

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Tempat Penelitian

Program studi Magister profesi psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang didirikan pada tahun 2004. Alamat Fakultas tersebut berada di jalan Pawiatan Luhur IV/I Bendan Dhuwur, Semarang 50234 Jawa Tengah. Pada saat jumlah mahasiswa yang aktif di Magister Profesi Psikologi ± 170 orang. Tenaga pengajar/dosen berjumlah 14 orang .

B. Profil Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini menggunakan mahasiswa Magister Profesi Psikologi UNIKA yang mengambil mata kuliah Praktek Kerja Profesi Psikologi (PKPP) sebanyak 45 orang.

C. Perizinan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini pertama sekali yang peneliti lakukan adalah memohon izin untuk mengadakan uji coba dan peneltian kepada pimpinan Fakultas Psikologi Jenjang Magister Profesi dengan membawa surat pengantar dari pimpinan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata tertanggal 15 Juli 2019 dengan Nomor: 681a/A7.04/MP/VII/2019. Peneliti memperoleh izin untuk mengadakan uji coba pada tanggal 23 Juli 2019.

D. Uji Coba Skala Penelitian

Sebelum melakukan penelitian yang sesungguhnya, peneliti melakukan uji coba terhadap skala yang akan digunakan terlebih dahulu. Uji coba ini dilakukan untuk mencari validitas dan reliabilitas dari skala yang diukur. Uji coba dilakukan pada tanggal 23 Juli 2019 dan peneliti mengupload skala ke *google form* dan skala diisi oleh mahasiswa sebanyak 135 orang. Berdasarkan hasil analisis validitas dan reliabilitas alat ukur yang dibuat adalah sebagai berikut:

1. Skala *Hardiness*

Berdasarkan uji validitas alat ukur diperoleh hasil bahwa skala *Hardiness* yang diberikan pada 135 subjek, yang terdiri dari 30 item terdapat 26 item yang valid dan 4 item yang gugur. Koefisien validitas bergerak antara 0,314 sampai dengan 0,714. Koefisien reliabilitas *alpha* skala *hardiness* sebesar 0,917.

Tabel 6. Distribusi Sebaran Butir Skala *Hardiness* yang Valid dan Gugur

| Aspek | Nomor Item | | | | Jumlah |
|-------------------|------------|------------|-------------|----------------|--------|
| | Favorable | | Unfavorable | | |
| | Gugur | Valid | Gugur | Valid | |
| <i>Control</i> | 14 | 1,3,4,10 | - | 2,6,7,9,13 | 10 |
| <i>Commitment</i> | 17 | 5,11,12,28 | - | 8,16,21,25,27 | 10 |
| <i>Challenge</i> | 15,24 | 19,22,30 | - | 18,20,23,26,29 | 10 |
| Jumlah | 4 | 11 | - | 15 | 30 |

Tabel 7. Distribusi Sebaran Butiran Baru Skala *Hardiness*

| Aspek | Nomor Item | | Jumlah |
|-------------------|--------------------------|--|--------|
| | Favorable | Unfavorable | |
| <i>Control</i> | 1,3,4,10 | 2,6,7,9,13 | 9 |
| <i>Commitment</i> | 5,11,12,24 (28) | 8,14(16),18(21), 21(25),23(27) | 12 |
| <i>Challenge</i> | 16(19),19(22), 26(30) | 15(18),17(20), 20(23),22(26), 25(29) | 5 |

Keterangan: dalam () = nomor item lama

2. Skala *Problem Focused Coping*

Berdasarkan uji validitas alat ukur diperoleh hasil bahwa skala *Problem Focused Coping* yang diberikan pada 135 subjek, yang terdiri dari 30 item terdapat 26 item yang valid dan 4 item yang gugur. Koefisien validitas item bergerak antara 0,334 sampai dengan 0,739. Koefisien reliabilitas *alpha* skala *Problem Focused Coping* sebesar 0,933.

