

Kejenuhan dan Motivasi Belajar dengan Prestasi Akademik

Afifah Khoirunnisa¹, Muhamad Uyun²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang,
Jl. Pangeran Ratu No.475 Kel. Lima Ulu Kec. Jakabaring, Palembang, Indonesia, 30452

2020901071@radenfatah.ac.id¹, muhamaduyun_uin@radenfatah.ac.id²

Abstract

This research aims to determine the relationship between learning boredom and learning motivation and academic achievement. The subjects of this research were 122 students from the class of 2020, Faculty of Psychology, UIN Raden Fatah Palembang. The number of subjects (112 women and 10 men) aged 20-23 years. Determining research subjects used the purposive sampling method. This research uses quantitative research methods with multiple regression techniques, as well as data collection using a learning boredom scale and a learning motivation scale. The results of the analysis show: 1) There is a relationship between learning boredom and learning motivation with academic achievement with a significance level of 0.047 ($p < 0.05$). 2) There is no relationship between boredom and academic achievement with a significance level of 0.187 ($p > 0.05$). 3) there is a relationship between learning motivation and academic achievement with a significance value of 0.032 ($p < 0.05$). This research shows that learning boredom and learning motivation together have a relationship with academic achievement. Of the two independent variables, the learning boredom variable has no relationship with academic achievement. Meanwhile, the learning motivation variable is related to academic achievement. The implementation of this research is to produce innovative learning interventions and strategies that focus on increasing learning motivation and reducing learning boredom in students.

Keywords: Academic achievement, learning saturation, learning motivation, students.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kejenuhan belajar dan motivasi belajar dengan prestasi akademik. Subjek penelitian ini adalah 122 mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang. Jumlah subjek (112 perempuan dan 10 laki-laki) dengan rentan usia 20-23 tahun. Penentuan subjek penelitian menggunakan metode *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik regresi berganda, serta pengumpulan data dengan skala kejenuhan belajar dan skala motivasi belajar. Hasil analisis menunjukkan: 1) Terdapat hubungan antara kejenuhan belajar dan motivasi belajar dengan prestasi akademik dengan taraf signifikansi sebesar 0,047 ($p < 0,05$). 2) Tidak ada hubungan antara kejenuhan dengan prestasi akademik dengan nilai taraf signifikansi sebesar 0,187 ($p > 0,05$). 3) terdapat hubungan antara motivasi belajar dengan prestasi akademik dengan nilai signifikansi sebesar 0,032 ($p < 0,05$). Penelitian ini menunjukkan bahwa kejenuhan belajar dan motivasi belajar bersama-sama memiliki hubungan dengan prestasi akademik. Dari kedua variabel independen, variabel kejenuhan belajar tidak ada hubungan dengan prestasi akademik. Sedangkan variabel motivasi belajar ada hubungan dengan prestasi akademik. Implementasi penelitian ini adalah untuk menghasilkan intervensi dan strategi pembelajaran yang inovatif yang berfokus pada peningkatan motivasi belajar dan penurunan kejenuhan belajar pada mahasiswa.

Kata kunci: Prestasi akademik, kejenuhan belajar, motivasi belajar, mahasiswa

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman sekarang ini yang semakin modern dengan persoalan hidup yang semakin kompleks membuat manusia harus dituntut untuk memiliki pengetahuan yang luas terutama di bidang pendidikan (Tamrin, 2019). Pendidikan merupakan keadaan yang dilakukan secara sadar dan terencana yang bertujuan untuk mewujudkan proses belajar yang dapat

memberikan pengembangan terhadap potensi dirinya (Putri, 2020).

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi pasal 5 yang salah satu tujuannya yaitu “Dihasilkan lulusan yang menguasai cabang ilmu pengetahuan dan/atau teknologi untuk memenuhi kepentingan nasional dan peningkatan daya saing bangsa” (BW dkk., 2023). Hal ini dapat memberikan pemahaman bahwa tujuan dari perguruan tinggi adalah untuk menghasilkan lulusan mahasiswa yang memiliki keahlian di bidangnya serta dapat meningkatkan kemajuan bangsa.

