ekstrinsik, maka ke

depan disarankan dalam melakukan proses pembelajaran dosen untuk tidak segan-segan memberikan reward yang ternyata mampu memotivasi kepada mahasiswa untuk berprestasi lebih tinggi. Saran lain kepada mahasiswa agar meminimalisir perasaan khawatir dan cemas yang dialami dengan mempersiapkan materi melalui belajar secara maksimal. Bagi lembaga diharapkan dapat menyediakan sarana dan fasilitas yang mendukung proses pembelajaran untuk meningkatkan motivasi berprestasi pada mahasiswa, sedangkan bagi dosen dapat menerapkan metode pengajaran yang menarik, lingkungan belajar diciptakan lebih kondusif, dan khusus dosen yang berlatarbelakang BK dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada mahasiswa agar mampu meminimalisir kecemasan, terutama dalam menghadapi tugas-tugas kuliah dan menghadapi ujian. Dosen juga disarankan untuk memahami kondisi psikologis mahasiswa dengan menciptakan suasana kelas yang lebih menyenangkan, pemberian penguatan (reinforcement) berupa pujian, pemberian kesempatan dan menghindari situasi yang menekan bagi mahasiswa sehingga lebih termotivasi untuk belajar.

Orang tua diharapkan senantiasa mendampingi anak dengan mendengarkan harapan-harapan yang dimilikinya, serta memberikan solusi dan dukungan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh anak. Bagi peneliti yang tertarik untuk melakukan penelitian yang variabelnya sama, disarankan untuk meneliti dan memodifikasi dengan variabel lain yang memengaruhi motivasi berprestasi seperti halnya pola asuh orang tua, kompetensi sosial, dukungan orang tua, self-esteem, dan sejenisnya. Selain itu, variabel penelitian dapat dikembangkan lebih banyak agar hasil penelitian yang diperoleh juga lebih bervariasi serta komprehensif.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Annisa, Dona Fitri dan Ifdil. 2016. "Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia)". *Jurnal Ilmiah Konselor*. Volume 5 Number 2.
- Arikunto, Suharsimi. 2012, *Pengantar Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Creswell, W. John. 2009, *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (Third Edition)*, Los Angeles: Sage.
- Ghozali. Imam, 2006, *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbitan Universitas Diponegoro.
- Geldard, K. 2012. *Konseling Remaja: Intervensi Praktis bagi Remaja Beresiko*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Karolina, Alif. 2013."Hubungan antara Motivasi Berprestasi dengan Flow Akademik". *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*. Universitas Surabaya Volume 2 Nomor 1.

- Marliyah, Lili., Haksasi, Sri Banun., dan Zusrotin. 2018. "Tingkat Resilience Mahasiswa Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial di IKIP Veteran Semarang". *Jurnal Ilmiah Pawiyatan*. Volume 16. Nomor 2.
- Nadeem, M., Ali, A, Maqbool, S., & Zaidi, S.U, 2012. "Impact of Anxiety on The Academic Achievement of Students Having Different Mental Abilities at University Level in Bahawalpur (Southern Punjab) Pakistan". *International Online Journal of Educational Sciences*. 3: 519-358.
- Santrock, W. John. 2009. *Life-Span Development (Perkembangan Masa hidup)*. Alih Bahasa: Juda Damanik & Achmad Chusairi. Jakarta: Erlangga.
- Setiaji, Bambang. 2006, *Statistik Penelitian Kuantitatif dengan Pengolahan SPSS*, Surakarta: Universitas Muhammadiyah Press.
- Sugiyono, 2012, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Wirawan, Sarwono Sarlito. 2012. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Yusuf, Syamsu. 2009. *Mental Hygine: Terapi Psikopiritual untuk Hidup Sehat Berkualitas*. Bandung: Maestro.