



Hubungan Intensitas Menikmati Hiburan Korea (*Korean Wave*) dan Motivasi Belajar dengan Stres Belajar (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Angkatan 2022 Universitas Negeri Malang)

Anggita Margaretha Tampubolon, Anita Sulistyorini*, Marji, Moch. Yunus

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: anita.sulistyorini.fik@um.ac.id

Paper received: 23-5-2024; revised: 7-6-2024; accepted: 26-6-2024

Abstract

The expansion of Korean Wave has the impact of supporting the younger generation of academics because education and culture are closely related things. This research aims to determine the relationship between the intensity of enjoying Korean entertainment and learning motivation with the learning stress of FIK UM students. Based on preliminary studies, the majority of FIK UM students experience learning stress due to lecture assignments. The research method used a cross-sectional design and stratified random sampling technique. The research sample consisted of 191 FIK UM students from 4 study programs, namely Bachelor of Physical Education, Health and Recreation, Bachelor of Public Health Sciences, Bachelor of Sports Science, and Bachelor of Sports Coaching Education using rank spearman correlation. The results show that there is a negative correlation between the intensity of enjoying Korean entertainment and learning stress, as well as the relationship between learning motivation and learning stress. It can be concluded that if the predictor variable increases, the response variable decreases. Intensity of enjoying Korean entertainment (*korean wave*) could be one option for stress release. Apart from that, learning motivation is needed to form positive emotions as an effort to overcome student academic stress.

Keywords: korean wave; study motivation; academic stress

Abstrak

Persebaran budaya termasuk budaya populer korea memiliki dampak untuk menunjang dorongan akademik generasi muda karena pendidikan dan kebudayaan merupakan hal yang berhubungan erat. Berdasarkan studi pendahuluan mayoritas mahasiswa FIK UM mengalami stres belajar akibat tugas perkuliahan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan intensitas menikmati hiburan korea dan motivasi belajar dengan stres belajar mahasiswa FIK UM. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional* dan teknik *stratified random sampling*. Sampel penelitian terdiri dari 191 mahasiswa FIK UM yang berasal dari 4 program studi, yaitu S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat, S1 Ilmu Keolahragaan, dan S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga menggunakan teknik analisis korelasi *rank spearman*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan dengan arah korelasi negatif antara intensitas menikmati hiburan korea dengan stres belajar, begitu pula dengan hubungan antara motivasi belajar dengan stres belajar. Dapat disimpulkan jika variabel prediktor meningkat, maka variabel respon menurun. Intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dapat menjadi salah satu opsi *stress release*. Selain itu, motivasi belajar diperlukan untuk membentuk emosi positif sebagai salah satu upaya untuk menanggulangi stres akademik mahasiswa.

Kata kunci: hiburan korea; motivasi belajar; stres belajar

1. Pendahuluan

Arus informasi yang cepat membuat persebaran budaya dapat terjadi secara pesat ke seluruh penjuru dunia. Budaya yang dikenal dan digemari banyak orang biasa disebut budaya populer atau *popular culture* (Azmi, 2019). Budaya yang saat ini sedang digemari oleh khalayak ramai dari Asia hingga Amerika dan Eropa adalah budaya populer Korea yang biasa disebut

dengan *Korean Wave (Hallyu)*. Fenomena ini menyebar dalam waktu singkat meliputi musik, drama, film, kuliner, hingga *fashion style* (Pramadya & Oktaviani, 2021). Mutmainah (2021) menyampaikan bahwa persebaran budaya Korea di Indonesia berawal dari momen final piala dunia Korea Selatan dan Jepang sehingga beberapa drama Korea ditayangkan di stasiun televisi swasta, yakni drama berjudul *Mother's Sea* pada tanggal 26 Maret 2002 dan drama *Endless Love* pada 1 Juli 2002. Sejak saat itu, serial drama Korea menjadi asal mula terjadi gelombang budaya Korea di Indonesia. Selain itu juga, menimbulkan kegemaran budaya populer lainnya, mulai dari musik pop Korea (K-Pop), *fashion* dan *make up style* seperti artis Korea, produk kecantikan, serta makanan khas Korea semakin marak dan diterima dengan antusias sehingga menimbulkan animo masyarakat terhadap kebudayaan Korea sampai pada saat ini.