Keberhasilan dalam ruang lingkup pendidikan seringkali dikaitkan dengan prestasi akademik yang dicapainya (Kusumastuti, 2020). Prestasi akademik merupakan kriteria yang digunakan untuk mengetahui tingkat keberhasilan dalam menempuh pendidikannya, sehingga penting untuk mengetahui faktor-faktor yang bertanggung jawab dalam menentukan, memprediksi, dan kesenjangan dalam prestasi akademik (Ahmad dan bruinsma dalam Khalaila, 2015). Prestasi akademik mengacu pada tingkat keberhasilan mahasiswa dalam mencapai tujuan pendidikan yang diukur dengan nilai rata-rata, seperti kumpulan tes atau menggunakan tes tertentu (Tapia-Serrano et al., 2022).

Pada realitanya, masih ada mahasiswa yang belum bisa menggapai prestasi akademik dengan baik. Berdasarkan data dari sebagian universitas didapatkan informasi bahwa masih terdapat mahasiswa yang memiliki prestasi akademik yang kurang baik. Seperti penelitian yang dilakukan (Afifah & Wicaksana, 2014, Azizy et al., 2019) dapat diketahui bahwa masih ada mahasiswa yang memiliki prestasi akademik yang kurang baik.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada mahasiswa angkatan 2020 dalam pelaksanaan pembelajaran di perkuliahan usaha untuk meningkatkan prestasi akademik mahasiswa masih banyak mengalami kendala dan hambatan seperti mengalami kejenuhan belajar akibat sistem belajar yang monoton, tidak memiliki teman untuk berdiskusi, motivasi belajar rendah, menganggap remeh tugas dan tidak aktif di kelas selama perkuliahan.

Kejenuhan belajar sendiri dianggap sebagai keadaan dimana kondisi mental mahasiswa merasakan kelelahan dan kebosanan yang cukup tinggi disebabkan karena adanya rasa malas, letih, hingga kurangnya semangat dalam melakukan aktivitas pembelajaran (Niswatin & Naqiyah, 2020). Mahasiswa yang mengalami keadaan jenuh dalam belajar pada sistem pikirannya tidak dapat bekerja secara optimal dalam mengolah suatu informasi atau pengalaman baru dikarenakan kelelahan serta jenuh secara fisik dan mental yang disebabkan oleh tuntutan aktivitas akademik yang berlebihan serta memiliki sifat berulang atau monoton (Sharp dkk., 2019).

Schaufeli dan Enzmann (Latifa dkk., 2021) menyatakan bahwa ada empat faktor yang menyebabkan mahasiswa mengalami kejenuhan belajar seperti: kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif dan kehilangan motivasi. Akibat dari kejenuhan belajar ini, mahasiswa menunjukkan perilaku-perilaku di kelas seperti menguap, mengetuk-ngetukkan jari, mencoret-coret, membungkuk, dan selalu memperhatikan jam (Hemmings dkk., 2019). Mahasiswa yang rentang terhadap kejenuhan belajar akan cenderung mencari sensasi baru (Yu et al., 2019).

Selain dipengaruhi oleh kejenuhan belajar, faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi akademik dapat dilihat dari aspek psikologi yaitu motivasi belajar (Syah, 2019). Motivasi belajar adalah seluruh energi penggerak yang terdapat dalam diri mahasiswa yang memunculkan aktivitas belajar yang menjamin kelangsungan dari aktivitas belajar dan memberikan arah dalam kegiatan pembelajaran, sehingga tujuan yang diinginkan oleh mahasiswa dapat tercapai (Agustina & Kurniawan, 2020). Motivasi belajar memiliki peranan yang sangat penting dalam naik dan turunnya prestasi akademik. Oleh karena itu memiliki motivasi belajar yang tinggi sangat mempengaruhi proses dan hasil belajar pada mahasiswa. Keadaan tersebut sesuai dengan pendapat Iskandar (Nugraha, 2021) yang menyatakan bahwa

