

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Uji asumsi normalitas dan homogenitas akan dilakukan sebelum analisis statistik dengan menggunakan *One Way Anova*.

1. Uji Asumsi

Dalam uji asumsi terdapat uji normalitas dan uji homogenitas. Melalui uji normalitas yang dilakukan, diketahui apakah distribusi kedua variabel tersebut normal atau tidak serta mengetahui sampel yang telah diambil merepresentatifkan populasi yang diambil. Uji normalitas dan homogenitas dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)*.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian yang dilakukan dengan maksud untuk membandingkan persebaran data dengan kurva distribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Data yang ada dapat dikatakan normal, jika data tersebut memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 atau 5% ($p > 0,05$). Setelah dilakukan uji normalitas berdasarkan hasil olah data nilai *Kolmogorov Smirnov*, maka didapatkan hasil sebesar $p = 0,310$ ($p > 0,05$).

Hal tersebut menunjukkan jika persebaran data memiliki persebaran yang berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah salah satu syarat dalam analisis perbedaan. Pengujian ini dilakukan untuk mengetahui apakah dua variabel yang sudah ditetapkan, satu variabel independen, dan satu variabel dependen memiliki perbedaan atau tidak secara signifikan.

Hasil uji homogenitas memperlihatkan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara variabel X dan Y (stres dan tipe kepribadian). Hal tersebut dapat dilihat dari tingkat signifikansi dari F sebesar 1.747 dengan ($p > 0,05$) pengujian homogenitas dari data penelitian ini terpenuhi.

2. Uji Hipotesis

Tabel VIII

Hasil Uji Hipotesis

No	Tipe Kepribadian	N	Rerata	SD	Min	Max
1	Sanguinis	15	33.67	3.244	29	40
2	Koleris	9	37.89	2.892	33	42
3	Melankolis	22	41.23	4.628	32	52
4	Phlegmatis	18	32.33	2.931	25	38
	TOTAL	64	36.48	5.273	25	52

ANOVA

Stres	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	941.899	3	313.966	23.254	.000
Within Groups	810.086	60	13.501		
Total	1751.984	63			

Setelah dilaksanakan uji asumsi, selanjutnya dilaksanakan uji hipotesis dengan menggunakan SPSS. Teknik yang digunakan adalah teknik korelasi *One Way Anova* untuk menguji hipotesis penelitian. Hasil yang didapatkan sebagai berikut: Hipotesis penelitian memperlihatkan bahwa ada perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat stres dengan tipe kepribadian. Hal ini ditunjukkan dengan $F= 23.254$ dengan signifikansi $p = 0,000$ dimana ($p<0,01$). Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti diterima.

B. Pembahasan

Berdasarkan perhitungan analisis varians satu jalur antara tingkat stres terhadap tipe kepribadian, dengan hipotesis terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berdasar tipe kepribadian sanguinis, melankolis, koleris, dan phlegmatis didapatkan hasil perbedaan yang sangat signifikan antara kedua variabel tersebut dengan $F= 23.254$ ($p<0,01$). Artinya, terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa dalam mengerjakan skripsi berdasar tipe kepribadian Hippocrates - Galenus. Dengan begitu tipe kepribadian memiliki perbedaan terhadap tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Diketahui tipe kepribadian Melankolis mempunyai tingkat stres yang paling tinggi dibandingkan dengan tipe kepribadian sanguinis, koleris, dan phlegmatis. Hasil penelitian ini mendukung teori yang dikemukakan Sunaryo (2004, h. 216) bahwa kepribadian memiliki perbedaan terhadap stres seseorang. Hal ini dapat menjelaskan bahwa stres sudah dimiliki individu sejak mereka lahir. Tipe kepribadian perfeksionis, sangat perasa, dan kurang percaya diri merupakan aspek dari tipe kepribadian melankolis, temperamental, dan keras kepala merupakan aspek dari tipe kepribadian koleris, kepribadian ini sangat mudah merasakan stress (Khairani, 2016, h. 171). Mahasiswa yang mempunyai tipe kepribadian perfeksionis, kurang percaya diri, sangat perasa, dan temperamental tentu akan mempunyai tingkat stres yang tinggi dalam mengerjakan skripsi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2016, h. 5), dalam penelitiannya tentang perbedaan antara tipe kepribadian ekstrovert dan introvert dengan tingkat stres pada mahasiswa fakultas hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta yang menghasilkan kesimpulan adanya perbedaan yang bermakna antara tipe kepribadian ekstrovert dan introvert dengan tingkat stres pada mahasiswa fakultas hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta. Lebih lanjut juga dikatakan bahwa tinggi rendahnya tingkat stres juga dipengaruhi oleh berapa banyak sumber stres yang dimiliki. *Stressor* yang dialami mahasiswa dalam mengerjakan skripsi sangat beragam mulai dari menentukan judul skripsi, pengaruh negatif dari teman, bagaimana cara mengerjakan skripsi, rasa kepercayaan diri yang dimiliki, kondisi

lingkungan yang tidak mendukung, kekhawatiran yang tidak beralasan, hingga bagaimana caranya supaya bisa mendapatkan gelar kesarjanaan dengan segera. Tipe kepribadian ekstrovert dan introvert memiliki sebagian besar aspek yang sama dengan tipe kepribadian Hippocrates-Galenus seperti mudah berteman, penuh rasa ingin tahu, suka terhadap tantangan, dan suka berbicara.