Menurut *Survey on Overseas Hallyu Status* yang dilakukan oleh *Korean Foundation for International Cultural Exchange* (KOFICE), sebanyak 83,6% konsumen *Hallyu* di Indonesia memiliki persepsi positif terhadap kebudayaan Korea. Pada tahun 2022, Indonesia menempati urutan ketiga sebagai negara penikmat *korean pop* sebesar 35,1% setelah Filipina dan Jepang. Pada tahun 2021, didapati konsumsi drama korea tertinggi di Indonesia sebesar 39,2%. Menurut laporan CNN Indonesia, terungkap bahwa penikmat serial drama Korea di Indonesia melalui *platform* khusus film dan drama mayoritas berasal dari kalangan usia 18-24 tahun. Selain itu, sebagian besar pengguna yang menonton film atau drama Korea cenderung menghabiskan waktu mereka pada rentang waktu antara pukul 20.00 hingga 23.00.

Fenomena ini melanda berbagai kalangan masyarakat, termasuk para generasi muda, yaitu mahasiswa. Mereka tidak hanya menganggap budaya Korea menjadi objek hiburan dan kegemaran semata, tetapi secara tidak sadar menjadikan budaya Korea menjadi bagian dari gaya hidupnya, seperti mendengarkan musik *K-Pop*, menonton drama seri Korea, menggunakan produk kecantikan Korea, bahkan mengonsumsi kuliner khas negeri ginseng tersebut (Putri & Purnomo, 2019). Ekspansi budaya ini secara tidak langsung memberikan dampak adanya percampuran budaya Korea di Indonesia (Lee et al., 2020). Cleopatra (2015) dalam penelitiannya menyatakan bahwa gaya hidup dan motivasi belajar secara bersamaan berpengaruh signifikan terhadap capaian prestasi pendidikan individu. Persebaran budaya yang masif ini mengakibatkan dampak yang cukup besar baik secara positif maupun negatif kepada generasi muda masa kini untuk menunjang dorongan akademik mereka.

Pendidikan dan kebudayaan merupakan dua hal yang berhubungan erat karena individu dapat dibentuk menjadi seseorang yang berbudaya melalui pendidikan, lalu dengan budaya manusia dapat hidup dengan berpedoman pada aturan atau norma yang berlaku. Belajar merupakan suatu proses yang dilakukan untuk memperoleh ilmu. Dalam proses pembelajaran diperlukan dorongan atau motivasi yang dapat mendukung seseorang untuk mencapai kesuksesan dalam menggapai kesuksesan menuntut ilmu (Mulya & Lengkana, 2020). Motivasi belajar merupakan salah satu indikator pendorong seseorang melakukan pembelajaran yang berdampak pada kemajuan proses pendidikannya (Firdaus et al., 2022). Hal ini memiliki peranan penting karena semakin tinggi motivasi seseorang maka akan semakin besar pula keinginan seseorang tersebut untuk mencapai tujuannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti melalui pengisian kuesioner kepada 20 mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang dengan rentang usia 18-21 tahun didapati sebanyak 18 responden (90%) merupakan

penikmat hiburan korea berupa musik K-pop dan 20 responden (100%) menikmati tontonan hiburan korea berupa drama, film, maupun acara ragamnya. Selanjutnya didapati sebanyak 96,52% mahasiswa memiliki motivasi belajar yang tinggi dan bernilai positif dimana hal ini dapat menciptakan kondisi tidak hanya memiliki dorongan kuat untuk belajar tetapi juga mengarahkannya pada pencapaian tujuan yang bermanfaat dan mendukung perkembangan positif secara pribadi dan sosial, sedangkan sisanya sebanyak 3,48% memiliki motivasi yang kurang. Selain itu, ada berbagai macam faktor yang memengaruhi tingkat stres akademik pada mahasiswa. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan didapati ada dua faktor penyebab stres mahasiswa, yakni kesulitan dalam berkonsentrasi saat belajar di dalam kelas (56,50%) dan juga kesulitan untuk mencari referensi yang dibutuhkan saat mengerjakan tugas yang diberikan (52,20%).

Oleh karena latar belakang permasalahan tersebut sehingga peneliti merasa penting dilakukan suatu penelitian dengan judul “Hubungan Intensitas Menikmati Hiburan Korea (*Korean Wave*) dan Motivasi Belajar dengan Stres Belajar (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang)” untuk mengetahui bagaimana hubungan intensitas menikmati hiburan korea yang sedang marak di Indonesia dan motivasi belajar dengan stres belajar yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. *Novelty* atau keterbaruan dari penelitian ini adalah jumlah penelitian yang menggunakan ketiga variabel ini terbilang masih terbatas karena umumnya penelitian mengenai motivasi belajar dan stres belajar tetapi tidak menyertakan fenomena hiburan korea (*korean wave*) dan begitu pun sebaliknya, penelitian mengenai fenomena hiburan korea (*korean wave*) sendiri kebanyakan menggunakan metode penelitian kualitatif.