lemahnya motivasi yang dimiliki mahasiswa atau tidak memiliki motivasi dalam belajar akan melemahkan prestasi akademik. Motivasi dalam belajar sangat dibutuhkan dikarenakan mahasiswa yang tidak memiliki motivasi dalam belajar tidak akan mungkin melakukan kegiatan pembelajaran. Sehingga motivasi belajar perlu ditanamkan dalam diri mahasiswa.

Menurut teori nilai kontrol Penkrun (Tam dkk., 2020) menyatakan bahwa emosi tertentu dapat mempengaruhi sumber daya kognitif mahasiswa, motivasi belajar, penggunaan strategi belajar, dan dengan demikian kinerja akademik. Penkrun mengusulkan hubungan timbal balik antara emosi prestasi dan hasil akademik. Menurut teori ini, kebosanan merupakan penonaktifan emosi yang berdampak buruk pada motivasi belajar intrinsik dan ekstrinsik mahasiswa serta prestasi akademik. Hal ini menyatakan bahwa kebosanan mendorong mahasiswa untuk menghindari atau bahkan meninggalkan lingkungan akademik. Kebosanan dengan demikian dapat menurunkan motivasi belajar yang pada akhirnya dapat menurunkan prestasi akademik.

Bukti empiris membuktikan bahwa kejenuhan belajar akan mengikis motivasi belajar sehingga dapat menurunkan prestasi akademik mahasiswa. (Pekrun dkk., 2002) melakukan serangkaian penelitian cross-sectional, longitudinal, dan berbasis buku harian di sebuah sekolah dan universitas, dimana mereka menemukan bahwa emosi akademik berhubungan secara signifikan dengan motivasi belajar, strategi belajar, sumber daya kognitif, pengaturan diri, prestasi akademik dan kepribadian. Hal ini diperkuat dengan penelitian selanjutnya (Tze dkk., 2016) mengungkapkan bahwa kejenuhan belajar mempunyai dampak buruk yang paling besar terhadap motivasi belajar, penggunaan strategi belajar adaptif, dan memiliki efek negatif prestasi akademik. Penelitian terbaru oleh (Hemmings dkk., 2019) kejenuhan belajar akan mempengaruhi strategi belajar dan pada akhirnya dapat mempengaruhi prestasi akademik.

Berdasarkan paparan di atas ada beberapa aspek potensi yang dapat dijadikan pembaruan dalam penelitian ini seperti keunikan, berkontribusi pada bidang akademik, dan pengabungan ketiga variabel yang diteliti secara simultan, dari hasil yang didapat menghasilkan intervensi dan strategi pembelajaran yang inovatif yang berfokus pada meningkatkan motivasi belajar dan menurunkan kejenuhan belajar.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisis regresi berganda. Subjek atau populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang . Adapun responden pada penelitian ini berjumlah 122 mahasiswa menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu responden yang dipilih menjadi anggota sampel atas dasar pertimbangan atau kriteria peneliti sendiri (Uyun & Yoseanto, 2022). Kriteria sampel dalam penelitian ini seperti: (1) Mahasiswa/i aktif kuliah, (2) Mahasiswa/i angkatan 2020, (3) Bersedia untuk mengisi *Google form* yang diberikan (4) mengalami kejenuhan belajar dan penurunan motivasi belajar.

