

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas data menggunakan program SPSS 16, didapatkan hasil bahwa data *neuroticism* memiliki nilai $z = 0,605$ dengan signifikansi sebesar $0,763$ ($p > 0,05$) dan data *disengagement coping* memiliki nilai $z = 0,576$ signifikansi sebesar $0,894$ ($p > 0,05$). Dengan demikian, data penelitian ini telah memenuhi uji normalitas dan dapat dinyatakan berdistribusi normal. Tabel hasil uji normalitas dapat dilihat pada lampiran C-1.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk menguji apakah terdapat hubungan yang linier antara variabel *neuroticism* dan *disengagement coping*. Hasil pengujian linearitas menunjukkan bahwa linieritas kedua variabel memiliki nilai F hitung = $18,378$ dengan taraf signifikansi sebesar $0,002$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linier. Data penghitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran C-2.

B. Hasil Analisis

Skor sampel penelitian yang telah diperoleh melalui skala *neuroticism* dan *disengagement coping* diolah menggunakan teknik *Product*

Moment Pearson. Pengolahan statistika ini dilakukan melalui aplikasi SPSS versi 16. Hasil olah statistika menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki nilai korelasi sebesar 0,482 dengan taraf signifikansi sebesar 0,0015 ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel *neuroticism* dengan *disengagement coping stress*. Hasil ini menjawab hipotesis penelitian, yaitu terdapat hubungan positif antara kepribadian *neuroticism* dan *disengagement coping stress* yang telah terbukti. Semakin *neuroticism* individu, semakin tinggi pula *disengagement coping*-nya dan demikian pula sebaliknya. Data uji analisis selengkapnya dapat dilihat pada lampiran D.

C. Pembahasan

Coping merupakan proses penyesuaian diri terhadap stres yang melibatkan kepribadian didalamnya. Bolger (dalam Connor-Smith & Flachsbart, 2007, hal. 1080) mengungkapkan bahwa *coping* merupakan refleksi dari kepribadian individu saat berada di bawah tekanan. Refleksi atau cermin dari kepribadian ini berarti bahwa karakteristik kepribadian individu memiliki peran dalam proses *coping* yang dilakukan oleh individu, termasuk pada individu dengan kepribadian *neuroticism*. Individu dengan *trait neuroticism* memiliki kecenderungan menggunakan *disengagement coping stress*.

Data penelitian yang diperoleh dari 37 orang subjek menunjukkan bahwa tingkat *neuroticism* dan *disengagement coping stress* subjek tergolong sedang. Hasil ini didapatkan melalui penghitungan *mean* hipotetik dan *mean* empirik untuk masing-masing variabel serta

simpangan baku kedua variabel. *Mean* hipotetik variabel *neuroticism* adalah 144; sedangkan *mean* empiriknya sebesar 132,43; dan simpangan baku hipotetiknya sebesar 32. *Mean* hipotetik variabel *disengagement coping stress* adalah 60, sementara *mean* empiriknya sebesar 58,32 dan simpangan baku hipotetiknya adalah 12. *Mean* empirik kedua variabel memiliki nilai yang lebih rendah dibandingkan *mean* hipotetiknya, akan tetapi *mean* empiriknya masih berada dalam rentang normal jika ditinjau dari kategori berdasar simpangan bakunya. Data ini menunjukkan bahwa tingkat *neuroticism* dan *disengagement coping stress* subjek penelitian tergolong normal. Setelah itu, peneliti melakukan uji korelasional.

Berdasarkan hasil uji korelasi antara variabel *neuroticism* dan *disengagement coping stress* pada subjek penelitian, ditemukan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif. Hal ini berarti bahwa semakin *neuroticism* seseorang, maka semakin tinggi pula *disengagement coping*-nya dan demikian pula sebaliknya. Individu dengan skor *neuroticism* yang tinggi memiliki beberapa karakteristik dasar yang khas seperti cemas dan sering mengkhawatirkan berbagai kemungkinan bahwa sesuatu tidak berjalan sesuai dengan harapan (McCrae & Costa, 2006, hal. 48). Selain itu, individu yang memiliki kepribadian *neuroticism* juga cenderung lebih rentan terhadap stres dan memiliki daya tahan yang lebih rendah dalam situasi yang menekan dirinya.

Serangkaian karakteristik kepribadian *neuroticism* di atas dapat menjadi dasar dalam memahami penggunaan strategi *disengagement*

coping yang dilakukan. Individu yang termasuk tipe N lebih sensitif terhadap kemunculan stresor dan ancaman sehingga merasakan lebih banyak stres dibandingkan individu dengan kepribadian lain. Ketika individu mulai menghadapi kesulitan atau masalah, ia akan mulai memikirkan cara untuk menghadapinya. Pada fase ini, ketakutan dan kecemasan individu akan hal yang tidak berjalan sesuai rencana mungkin menghalanginya untuk mulai bertindak menyelesaikan masalah. Pikiran dan emosi yang terkait dengan permasalahannya disingkirkan dengan mengalihkan pikirannya dan atau melakukan aktivitas yang lain.