2. Metode

Penelitian yang dilakukan menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode observasional analitik. Pendekatan kuantitatif merujuk pada suatu metode penelitian yang memanfaatkan data numerik dan visualisasi grafik untuk mengidentifikasi dan menguji validitas fenomena, serta melakukan analisis korelasi mengenai hubungan antara variabel independen intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dan motivasi belajar dengan variabel dependen stres belajar mahasiswa. Penelitian observasional analitik ini merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui mengapa dan bagaimana suatu fenomena dapat terjadi dan melakukan analisis korelasi antara suatu fenomena yang menyebabkan suatu hal terjadi dengan suatu akibat dari suatu faktor (Notoatmodjo, 2018). Desain studi yang digunakan pada dalam penelitian ini adalah *cross sectional*, yaitu studi observasional yang dilakukan untuk mengukur data variabel dependen dan variabel independen pada suatu populasi pada waktu yang sama.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari-April 2024 dengan target sasaran mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. Subjek atau populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa FIK UM angkatan 2022 dengan jumlah keseluruhan 812 mahasiswa yang dibagi ke dalam beberapa prodi, yaitu S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi sebanyak 253 mahasiswa, S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat sebanyak 264 mahasiswa, S1 Ilmu Keolahragaan sebanyak 124 mahasiswa, dan S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga sebanyak 171 mahasiswa. Besaran sampel yang dibutuhkan diambil menggunakan perhitungan rumus uji hipotesis beda 2 proporsi dan dihitung menggunakan *software sample size* dimana nilai P1 dan P2 didapati dari penelitian terdahulu yang sekiranya sejenis dengan penelitian ini sehingga didapati hasil minimum sebesar 190 sampel. Teknik pengambilan

sampel yang digunakan adalah *Stratified Random Sampling*, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara membagi subjek ke dalam beberapa kelompok berdasarkan stratifikasi atau tingkatannya dengan harapan pengambilan sampel dapat merata pada setiap tingkatan dan dapat mewakili populasi yang heterogen. Pembagian jumlah sampel minimum mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang Angkatan 2022 dihitung menggunakan rumus *proportionate* sehingga didapati hasil, yaitu S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi sebanyak 59 sampel, S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat sebanyak 62 sampel, S1 Ilmu Keolahragaan sebanyak 29 sampel, dan S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga sebanyak 40 sampel.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk variabel intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) berupa kuesioner penelitian terdahulu yang telah dimodifikasi oleh peneliti dan terdiri dari 9 pertanyaan dengan hasil uji validitas r hitung $>$ r tabel (0,349), yakni sebesar 0,652 hingga 0,894, serta hasil uji reliabilitas *Cronbach Alpha* $>$ 0,60, yaitu sebesar 0,917. Hasil ini menunjukkan bahwa kuesioner yang digunakan valid dan reliabel. Selanjutnya, kuesioner variabel motivasi belajar MSLQ (*Motivated Strategies for Learning Questionnaire*) yang telah dimodifikasi oleh peneliti dan terdiri dari 31 pertanyaan dengan hasil uji validitas r hitung $>$ r tabel (0,349), yakni sebesar 0,353 hingga 0,737, serta hasil uji reliabilitas *Cronbach Alpha* $>$ 0,60, yaitu sebesar 0,910. Hasil ini menunjukkan bahwa kuesioner yang digunakan valid dan reliabel. Lalu, kuesioner variabel stres belajar PASS (*The Perception of Academic Stress Scale*) yang telah dimodifikasi oleh peneliti dan terdiri dari 18 pertanyaan dengan hasil uji validitas r hitung $>$ r tabel (0,349), yakni sebesar 0,352 hingga 0,707, serta hasil uji reliabilitas *Cronbach Alpha* $>$ 0,60, yaitu sebesar 0,781. Hasil ini menunjukkan bahwa kuesioner yang digunakan valid dan reliabel. Analisis yang digunakan pada penelitian ini antara lain analisis univariat dan analisis bivariat *rank spearman*. Penelitian ini juga telah mendapatkan keterangan layak etik oleh Komite Etik Penelitian Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Negeri Malang dengan *Ethical Exemption* No. No.5.4.1/UN32.14.2.8/LT/2024.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

3.1.1 Karakteristik Responden

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapati hasil karakteristik responden berupa jenis kelamin, usia, dan prodi yang ditempuh adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	80	41,9
Laki-Laki	111	58,1
Usia		
18 Tahun	2	1,1
19 Tahun	51	26,7
20 Tahun	95	49,7
21 Tahun	31	16,2
22 Tahun	12	6,3

Prodi		
S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi	60	31,4
S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat	62	32,5
S1 Ilmu Keolahragaan	29	15,2
S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga	40	20,9

Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 111 orang (58,1%). Rentang usia responden mulai dari 18 tahun hingga 22 tahun dengan mayoritas berusia 20 tahun (49,7%). S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat menjadi prodi dengan responden terbanyak sebesar 62 mahasiswa (32,5%) lalu disusul oleh prodi S1 Pendidikan Jasmani, dan Rekreasi sebesar 60 responden (31,4%).

