BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data distribusi yang telah didapatkan normal atau tidak normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Z* dengan menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS) 13.0 *for Windows*.

Berdasarkan uji normalitas pada kecemasan menjelang ujian skripsi diperoleh nilai K-S Z = 1,079 dengan nilai P > 0,05, artinya sebaran data kecemasan menjelang ujian skripsi berdistribusi normal. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran D.

Berdasarkan uji normalitas pada dukungan sosial diperoleh nilai K-S Z = 0,581 dengan nilai P > 0,05, artinya sebaran data dukungan sosial teman berdistribusi normal. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran D.

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas memiliki tujuan untuk mengetahui apakah variabel tergantung dan variabel bebas memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji linearitas dilakukan dengan

menggunakan teknik uji F dengan menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS) 13.0 *for Windows*.

Berdasarkan uji linearitas antara kecemasan menjelang ujian skripsi dengan dukungan sosial teman diperoleh nilai F_{linier} = 20,945 dengan P < 0,05, artinya korelasi antara dua variabel tersebut bersifat linear atau membentuk garis lurus. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran D.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS) 13.0 *for Windows*. Uji hipotesis korelasi kecemasan menjelang ujian skripsi dengan dukungan sosial teman diperoleh nilai r_{xy} = -0,596 dengan P < 0,01, artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecemasan menjelang ujian skripsi dengan dukungan sosial teman. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran E.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dijabarkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecemasan menjelang ujian skripsi dengan dukungan sosial teman. Hal ini dapat dilihat dari nilai r_{xy} = -0,596 dengan P < 0,01, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial teman, maka semakin rendah kecemasan menjelang

ujian skripsi dan sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman, maka semakin tinggi kecemasan menjelang ujian skripsi. Dengan demikian hipotesis penelitian ini diterima.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih dan Mu'in (2013, h. 116) yaitu ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan. Dukungan sosial dapat mempengaruhi kecemasan melalui mekanisme pertahanan terhadap kecemasan dengan cara mengurangi peluang kejadian yang penuh tekanan, mengurangi intensitasnya dan memodifikasi persepsi seseorang sehingga akan lebih mudah lagi dalam beradaptasi terhadap situasi baru yang asing.

Hasil yang telah diperoleh diperkuat dengan teori yang dikemukakan oleh Nevid, dkk. (2005, h. 180) bahwa salah satu faktor penyebab kecemasan adalah faktor sosial lingkungan, meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain dan kurangnya dukungan sosial. Pada umumnya individu membutuhkan bantuan orang lain sebagai dukungan bagi dirinya ketika menghadapi masalah.

Baron dan Byrne (2005, h. 245) mengatakan bahwa dengan bersama – sama orang lain atau bahkan dengan binatang peliharaan, tingkat kecemasan dapat berkurang. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri, kompeten dan lain sebagainya. Masih dalam Baron dan Byrne (2005, h. 245) Clark juga mengungkapkan jika selain dapat mengurangi perasaan negatif

(kecemasan mental), dukungan sosial juga dapat mengurangi masalah kesehatan (kecemasan fisik). Berhubungan dengan orang lain dapat membuat individu merasa nyaman ketika sedang merasa tertekan. Baron dan Byrne (2005, h.245) juga sependapat dengan para ahli bahwa berbicara, baik kepada keluarga, teman, sahabat, psikolog, maupun pendeta, akan sangat menolong bagi individu yang sedang memiliki masalah.

Sumbangan efektif (SE) dukungan sosial teman terhadap kecemasan menjelang ujian skripsi adalah sebesar 35,5%, sedangkan 64,5% dipengaruhi oleh variabel lain diluar variabel penelitian, seperti sosiokultural, kemajuan ilmu dan teknologi, pendidikan, nilai moral, agama, keadaan pribadi individu, pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan dan *self efficacy* yang rendah.

Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui bahwa mean empirik (ME) pada variabel dukungan sosial teman sebesar 63,80 dengan mean hipotetik (MH) sebesar 57,5 dan simpangan baku hipotetik (SDh) sebesar11,5. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman dapat dikategorikan sedang dan cenderung tinggi, yang artinya subjek mendapatkan cukup banyak dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif serta dukungan penghargaan dari teman – teman subjek.

Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui bahwa mean empirik (ME) pada variabel kecemasan menjelang ujian skripsi sebesar 49,35 dengan mean hipotetik (MH) sebesar 52,5 dan simpangan baku hipotetik (SDh) sebesar10,5. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rata – rata kecemasan

menjelang ujian skripsi termasuk kategori sedang dan cenderung rendah, yang artinya subjek tidak terlalu mengalami kecemasan. Hal ini diduga karena subjek telah mempersiapkan diri dengan baik karena yang membuat dan yang paling mengerti isi dari skripsi tersebut adalah subjek itu sendiri, selain itu dukungan sosial yang tinggi juga membuat kecemasan yang dirasakan subjek menjadi menurun.

Dugaan lain adalah karena kecemasan bersifat sementara atau dapat disebut dengan *state anxiety*, yaitu merupakan reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu yang dirasakan sebagai suatu ancaman (Hursen & Tekman, 2014, h. 252). Ketika subjek sedang mengisi skala, mungkin kecemasan yang sedang dialaminya dikategorikan sedang atau kecemasannya tidak terlalu terasa.

Terdapat beberapa kelemahan di dalam penelitian ini yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, antara lain :

1. Penelitian ini menggunakan *try out* terpakai yaitu data yang dipakai adalah hasil dari *try out* yang juga merupakan data penelitian sehingga item– item yang tidak valid ikut dikerjakan oleh subyek penelitian dan mencemari hasil penelitian.
2. Ada 18 subyek yang mengisinya melalui sistem *online*. Hal ini membuat subjek tidak dapat bertanya kepada peneliti jika ada pernyatan yang kurang jelas.