Karakteristik kepribadian *neuroticism* yang lain adalah daya tahan yang rendah terhadap tekanan atau stres. Saat individu berada di bawah tekanan, ia cenderung mengalami respons emosional yang intens atau dalam hal ini adalah perasaan-perasaan tidak menyenangkan yang terkait dengan stres. Individu yang merasa tidak nyaman dengan situasi ini akan mencari cara untuk kembali merasa nyaman secepat mungkin misalnya dengan melakukan berbagai strategi *disengagement coping*. Strategi ini memungkinkan individu untuk kembali merasa aman dalam waktu yang relatif lebih singkat dan dibandingkan harus memikirkan permasalahannya (Connor-Smith & Flachsbart, 2007, hal. 1081).

Menurut Harrington (2013, hal. 185), individu dengan kepribadian *neuroticism* kurang memiliki fleksibilitas secara psikologis. Fleksibilitas yang dimaksud adalah kemampuan individu untuk memulihkan dirinya jika ia menghadapi kesulitan atau kegagalan dan mencoba strategi lain yang lebih efektif. Pemikiran dan pengambilan

keputusan individu tipe N yang kurang fleksibel dapat menghambat dirinya untuk memikirkan cara-cara yang lebih efektif dalam menghadapi kesulitan. Pada aplikasinya, jika individu dengan kepribadian *neuroticism* belum berhasil melakukan *coping* yang efektif dan menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dengan tepat, ia akan cenderung mengulang hal yang sama di lain waktu daripada mencoba solusi lain. Kegagalan yang terus berulang akan menyebabkan ia merasa menjadi individu yang kurang berdaya menghadapi berbagai permasalahan. Perasaan ini membuat individu menghindari permasalahan dibanding mendekati untuk mencari penyelesaiannya. Hal ini menimbulkan kecenderungan individu tipe *neuroticism* untuk terus melakukan *disengagement coping* dalam jangka waktu yang panjang. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sejalan dengan hasil-hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat korelasi antara tipe kepribadian dan strategi *coping* tertentu.

Berdasarkan penghitungan *mean* masing-masing bentuk *disengagement coping*, diketahui bahwa *mean* bentuk *denial* merupakan yang paling tinggi meskipun selisih *mean* dengan bentuk lainnya hanya berkisar antara 0,053 – 0,315. Skor *mean denial* adalah sebesar 2,575; *wishful thinking* dan *withdrawal* sebesar 2,522; dan *avoidance* sebesar 2,26. Hasil ini memberikan gambaran bahwa bentuk *denial* merupakan strategi *disengagement coping* yang paling sering dilakukan oleh mahasiswa. Ketika mahasiswa menghadapi stresor baik yang berasal dari dirinya, hal akademis, mahasiswa melakukan *denial* misalnya dengan menyangkal emosi-emosi negatif yang dirasakan dan berusaha

menyembunyikannya dari orang lain. Jika mahasiswa melakukan strategi *wishful thinking*, mahasiswa membayangkan bahwa dirinya mendapat 'keajaiban' yang membuat semua masalahnya hilang dengan sekejap. Sementara itu, jika mahasiswa melakukan *withdrawal* maka akan muncul perilaku menarik diri dari lingkungan dan menghabiskan waktu untuk sendiri. Bentuk lain *disengagement coping* yang dilakukan mahasiswa adalah *avoidance*, misalnya dengan menjauhkan diri dari hal-hal yang mungkin mengingatkan terhadap masalah, misalnya dengan menunda mengerjakan suatu tugas yang dianggap sulit.

Penelitian ini memiliki beberapa kelemahan. Kelemahan tersebut antara lain terletak pada validitas butir-butir skala *disengagement coping* yang belum diuji dengan teknik statistika secara empirik. Pada penelitian ini, skala *disengagement coping* hanya diuji kesesuaiannya dengan teori yang ada. Selain itu, penelitian hanya berfokus pada satu tipe kepribadian sehingga belum ada pembandingan apakah tipe kepribadian yang lain melakukan strategi *coping* yang berbeda. Kelemahan lain dalam penelitian ini adalah pemilihan subjek pada kelompok mahasiswa yang memiliki tingkat kognitif yang cukup tinggi. Kognisi tersebut membuat subjek mampu menimbang apa yang harus dilakukan dan konsekuensi dari pilihan mereka. Hal ini membuat respons *coping*-nya tidak semata-mata dipengaruhi oleh kepribadian, tetapi juga pertimbangan yang lebih matang dalam menghadapi stres. Oleh sebab itu, penelitian selanjutnya diharapkan mampu memperbaiki kelemahan-kelemahan pada penelitian ini.