3.1.2 Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik dari setiap variabel (Hakim et al., 2022). Berikut merupakan hasil analisis statistik deskriptif dari variabel penelitian yang digunakan, yaitu intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*), motivasi belajar, dan stres belajar yang dilakukan dengan menggunakan aplikasi komputer.

Tabel 2. Intensitas Menikmati Hiburan Korea (*Korean Wave*) Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

Kategori Intensitas Menikmati Hiburan Korea (<i>Korean Wave</i>)	Frekuensi	Persentase (%)	Persentase Kumulatif (%)
Rendah	21	11	11
Sedang	132	69	80
Tinggi	38	20	100
Total	191	100	

Tabel diatas menunjukkan hasil distribusi frekuensi kategori intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*). Kategori dibagi menjadi tiga, yakni kategori intensitas menikmati rendah sebanyak 21 orang (11%), kategori intensitas menikmati sedang sebanyak 132 (69%), dan kategori intensitas menikmati tinggi sebesar 20% atau sebanyak 38 orang. Berdasarkan distribusi data tersebut, mayoritas mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang menikmati hiburan korea (*korean wave*) dengan intensitas sedang.

Tabel 3. Motivasi Belajar Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

Kategori Motivasi Belajar	Frekuensi	Persentase (%)	Persentase Kumulatif (%)
Rendah	36	18,8	18,8
Sedang	123	64,4	83,2
Tinggi	32	16,8	100
Total	191	100	

Tabel diatas menunjukkan hasil distribusi frekuensi kategori pada variabel motivasi belajar. Kategori pada variabel motivasi belajar dibagi menjadi tiga kategori, yakni kategori motivasi belajar rendah sebanyak 36 orang (18,8%), kategori motivasi belajar sedang sebanyak 123 orang (64,4%), dan kategori motivasi belajar tinggi sebanyak 32 orang (16,8%). Lebih dari 50% sampel penelitian, yakni 64% atau sebanyak 123 orang responden penelitian memiliki motivasi belajar sedang.

Tabel 4. Stres Belajar Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

Kategori Stres Belajar	Frekuensi	Persentase (%)	Persentase Kumulatif (%)
Rendah	36	18,8	18,8
Sedang	125	65,5	84,3
Tinggi	30	15,7	100
Total	191	100	

Tabel diatas menunjukkan hasil distribusi frekuensi pada variabel stres belajar. Kategori dibagi menjadi tiga, yakni kategori stres belajar rendah sebanyak 36 orang (18,8%), kategori stres belajar sedang sebanyak 125 orang (65,5%), dan kategori stres belajar tinggi sebanyak 30 orang (15,7%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang mengalami stres belajar tingkat sedang, yaitu sebanyak 125 orang (65,5%).

3.1.3 Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan Intensitas Menikmati Hiburan Korea (*Korean Wave*), Motivasi Belajar, dan Stres Belajar Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

Variabel	Stres Belajar						Total n (%)	p- value	r
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	(%)	N	(%)	N	(%)			
Intensitas Menikmati Hiburan Korea (<i>Korean Wave</i>)							0,022	-0,007	
Rendah	4	2,1%	15	7,9%	2	1%	21	11%	
Sedang	18	9,4%	93	48,7%	21	11%	132	69,1%	
Tinggi	14	7,3%	17	8,9%	7	3,7%	38	19,9%	
Motivasi Belajar							0,000	-0,391**	
Rendah	1	0,5%	27	14,1%	8	4,2%	36	18,8%	
Sedang	23	12%	82	43%	18	9,4%	123	64,4%	
Tinggi	12	6,3%	16	8,4%	4	2,1%	32	16,8%	

Berdasarkan tabel korelasi *rank spearman* di atas dapat diketahui bahwa pada variabel intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) nilai *p-value* (0,022) < 0,05 sehingga dapat diartikan bahwa ada korelasi antara intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dengan stres belajar mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. Selanjutnya, pada variabel motivasi belajar didapati hasil *p-value* (0,000) < 0,05 yang berarti terdapat korelasi antara motivasi belajar dengan stres belajar mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa setiap variabel, baik variabel intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) maupun variabel motivasi belajar sama-sama memiliki hubungan dengan variabel dependen stres belajar. Kedua hubungan ini, baik hubungan intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dengan stres belajar, maupun hubungan motivasi belajar dengan stres belajar memiliki arah hubungan negatif yang menandakan hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen tidak searah, yaitu jika variabel X meningkat maka variabel Y akan menurun.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Hubungan Intensitas Menikmati Hiburan Korea (*Korean Wave*) dengan Stres Belajar