Penelitian ini menggunakan alat ukur variabel kejenuhan belajar dan motivasi belajar dengan metode skala likert 4 pilihan sikap, yaitu “sangat tidak setuju”, “tidak setuju”, “setuju” dan “sangat setuju”. Pada penelitian ini, terdapat 2 variabel independen, yaitu kejenuhan belajar dan motivasi belajar serta 1 variabel dependen, yaitu prestasi akademik. Data variabel kejenuhan belajar ini terdiri dari 34 item dengan 17 item *favorable* dan 17 item *unfavorable*. Item-item ini disusun sendiri oleh peneliti dan sudah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan mengacu pada faktor-faktor dari Schaufeli dan Enzmann (Latifa dkk., 2021) yaitu kelelahan emosi, kelelahan fisik, kelelahan kognitif, dan kehilangan motivasi. Contoh pernyataan “Pusing ketika mendengarkan materi yang disampaikan oleh dosen”. Nilai koefisien *Alpha Cronbach's* (reliabilitas) instrumen ini sebesar 0,834.

Variabel selanjutnya yaitu motivasi belajar yang terdiri dari 31 item dengan 19 item *favorable* dan 12 *unfavorable*. Item-item motivasi belajar dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dari Santrock (Abdur, 2020) seperti motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Contoh pernyataan “Segera menyelesaikan tugas tanpa menunda”. Alat ukur ini dalam penelitian ini memiliki nilai koefisien *Alpha Cronbach’s* (reliabilitas) instrumen dalam penelitian ini sebesar 0,899. Sedangkan untuk variabel prestasi akademik diukur dengan menggunakan indek prestasi kumulatif (IPK) digunakannya IPK dalam penelitian ini dengan asumsi bahwa IPK merupakan laporan hasil belajar mahasiswa yang digunakan untuk mengetahui tingkat keberhasilan mahasiswa dalam mengikuti semua program di dalam perkuliahan yang didapat dari nilai tugas, kuis, praktikum hingga nilai ujian.

HASIL

Penelitian ini dilakukan secara daring dan luring melalui pengisian skala yang dibagikan secara online dan offline. Berdasarkan *purposive sampling*, yaitu pengumpulan responden yang terpilih menjadi anggota sampel atas dasar pertimbangan atau kriteria peneliti sendiri, maka pengumpulan responden dilakukan dengan membagikan skala di aplikasi *WhatsApp* dan memberikan skala secara langsung kepada subjek penelitian, sehingga dapat peneliti pilih untuk menjadi subjek penelitian. Mereka yang bersedia menjadi responden, mahasiswa/i aktif kuliah, mahasiswa/i angkatan 2020 dan mahasiswa yang mengalami kejenuhan belajar serta penurunan motivasi belajar maka dapat melanjutkan pengisian skala

Tabel 1.
Deskripsi Subjek Penelitian

| Jenis Kelamin | Frekuensi | Persentase |
|---------------|------------|-------------|
| Laki-laki | 10 | 8% |
| Perempuan | 112 | 92% |
| Total | 122 | 100% |

Berdasarkan tabel 1. Dapat diketahui bahwa responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 112 responden yang berjenis kelamin perempuan (92%), dan 10 responden berjenis kelamin laki-laki (8%). Selain itu, 41 responden berumur 20 tahun, 60 responden berumur 21 tahun, 11 responden berumur 22 tahun dan 10 orang berumur 23 tahun. Seluruh responden berasal dari perguruan tinggi di Palembang.

Tabel 2.
Kategorisasi Kejenuhan belajar dengan motivasi belajar

| Kategori Variabel Penelitian | Rendah | | Sedang | | Tinggi | |
|------------------------------|-----------|-------|-----------|-------|-----------|-------|
| | Frekuensi | % | Frekuensi | % | Frekuensi | % |
| Kejenuhan Belajar | 13 | 10.7% | 88 | 72.1% | 21 | 17.2% |
| Motivasi Belajar | 54 | 44.3% | 59 | 48.4% | 9 | 7.4% |