Tabel 8. Distribusi Sebaran Butir Skala *Problem Focused Coping* yang Valid dan Gugur

| Jenis | Nomor Item | | | | Jumlah |
|--------------------------------------|---------------------------|--------------|----------------------------------|-------------|-----------|
| | Favorable | | Unfavorable | | |
| | Gugur | Valid | Gugur | Valid | |
| <i>Seeking Informational Support</i> | 1,3 | 13 | 4,6 | 14 | 6 |
| <i>Confrontive Coping</i> | 5,9 | 11 | 7,8,15 | - | 6 |
| <i>Planful Problem Solving</i> | 2,12 20,28 21,22,24 | 2 19 - | 10,23,25 16,17,27 26,29,30 | - 8 - | 18 |
| Jumlah | 11 | 4 | 14 | 1 | 30 |

Tabel 9. Distribusi Sebaran Butir Baru *Problem Focused Coping*

| Jenis | Nomor Item | | Jumlah |
|--------------------------------------|--|--|-------------|
| | Favorable | Unfavorable | |
| <i>Seeking Informational Support</i> | 1,2(3) | 3(4),5(6) | 5 |
| <i>Confrontive Coping</i> | 4(5),8(9) | 6(7),7(8),11(15) | 5 |
| <i>Planful Problem Solving</i> | 10(12),14(18) 15(20),23(28) 16(21),17(22),18(24) | 9(10),18(23),20(25) 12(16),13(17),22(27) 21(26),24(29)25(30) | 5 5 6 |
| Jumlah | 11 | 15 | 26 |

Keterangan: dalam () = nomor item lama

3. Skala Stres Akademik

Berdasarkan uji coba validitas alat ukur diperoleh hasil; bahwa skala Stres Akademik yang diberikan pada 135 subjek,

yang terdiri dari 34 nomor soal bahwa semua item dinyatakan valid. Koefisien reliabilitas *alpha* skala stres Stres Akademik sebesar 0,952.

E. Pelaksanaan Pengambilan Data

Pelaksanaan pengambilan dilakukan selama 2 (dua) hari yaitu pada tanggal 25-26 Agustus 2019. Subjek sampel yang dijadikan sampel penelitian ini adalah mahasiswa/I Magister Profesi Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, Jawa Tengah yang berjumlah 45 orang. Pelaksanaan pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan teknik *purpose sampling* yaitu memilih sekelompok subjek berdasarkan ciri-ciri sampel atau sifat populasi yang sebelumnya telah diketahui yaitu mahasiswa/I yang sedang mengambil program Magister Profesi Psikologi di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Berdasarkan pengambilan data tersebut diperoleh responden penelitian sebanyak 45 responden. Skala yang diisi oleh subjek diskor oleh peneliti, kemudian skor tersebut ditabulasi.

F. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji asumsi dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran item

normal atau tidak, linier atau tidak hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergangungnya.

a. Uji Normalitas

Dalam melakukan uji normalitas pada variabel *hardiness*, variabel *problem focused coping* dan variabel stres akademik dapat dilihat pada tabel dimana *hardiness* mempunyai nilai $Z = 0,528$ dengan nilai $p = 0,943$ untuk PFC mempunyai nilai $Z = 0,644$ dengan nilai $p = 0,802$ dan stres akademik mempunyai nilai $Z = 0,490$ dengan nilai $p = 0,970$, karena ketiga variabel mempunyai nilai $\text{sig} > 0,05$ maka disimpulkan bahwa ketiga variabel tersebut berdistribusi normal. Hal tersebut dapat dilihat dari sebaran data uji normalitas pada tabel lampiran E-1.

b. Uji Linieritas

Hasil uji linier menunjukkan korelasi yang linier antara variabel *Hardiness* dan Stres Akademik ditunjukkan dengan $F_{\text{linier}} = 66,999$ dengan nilai p value sig sebesar $0,000$ (nilai $p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan linier antara variabel *hardiness* dan stres akademik.

Pada variabel *problem focused coping* dan Stres Akademik menunjukkan adanya korelasi yang linier dengan $F_{\text{linier}} = 75,186$ dengan p sebesar $0,000$ (nilai $p < 0,005$). Hal ini berarti terdapat hubungan linier antara *problem focused*

coping dan stres akademik. Hasil uji linieritas selengkapnya dapat dilihat pada lampiran E-2.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk melihat apakah ada korelasi antar variabel bebas. Nilai VIF (*Varian Inflation Factor*) digunakan untuk menunjukkan ada tidaknya hubungan linier antar variabel bebas. Apabila nilai VIF > 10 , artinya terjadi multikolinearitas terhadap data yang diuji. Hasil pengujian multikolinearitas disebutkan bahwa nilai VIF antar variabel bebas yaitu *hardiness* dan *problem focused coping* sebesar 1,971 dengan nilai *tolerance* sebesar 0,507.