Korean Wave merupakan gelombang budaya populer Korea termasuk hiburan berupa musik maupun drama di berbagai belahan dunia yang disokong oleh perkembangan teknologi

(Wulandari et al., 2023). Popularitas budaya Korea ini menjadi tren yang sangat dominan di berbagai kalangan termasuk remaja dan mahasiswa sehingga para remaja memiliki kecenderungan untuk mengikuti tren *korean wave* ini (Ahmad et al., 2024). Berdasarkan analisis statistik menggunakan analisis korelasi *rank spearman* menunjukkan adanya hubungan negatif antara variabel intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dengan stres belajar pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. Penelitian yang dilakukan oleh Nawawi et al., (2021) pada remaja di kota Makassar menunjukkan motivasi remaja mengikuti perkembangan budaya korea antara lain untuk mencari hiburan (70%), mengisi waktu kosong (25%), dan aktualisasi diri (10%), Widana & Hermanu (2021) dalam penelitian serupa pada 400 remaja di Jakarta mendapati bahwa mayoritas remaja sangat sering menonton drama korea, yakni sebanyak 236 orang (59%). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati & Pratiwi (2021) pada mahasiswa KPI IAIN Surakarta menunjukkan hasil mayoritas responden (33,3%) menonton drama korea selama lebih dari 2 jam sehari.

Menurut penelitian Widana & Hermanu (2021), faktor utama yang memengaruhi remaja menikmati hiburan korea (*korean wave*) adalah faktor *sociability*, yaitu keinginan seseorang untuk dapat diterima di lingkungan sosial yang sekiranya memiliki kegemaran yang sama. Para remaja ini cenderung menikmati hiburan korea (*korean wave*) karena tertarik berinteraksi untuk mendiskusikannya dengan teman maupun keluarga mereka. Selain itu, faktor *learning* juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi konsumsi hiburan korea (*korean wave*) pada remaja karena ketertarikan mereka pada budaya, bahasa, *fashion*, makanan, dan lainnya. Selain itu, Qorib & Olievia (2023) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa tayangan hiburan korea dapat memberikan efek pelepasan dan mengurangi stres melalui narasi yang terhubung secara mendalam dan emosional dengan penikmatnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Yenti et al., (2022), yakni salah satu dampak positif kpop terhadap motivasi belajar mahasiswa adalah menjadi *stress release* atau membantu menghilangkan stres akibat belajar. Perkembangan hiburan korea (*korean wave*) juga berdampak atau berpengaruh pada gaya hidup remaja, seperti pengaruh dalam penggunaan bahasa. Penelitian Fadillah et al., (2023) menunjukkan bahwa banyak remaja yang saat ini turut menggunakan beberapa bahasa korea dalam perbincangan dengan rekan sebayanya, seperti penggunaan kata *annyeonghaseyo* berarti halo, *daebak* berarti hebat, dan *jinjja* berarti serius. Selain itu, pengaruh tren pada *fashion korean style* yang banyak diikuti oleh remaja saat ini.

3.2.2 Hubungan Motivasi Belajar dengan Stres Belajar

Konsep motivasi secara umum merupakan penggerak seseorang untuk melakukan sesuatu (Adisaputro, 2022). Motivasi dalam kegiatan belajar sangat erat kaitannya dengan kebutuhan aktualisasi diri sehingga motivasi memiliki pengaruh cukup besar pada kegiatan belajar seseorang untuk mencapai tujuan prestasi yang tinggi (Lomu & Widodo, 2018). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Lei et al., (2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara motivasi belajar dengan efektivitas pembelajaran. Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan analisis korelasi *rank spearman* pada penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan negatif antara motivasi belajar dengan stres belajar pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. Penelitian serupa yang dilakukan Rahmawati et al., (2020) dan Yanti (2021) juga menunjukkan adanya hubungan antara motivasi belajar dengan stres belajar mahasiswa karena didapati hasil uji hubungan $< 0,05$, yakni nilai ($p\text{-value} = 0,037$) dan ($p\text{-value} = 0,000$). Savira et al., (2021) dalam penelitiannya

pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau mendapati hasil sebanyak 29 mahasiswa (48,3%) memiliki motivasi belajar tinggi, 24 mahasiswa (40%) memiliki motivasi belajar sedang, dan motivasi belajar rendah sebanyak 7 mahasiswa (11,7%). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Pasaribu (2018) terhadap mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat USU didapati hasil hubungan signifikan ($p\text{-value} = 0,000$) < 0,05 dan kekuatan hubungan negatif dengan nilai r hitung (-0,452) melalui uji *pearson correlation* yang dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki korelasi negatif dengan stres belajar mahasiswa yang berarti semakin tinggi stres belajar mahasiswa maka akan semakin rendah motivasi belajar yang dimilikinya.