Tabel 2 kejenuhan belajar mahasiswa pada kategori rendah yakni 13 responden (10.7%). Pada kategori sedang sebanyak 88 responden (72.1%) dan pada kategori tinggi terdapat 21 responden (17,2). Pada skala motivasi belajar dapat diketahui bahwa 54 responden (44.3%) memiliki tingkat motivasi belajar rendah, 59 responden (48,4%) memiliki tingkat motivasi belajar yang sedang dan 9 responden (7.4%) memiliki tingkat motivasi belajar yang tinggi

Tabel 3.
Kategorisasi Prestasi Akademik

| Indeks Prestasi Kumulatif | Rendah | | Sedang | | Tinggi | | Sangat Tinggi | |
|---------------------------|-----------|----|-----------|----|-----------|-----|---------------|-----|
| | Frekuensi | % | Frekuensi | % | Frekuensi | % | Frekuensi | % |
| | 2 | 2% | 7 | 6% | 44 | 36% | 69 | 56% |

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa terdapat 2 responden atau 2% memiliki prestasi akademik rendah, 7 responden atau 6% memiliki prestasi akademik sedang, 44 responden atau 36% memiliki prestasi akademik tinggi dan 69 responden atau 56% memiliki prestasi akademik sangat tinggi.

Penelitian ini menguji normalitas dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* diperoleh nilai sig. sebesar 0,290 pada residual variabel kejenuhan belajar sedangkan pada residual variabel motivasi belajar diperoleh nilai sig. sebesar 0,56. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa kedua variabel dalam penelitian ini memiliki nilai koefisien sig > 0,05 ($p > 0,05$). Jika nilai koefisien sig > 0,05 maka dapat dikatakan ketiga data tersebut terdistribusi normal. Berdasarkan ketentuan nilai *F-Deviation From Linierity* model hubungan antara variabel dikatakan linier apabila nilai signifikansi *F-Deviation From Linierity* lebih dari 0,05. Sehingga dengan melihat tabel 5 diketahui bahwa model kejenuhan belajar dengan prestasi akademik memiliki nilai signifikansi 0,482 ($p > 0,05$) dengan $F = 0,997$. Model motivasi belajar dengan prestasi akademik nilai signifikansi 0,883 ($p > 0,05$) dengan $F = 0,658$ dapat dikatakan kedua model tersebut mempunyai hubungan yang linier.

Penelitian dengan model analisis regresi berganda harusnya tidak terjadi korelasi antara variabel bebas atau disebut dengan multikolinieritas. Variabel dapat dikatakan tidak multikolinieritas apabila nilai *tolerance* besar dari 0,1 dan VIF lebih kecil dari 10. Berdasarkan hasil analisis kejenuhan belajar memiliki nilai *tolerance* 0,999 dan VIF 1.001. Pada motivasi belajar memiliki nilai *tolerance* 0,999 dan VIF 1.001. Dari nilai tersebut menunjukkan bahwa nilai *tolerance* kedua model lebih besar dari 0,100 dan VIF lebih kecil dari 10,00, jadi dapat dikatakan bahwa tidak terdapat multikolinieritas pada kedua model ini.

Tabel 4.
Hasil Uji Hipotesis

| Variabel | Mean Square | F | Sig | Keterangan |
|--|-------------|-----------------|--------------------|-------------------|
| Kejenuhan belajar dan motivasi belajar dengan prestasi akademik | 1.413 | 3.137 | 0,047 ^b | Signifikan |
| | Beta | t hitung | Sig | Keterangan |
| Kejenuhan | .199 | 1.327 | 0,187 | Tidak Signifikan |
| Motivasi | .193 | 2.165 | 0,032 | Signifikan |

Hipotesis pertama berbunyi “ada hubungan antara kejenuhan belajar dan motivasi belajar dengan prestasi akademik pada Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang”. Berdasarkan tabel 6. Dapat diketahui bahwa nilai signifikan sebesar $p=0,047$ ($p < 0,05$) yang artinya signifikan dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kejenuhan belajar dan motivasi belajar dengan prestasi akademik pada Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang. Variabel kejenuhan belajar dan motivasi belajar secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif terhadap prestasi akademik sebesar 5%.