Menurut Mashudi (2012, h, 223) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi stres pada remaja adalah tipe kepribadian seseorang. Perbedaan tipe kepribadian menyebabkan perbedaan dalam hal cara berpikir, cara bertindak, dan cara menghadapi masalah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Baktiyar, Hasanah, Nursetiawati (2016, h. 1) bahwa terdapat perbedaan manajemen stres antara pada remaja dengan kepribadian introvert dan ekstrovert di SMA N 68 Jakarta. Lebih lanjut dikatakan bahwa setiap orang memiliki perbedaan dan kesamaan satu dengan yang lain, baik itu dalam reaksi maupun tingkah laku tertentu.

Hardjana (1994, h.24) mengungkapkan gejala stres antara lain gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual, dan gejala interpersonal. Kemunculan stres psikologi dapat mengganggu kinerja seseorang, hal ini dialami oleh mahasiswa angkatan 2013 Fakultas Psikologi yang sedang mengerjakan skripsi seperti mengalami kecemasan yang berlebih ketika memikirkan tentang skripsi, kehilangan rasa percaya terhadap orang lain, pikiran menjadi kacau, dan *mood* mudah berubah. Penelitian Miftahul Janah (dalam Putra & Aryani, 2015, h. 8) menemukan adanya gangguan emosional yang

muncul pada orang yang mengalami stres, gangguan secara interpersonal sebanyak 65,1%, kecemasan 58,7%, *hostilitas* 49,2%, *somatisasi* 39,7%, dan gangguan lainnya sebanyak 65,1%. Apabila dihubungkan dengan penelitian yang penulis lakukan maka tipe kepribadian mempengaruhi gejala-gejala yang menyebabkan stres pada seseorang.

Proses mengerjakan skripsi memicu timbulnya stres yang dialami oleh mahasiswa, hal ini dapat diketahui melalui gejala-gejala stres yang muncul dan dialami oleh mahasiswa. Rozaq (2014) dalam penelitiannya mengatakan bahwa mahasiswa yang mengalami stres dalam mengerjakan skripsi paling sering mengalami gejala seperti gejala urat tegang, mudah tersinggung, produktifitas menurun, sulit membuat keputusan, dan mendiamkan orang lain.

Robbins (dalam Shovia, 2010) mengungkapkan bahwa kepribadian merupakan salah satu faktor penyebab stres, terlebih dikatakan bahwa stres yang timbul dikarenakan oleh sifat dasar manusia. Hippocrates-Galenus membagi sifat dasar manusia menjadi 4 kelompok yaitu sanguinis, melankolis, koleris, dan phlegmatis, dimana masing-masing mempunyai sifat dasar yang berbeda-beda yang menentukan cara berperilaku, berpikir dan memanggapi masalah dengan tindakan yang berbeda-beda. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspita (2012, h. 9) dimana terdapat perbedaan yang signifikan gejala stres kerja antara karyawan berkepribadian tipe A dengan karyawan berkepribadian tipe B, lebih lanjut dikatakan bahwa karyawan dengan kepribadian tipe A memiliki gejala stres kerja yang

lebih tinggi dibandingkan dengan karyawan dengan tipe kepribadian B. Tipe kepribadian ini mempunyai trait yang sama dengan tipe kepribadian Hippocrates-Galenus seperti penyabar, suka memotong pembicaraan orang lain, egois, agresif, tidak sabar terhadap orang lain.

Sesuai dengan teori Cooper (dalam Dumitru & Cozman, 2012, h. 36) bahwa kepribadian merupakan faktor yang penting dalam menentukan tingkat stres seseorang. Koleris merupakan tipe kepribadian yang mempunyai sifat khas semangat tinggi, keras perangnya, hatinya mudah terbakar, daya juang besar, optimis. Melankolis merupakan tipe kepribadian yang mempunyai sifat khas mudah kecewa, daya juang kecil, muram, pesimistis. Untuk tipe kepribadian sanguinis mempunyai sifat khas antusias, pendirian tidak tetap, dan ramah dan tipe kepribadian phlegmatis mempunyai sifat khas tidak suka terburu-buru, tenang, tidak mudah dipengaruhi, dan setia. Apabila dihubungkan dengan penelitian yang dilakukan penulis maka ditemukan bahwa mahasiswa dengan tipe kepribadian koleris mempunyai tingkat stres yang tinggi dikarenakan oleh sifat-sifat khasnya keras kepala dan hati yang mudah terbakar, begitu juga dengan mahasiswa yang mempunyai tipe kepribadian melankolis yang mempunyai tingkat stres tinggi dikarenakan oleh sifat dasarnya yang mudah kecewa, daya juang yang kecil, pemuram, dan pesimistis.

Berdasarkan hasil perhitungan dalam penelitian ini diketahui bahwa variabel tingkat stres mempunyai *mean* empirik (M_e) sebesar

10,546 dengan standar deviasi empirik (SD_e) sebesar 5,273, jika dibandingkan dengan *mean* hipotetik (M_h) sebesar 37,5 dengan standar deviasi hipotetik (SD_h) sebesar 7,5. Hal tersebut mengindikasikan tingkat stres mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Fakultas Psikologi angkatan 2013 yang sedang mengerjakan skripsi tergolong sedang.

Dalam penelitian ini tidak terlepas dari berbagai kelemahan-kelemahan yang bisa mempengaruhi hasil penelitian ini seperti item yang cukup banyak ada kemungkinan membuat subjek kelelahan dalam menjawab setiap itemnya.