Penelitian Savira et al., (2021) menunjukkan hasil mayoritas responden yakni sebanyak 26 mahasiswa (43,3%) dari total 60 mahasiswa mengalami stres belajar dengan tingkat sedang, sedangkan pada penelitian Mahardhika et al., (2023) mayoritas mahasiswa mengalami stres belajar sangat berat dengan jumlah 102 mahasiswa (65,4%) dari total 156 mahasiswa. Selain itu, Ratnaningtyas & Fitriani (2019) dalam penelitiannya mendapati hasil sebagian besar responden yang memiliki stres mengalami kesulitan untuk relaks tingkat ringan sebanyak 64 orang (48,1%) dan mengalami reaksi yang berlebih tingkat sedang sebanyak 81 orang (60,9%). Banyak faktor yang memengaruhi stres belajar pada mahasiswa baik dari internal maupun eksternal sehingga hal ini dapat memengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Faktor internal yang turut memengaruhi, antara lain kondisi fisik, minat, perilaku, kecerdasan spiritual, kecerdasan intelektual, dan kecerdasan emosional. Penelitian Aldina (2019) kepada mahasiswa FKIP Bimbingan dan Konseling Universitas Jabal Ghafur menunjukkan salah satu faktor yang memengaruhi motivasi belajar mahasiswa adalah kecerdasan emosional individu. Kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang berpengaruh pada tinggi rendahnya motivasi belajar sebesar 30,8%. Selain itu, faktor eksternal yang tidak kalah memengaruhi, yaitu lingkungan sosial, tugas kuliah, dan lainnya (Rinawati & Sucipto, 2019). Oleh karena itu, diperlukan motivasi belajar dan kemampuan manajemen stres agar dapat membentuk emosi positif dan optimisme dalam mencapai tujuan prestasi akademik (Zhao, 2024). Selain itu, dukungan sosial dari lingkungan sekitar dapat menjadi opsi upaya preventif untuk mengantisipasi stres belajar berlebih yang mungkin berpengaruh pada kesehatan mental individu (Sulistiyorini et al., 2022).

Selain itu, berdasarkan buku Panduan Manajemen Stres oleh Palang Merah Indonesia (PMI), berikut merupakan beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai upaya penanggulangan stres akademik yang dialami mahasiswa, antara lain : 1) Mengenali diri sendiri, mengetahui hal-hal yang disukai (yang menimbulkan emosi positif), hal-hal yang tidak disukai (yang menimbulkan emosi negatif), kekuatan dan kelemahan diri, serta hal-hal yang dianggap penting dalam hidup; 2) Peduli diri sendiri, kepedulian pada diri sendiri dapat dimulai dari hal-hal mudah, seperti melakukan pola hidup sehat, membangun hubungan sosial dengan lingkungan sekitar, dan mengembangkan pengetahuan dan kemampuan diri; 3) Memperhatikan keseimbangan aspek pemeliharaan diri, seperti aspek mental emosional, aspek intelektual, aspek fisik, aspek spiritual, dan aspek rekresional; 4) Bersikap proaktif dalam mencegah gangguan stres berupa pengambilan tindakan preventif atas dasar kesadaran dan kemauan untuk merawat diri sendiri; 5) Bersinergi melakukan langkah-langkah tersebut secara berurutan dan terpadu untuk bangkit menguatkan diri dari stres.