Hipotesis kedua berbunyi: ada hubungan antara kejenuhan dengan prestasi akademik pada Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang”. Berdasarkan hasil analisis yang menguji hubungan kejenuhan belajar dengan prestasi akademik 0,187 ($p > 0,05$) yang artinya tidak signifikan, dapat dikatakan hipotesis ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara kejenuhan belajar dengan prestasi akademik pada Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang.

Hipotesis ketiga berbunyi ada hubungan antara motivasi belajar dengan prestasi akademik pada Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang”. Berdasarkan hasil analisis yang menguji hubungan motivasi belajar dengan prestasi akademik diperoleh nilai signifikansi 0,032 ($p < 0,05$) yang artinya signifikan, dapat dikatakan hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara motivasi belajar dengan prestasi akademik pada Mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang”.

DISKUSI

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara kejenuhan belajar dan motivasi belajar dengan prestasi akademik. Hal ini didukung oleh penelitian (Tze dkk., 2016) yang mengungkapkan bahwa kejenuhan belajar mempunyai dampak buruk yang paling besar terhadap motivasi belajar, penggunaan strategi belajar adaptif, dan memiliki efek negatif prestasi akademik. Kemudian diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sativa et al., 2022) bahwa semakin tinggi tingkat kejenuhan belajar maka akan semakin rendah prestasi akademik yang dicapai.

Penelitian yang dilakukan oleh (Gibran, 2022) yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh antara *burnout* belajar dengan prestasi akademik. Kondisi siswa yang memang belum mencapai pada kejenuhan itu sendiri. Dikarenakan siswa hanya mencapai tingkat stress akademik yang belum sampai menyerang terhadap fisik siswa. Khususnya dalam penelitian ini, bahwa kejenuhan belajar tidak memiliki hubungan dengan prestasi akademik. Menurut (Syakarofath, 2019) bahwa setiap mahasiswa memiliki reaksi yang berbeda-beda dalam menghadapi kejenuhan belajar, ada yang dapat mengatasinya dengan baik dan ada juga yang tidak. Dalam penelitian ini mahasiswa masih dapat mengatasinya dengan baik atau mahasiswa masih belum sampai pada tahap tingkat kejenuhan yang tinggi dan mahasiswa masih mampu mengontrol tingkat kejenuhannya sehingga tidak berakibat kepada prestasi akademik yang mahasiswa capai.

Sedangkan temuan tentang hubungan motivasi belajar dengan prestasi akademik sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Suryadi et al., 2019) dan (Atma dkk., 2021) menyebutkan bahwa motivasi belajar memiliki hubungan antara motivasi belajar dengan prestasi akademik. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi maka akan menunjukkan perilaku seperti tekun dalam menghadapi tugas, ulet ketika menghadapi kesulitan, memiliki semangat belajar yang tinggi, tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi, menyukai ilmu pengetahuan baru dan penuh semangat, berpendirian kuat dan memiliki tujuan jangka panjang, senang mencari dan memecahkan soal-soal serta memiliki keinginan untuk bergabung dalam kelompok di dalam kelas (Maryanto dkk., 2013). Selaras dengan pendapat maryanto, Eggen dan Kauchak (Yunas & Rachmawati, 2018) mengemukakan bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi belajar memiliki tiga hal penting seperti: memperhatikan pelajaran, fokus pada pekerjaan, dan belajar untuk menghadapi ujian. Hal tersebut dianggap sebagai faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa.