4 Simpulan

Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang telah didapati hasil intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) mahasiswa cenderung sedang. Selain itu, rata-rata mahasiswa memiliki motivasi belajar sedang dan mengalami stres belajar tingkat sedang. Hasil analisis korelasi menggunakan *rank spearman correlation* mengindikasikan terdapat hubungan dengan arah korelasi negatif antara intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dengan stres belajar mahasiswa. Hal ini memiliki arti bahwa arah hubungan antara intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dengan stres belajar tidak searah, yaitu saat tingkat intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) tinggi, maka stres belajar yang dialami rendah. Hubungan bernilai negatif ini juga terjadi pada hubungan antara variabel motivasi belajar dengan variabel stres belajar, sehingga saat motivasi belajar cenderung tinggi, maka stres belajar yang dialami cenderung rendah. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa intensitas menikmati hiburan korea (*korean wave*) dapat menjadi salah satu opsi *stress release* mahasiswa dari stres akademik yang dialami mahasiswa. Motivasi belajar diperlukan untuk membentuk emosi positif dan optimisme dalam mencapai tujuan prestasi akademik. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah terkendala keterbatasan media untuk menghubungi responden saat pengambilan data dan terdapat beberapa mahasiswa yang tidak berkenan untuk menjadi responden karena tidak tertarik dengan topik hiburan korea (*korean wave*) walaupun sudah diberikan penjelasan sebelumnya. Selain itu, pada penelitian ini tidak dilakukan analisis lebih dalam terkait dengan faktor atau variabel lain yang turut memengaruhi stres belajar mahasiswa. Oleh karena itu, saran untuk peneliti selanjutnya adalah untuk dapat melakukan analisis mendalam atau menambah variabel faktor lain yang memengaruhi stres belajar mahasiswa. Peneliti juga mengharapkan mahasiswa belajar manajemen stres dengan baik agar dapat menumbuhkan sikap optimis dan motivasi belajar yang tinggi untuk mencapai prestasi belajar yang positif. Selanjutnya upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulangi stres, antara lain mengenali diri sendiri, peduli dengan diri sendiri, memperhatikan keseimbangan aspek pemeliharaan diri, bersikap proaktif dalam mencegah gangguan stres, dan bersinergi untuk bangkit menguatkan diri dari stres.

Daftar Rujukan

- Adisaputro, S. E. (2022). Konsep Motivasi Dasar, Motivasi Kerja Dalam Pendidikan Di Madrasah Aliyah Sunan Kalijaga. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Pendidikan*, 1(1), 15–22. <https://doi.org/10.55606/jurripen.v1i1.18>
- Ahmad, M. Y., Irwan, I., Ruhamah, R., Jannah, N. I., Hasanah, I., & Fadlul Arabi, R. (2024). Fenomena Korean Wave pada Kehidupan Mahasiswa di Kota Banda Aceh. *Jurnal Adabiya*, 26(1), 110. <https://doi.org/10.22373/adabiya.v26i1.21626>
- Aldina, B. F. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa. *Jurnal Sains Riset*, 9(3), 28–34. <https://doi.org/10.47647/jsr.v9i3.165>
- Azmi, U. (2019). Dampak Korean Wave (Hallyu) Terhadap Perilaku Konsumen Pada Mahasiswa Stie Nobel Indoensia Makassar. *Skripsi*, 1–105. <http://repository.stienobel-indonesia.ac.id/handle/123456789/290>
- Cleopatra, M. (2015). Pengaruh Gaya Hidup dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(2), 168–181. <https://doi.org/10.30998/formatif.v5i2.336>
- Fadillah, N., Muh. Nur Syaiqul Arsyi, A., Arifin, I., & Ridwan Said Ahmad, M. (2023). Pengaruh Globalisasi Media Dan Penyerapan Budaya Korea Dikalangan Remaja Kota Makassar. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 195–203. <https://doi.org/10.59141/comserva.v3i1.764>
- Firdaus, F. R., Nurrochmah, S., Yunus, M., & Sugiarto, T. (2022). Hubungan Motivasi Memilih Mata Kuliah Ilmu Gizi Dengan Hasil Belajar Mahasiswa PJKR Universitas Negeri Malang. *Sport Science and Health*, 4(11), 1021–1028. <https://doi.org/10.17977/um062v4i112022p1021-1028>