Adapun (Slameto, 2021) berpendapat bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa meliputi faktor internal dan eksternal, faktor internal mencakup

jasmaniah (kesehatan dan cacat tubuh), faktor psikologis (inteligensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan dan kelelahan, faktor kelelahan (kelelahan jasmani dan rohani). Adapun motif dalam penelitian ini adalah motivasi belajar dan faktor kelelahan yang dimaksud oleh penelitian ini adalah kejenuhan. Sedangkan faktor eksternal mencakup faktor keluarga, sekolah dan masyarakat.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dilihat bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki tekanan dan beban akademik yang tinggi, hal ini dapat membuat mahasiswa tingkat akhir tak jarang mengalami kejenuhan belajar yang membuat motivasi belajar menurun dan kemudian berakibat pada prestasi akademik yang dicapai. Oleh karena itu bagaimana langkah inovatif yang dilakukan tenaga pendidik untuk menumbuhkan motivasi belajar mahasiswa dan mencegah kejenuhan belajar agar tidak berdampak pada pencapaian atau prestasi akademiknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, maka dapat disimpulkan bahwa kejenuhan belajar dan motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi akademik. Hal tersebut terjadi karena mahasiswa yang mengalami kejenuhan belajar akan memiliki motivasi belajar yang rendah dan kemudian akan berdampak pada prestasi akademik yang mereka capai. Pada penelitian selanjutnya, peneliti menyarankan untuk menggunakan metode lain seperti eksperimen dan menambah jumlah subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, S. N., & Wicaksana, E. J. (2014). Persepsi mahasiswa tentang mata kuliah statistik serta pengaruhnya terhadap prestasi belajar statistik mahasiswa IKIP PGRI Madiun. *Jurnal CARE*, 2(1), 1–8.
- Agustina, M. T., & Kurniawan, D. A. (2020). Motivasi belajar mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 5(2), 120. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v5i2.5168>
- Atma, B. A., Azahra, F. F., & Mustadi, A. (2021). Teaching style, learning motivation, and learning achievement: Do they have significant and positive relationships? *Jurnal Prima Edukasia*, 9(1), 23–31. <https://doi.org/10.21831/jpe.v9i1.33770>
- Azizy, I. V., Mustikawati, I. F., & Ulfa, M. (2019). Hubungan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa program studi pendidikan dokter universitas muhammadiyah purwokerto. *Saintika Medika*, 15(1), 78. <https://doi.org/10.22219/sm.vol15.smumm1.8488>
- BW, M. K., Khasanah, U., Trisnawati, S. N. I., & Mahendra, V. B. (2023). peningkatan luaran pembelajaran untuk mendukung publikasi dosen dan mahasiswa. *Jurnal Indonesia Mengabdi*, 2(1), 8–15. <https://doi.org/10.55080/jim.v2i1.74>
- Haidar Gibran, B. D. W. (2022). Pengaruh stres akademik dan burnout terhadap prestasi belajar di masa pembelajaran daring di SMPN 1 Galis Pamekasan. 15(2), 1–23.
- Hemmings, B., Kay, R., & Sharp, J. G. (2019). The Relationship Between Academic Trait Boredom, Learning Approach and University Achievement. *Educational and Developmental Psychologist*, 36(2), 41–50. <https://doi.org/10.1017/edp.2019.11>
- Ibrahim Rosyid Abdur. (2020). Pengaruh motivasi belajar terhadap prestasi akademik musyrif dan musyrifah pusat mahad al-jamiah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. in *skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Khalaila, R. (2015). The relationship between academic self-concept, intrinsic motivation, test anxiety, and academic achievement among nursing students: Mediating and moderating effects. *Nurse Education Today*, 35(3), 432–438.