- Hakim, A. R., Mora, L., & Rahmawati, S. (2022). Analisis Data Penelitian Kuantitatif Untuk Skripsi. June. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31268.91529>
- KOFICE. (2022). Hallyu Now Vol.51. Global Hallyu Issue Magazine, 1–24.
- Kurniawati, S., & Pratiwi, R. Z. (2021). Drama Korea Dan Imitasi Gaya Hidup: Studi Korelasi Pada Mahasiswa Kpi Iain Surakarta. *Academic Journal of Da'wa and Communication*, 2(2), 241–270. <https://doi.org/10.22515/ajdc.v2i2.3364>
- Lee, Y. L., Jung, M., Nathan, R. J., & Chung, J. E. (2020). Cross-National Study on the Perception of the Korean Wave and Cultural Hybridity in Indonesia and Malaysia Using Discourse on Social Media. *Sustainability (Switzerland)*, 12(15). <https://doi.org/10.3390/su12156072>
- Lei, H., Chen, C., & Luo, L. (2024). The examination of the relationship between learning motivation and learning effectiveness: a mediation model of learning engagement. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 1–12. <https://doi.org/10.1057/s41599-024-02666-6>
- Lomu, L., & Widodo, S. A. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar dan Disiplin Belajar terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Matematika Etnomatnesia*, 0(0), 745–751.
- Mahardhika, D. M., Dewi, S. R., & Arsana, I. W. E. (2023). Hubungan antara Stres dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *E-Journal AMJ (Aesculapius Medical Journal)*, 3(2), 254–260.
- Mulya, G., & Lengkana, A. S. (2020). Pengaruh Kepercayaan Diri, Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga*, 12(2), 83. <https://doi.org/10.26858/cjpk.v12i2.13781>
- Mutmainah. (2021). Pengaruh Korean Wave Terhadap Maraknya Produk Dan Tren Kosmetik Korea Selatan (K-Beauty) Di Indonesia. In Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Nawawi, M. I., Anisa, N., Syah, N. M., Risqul, M., Azisah, A., & Hidayat, T. (2021). Pengaruh Tayangan K-Drama (Korean Drama) terhadap Motivasi Belajar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(6), 4439–4447. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i6.1201>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. 144.
- Palang Merah Indonesia (PMI) Editor: Herry Prasetyo. 2015. *Panduan-Manajemen Stres*, Jakarta: PMI
- Pramadya, T. P., & Oktaviani, J. (2021). Korean Wave (Hallyu) dan Persepsi Kaum Muda di Indonesia: Peran Media dan Diplomasi Publik Korea Selatan. *Insignia: Journal of International Relations*, 8(1), 87. <https://doi.org/10.20884/1.ins.2021.8.1.3857>
- Putri, K. A., & Purnomo, M. H. (2019). Korean Wave dalam Fanatisme dan Konstruksi Gaya Hidup Generasi Z. 14(1), 125–135.
- Qorib, F., & Olievia, F. (2023). Fenomena dan Pandangan Pria dalam Menonton Drama Korea. *Indonesian Social Science Review*, 1(2), 75–86. <https://doi.org/10.61105/issr.v1i2.52>
- Rahmawati, A., Mandagi, C. K. F., & Rattu, J. A. M. (2020). Hubungan antara tingkat stres dengan motivasi mahasiswa penulis skripsi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Kesmas*, 9(7), 53–58.
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2019). Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Edu Masda Journal*, 3(2), 181. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v3i2.40>
- Rinawati, F., & Sucipto, S. (2019). Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Dan Motivasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 95. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.95-100>
- Savira, L. A., Setiawati, O. R., Husna, I., & Pramesti, W. (2021). Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa disaat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 183–188. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.577>
- Sulistiyorini, A., Kusumawaty, I., Yunike, Y., & Gani, A. (2022). Dampak Covid-19 pada Kesehatan Mental: Kajian Literature Review Menggunakan Nvivo Plus 12. *JSHP : Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 6(2), 121–136. <https://doi.org/10.32487/jsdp.v6i2.1521>
- Widana, T. R., & Hermanu, D. H. (2021). Faktor Menonton Drama Korea Melalui Media Online (Web) Pada Remaja Putri. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 4(2), 400–419. <https://doi.org/10.37329/ganaya.v4i2.1328>

- Wulandari, K., Sugandi, & Hairunnisa. (2023). Parasocial Interactions And Loyalty Levels Of Teenagers Ending Korean Pop (K-Pop) Fans In Samarinda Interaksi Parasosial Dan Tingkat Loyalitas Konsumen Remaja Akhir Penggemar Korean Pop (K-Pop) Di Samarinda. *Management Studies and Entrepreneurship Journal*, 4(2), 2160–2172. <http://journal.yrpiiku.com/index.php/msej>
- Yanti, H. (2021). Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi) Di Fakultas Ilmu Kependidikan Universitas Almuslim. *Journal Of Education Science*, 7(2), 142–149. <https://doi.org/10.3314/jes.v7i2.1812>
- Yenti, N. S., Syamsir, Mairiza, N., Anggraini, N., Febriani, E., & Fadilla, P. (2022). Dampak Budaya Korea Pop (K-Pop) Terhadap Tingkat Motivasi Belajar Mahasiswa Universitas Negeri Padang. *ENGGANG: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Dan Budaya*, 2(2), 176–191. <https://doi.org/10.37304/enggang.v3i1.4941>
- Zhao, Y. (2024). The Impact of College Students' Academic Stress on Student Satisfaction from a Typological Perspective : A Latent Profile Analysis Based on Academic Self-Efficacy and Positive Coping Strategies for Stress.