- <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2014.11.001>
- Kusumastuti, D. (2020). Kecemasan dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Analitika*, 12(1), 22–33. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3110>
- Maryanto, L., Setyowani, N., & Migiarso, H. (2013). Meningkatkan motivasi belajar siswa melalui layanan penguasaan konten dengan teknik bermain peran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(3), 1–8. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Nindya Ananda Latifa, N., Lufri, L., & Zulyusri, Z. (2021). Problematika pembelajaran daring di tengah wabah covid-19 terhadap proses pembelajaran. *Bioeducation Journal*, 5(1), 19–26. <https://doi.org/10.24036/bioedu.v5i1.292>
- Niswatin, K., & Naqiyah, N. (2020). Penerapan kombinasi antara teknik instruksi diri dan film pendek untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas XI Tkr Di Smk Assa'Adah Bungah. *Jurnal Bimbingan Konseling UNESA*, 11(4), 630–640.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational Psychologist*, 37(2), 91–105. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3702_4
- Putri, D. P. (2020). Penggunaan metode pembelajaran team quiz sebagai upaya meningkatkan prestasi belajar IPA. *Journal of Education Action Research*, 4(4), 473. <https://doi.org/10.23887/jear.v4i4.28642>
- Sativa, Y. A., Purwanto, J., & Purwokerto, U. M. (2022). Pengaruh konsentrasi belajar dan kejenuhan belajar terhadap prestasi belajar matematika. 5(2), 11–14.
- Sharp, J. G., Hemmings, B., Kay, R., & Sharp, J. C. (2019). Academic boredom and the perceived course experiences of final year Education Studies students at university. *Journal of Further and Higher Education*, 43(5), 601–627. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2017.1386287>
- Slameto. (2021). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi* (Edisi Revi). PT Rineka Cipta.
- Suryadi, S., Triyono, T., Nur, A., & Dianto, M. (2019). Hubungan Penyesuaian Diri Dan Motivasi Belajar Dengan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Neo Konseling*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.24036/00252kons2020>
- Syah, M. (2019). *Psikologi Pendidikan (Dengan Pendekatan Baru)* (A. S. Wardan (ed.); Edisi Revi). PT Remaja Rosdakarya.
- Syakarofath, N. A. (2019). Burnout dan dimensi kepribadian conscientiousness. *PSYCHOPOLYTAN : Jurnal Psikologi*, 3(1), 1–8.
- Tam, K. Y. Y., Poon, C. Y. S., Hui, V. K. Y., Wong, C. Y. F., Kwong, V. W. Y., Yuen, G. W. C., & Chan, C. S. (2020). Boredom begets boredom: An experience sampling study on the impact of teacher boredom on student boredom and motivation. *British Journal of Educational Psychology*, 90(S1), 124–137. <https://doi.org/10.1111/bjep.12309>
- Tamrin, M. I. (2019). Peningkatan sumber daya manusia dalam lembaga pendidikan agama non formal di era global. *Menara Ilmu*, XIII(2), 94–101. <http://www.jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/download/1194/1046>
- Tapia-Serrano, M. A., García-Hermoso, A., Sevil-Serrano, J., Sánchez-Oliva, D., & Sánchez-Miguel, P. A. (2022). Is adherence to 24-Hour Movement Guidelines associated with a higher academic achievement among adolescent males and females? *Journal of Science and Medicine in Sport*, 25(2), 155–161. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2021.09.005>
- Tze, V. M. C., Daniels, L. M., & Klassen, R. M. (2016). Evaluating the Relationship Between Boredom and Academic Outcomes: A Meta-Analysis. *Educational Psychology Review*, 28(1), 119–144. <https://doi.org/10.1007/s10648-015-9301-y>

- Uyun, M., & Yoseanto, B. L. (2022). *Seri Buku Psikologi : Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*. Deepublish.
- Wisnu Setya Nugraha, A. S. (2021). Media Online Untuk Meningkatkan Motivasi. *Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 7(2), 134–142.
- Yu, Y., Chang, A. Y. C., & Kanai, R. (2019). Boredom-driven curious learning by homeo-heterostatic value gradients. *Frontiers in Neurorobotics*, 13(January), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fnbot.2018.00088>
- Yunas, T. B., & Rachmawati, M. A. (2018). Kemampuan Mengajar Guru dan Motivasi Belajar Fisika pada Siswa Di Yogyakarta. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 1(2), 60–75. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/psi/article/view/448>