2. Uji Hipotesis

Setelah selesai uji asumsi dilakukan, maka tahap selanjutnya dilakukan adalah dengan uji hipotesis menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS) versi 22,0 *for windows*. Teknik yang digunakan adalah teknik analisis regresi dua prediktor untuk menguji hipotesis mayor dan teknik korelasi *product moment* untuk menguji hipotesis minor. Adapun hasil yang diperoleh sebagai berikut:

a. Hipotesis Mayor

Hasil analisis data yang dilakukan menyatakan bahwa ada hubungan yang positif antara variabel *hardiness*, *problem focused coping* dan variabel stres akademik. Hal ini

ditunjukkan dengan nilai $R_{1,2,y} = 0,848$; nilai $H_{hitung} = 53,807$; dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil uji hipotesis selengkapnya dapat dilihat dilampiran F-1.

b. Hipotesis Minor

1. Hipotesis pertama menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel *hardiness* dan variabel stres akademik. Hal ini ditunjukkan dengan $r_{1y} = -0,797$ dengan signifikan kuat, dimana sig sebesar $0,000$ ($p < 0,001$). Artinya semakin tinggi skor *hardiness* maka semakin rendah stres akademiknya dan sebaliknya semakin rendah skor *hardiness*, maka semakin tinggi stres akademiknya. Dengan demikian hipotesis minor satu yang diajukan peneliti diterima. Hasil uji hipotesis selengkapnya dapat dilihat di lampiran F-2.1.

2. Hipotesis kedua menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dan stres akademik. Hal ini ditunjukkan dengan $r_{2y} = -0,766$ dengan signifikan p sebesar $0,000$ ($p < 0,01$). Artinya semakin tinggi skor PFC maka semakin rendah stres akademiknya. Dengan demikian hipotesis minor kedua yang diajukan peneliti diterima. Hasil uji hipotesis selengkapnya dapat dilihat di lampiran F-2.2.

G. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis regresi dua prediktor, dapat diketahui bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara *hardiness* dan *problem focused coping* terhadap stres akademik pada mahasiswa Magister Profesi Psikologi UNIKA Soegijapranata. Hal ini diketahui melalui koefisien korelasi regresi sebesar 0,848; $F_{hitung} > F_{tabel}$ ($53,807 > 3,23$), dengan *p value* (sig) statistik adalah $0,000 < 0,001$. Dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang artinya secara bersama-sama *hardiness* dan *problem focused coping* memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap stres akademik.

Untuk melihat hubungan koresional setiap variabel bebas terhadap variabel terikat, maka digunakan korelasi *product moment* dimana hasilnya adalah H_a diterima. Artinya bahwa *hardiness* memiliki hubungan negatif yang sangat signifikan dengan stres akademik. Hal ini diketahui $r_{1y} = -0,797$ dengan *p value* (sig) untuk $X_1 = 0,000 < 0,01$ ($p = 0,000 < 0,001$). Hasil penelitian ini mendukung pendapat Schultz dan Schultz (2002) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi lebih mampu dalam melawan stres.

Sedangkan menurut Rahardjo (2013) *Hardiness* adalah sikap mental yang dapat mengurangi efek stres secara fisik maupun mental pada individu. Individu yang memiliki *hardiness* yang tinggi, semua masalah dapat dihadapi sehingga tingkat stres rendah, tetapi

individu yang memiliki *hardiness* yang rendah maka ancaman yang dihadapi akan dianggap berat akan menimbulkan stres yang tinggi. Kemudian ditambahkan lagi bahwa *hardiness* adalah suatu konstelasi karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif yang dihadapi. Selanjutnya, menyebutkan bahwa individu yang memiliki karakteristik dan kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan melawan stres dengan cara mengubah stresor yang bersifat negatif menjadi sebuah ketahanan psikologi yang dapat membantu dalam ketahanan stres.

Sedangkan untuk variabel *problem focused coping* terhadap stres akademik $r_{zy} = - 0,766$ untuk $X_2 = (0,000 < 0,05$ ($p = 0,000 < 0,01$) maka H_0 ditolak dengan asumsi bahwa ada pengaruh yang sangat signifikan antara *problem focused coping* dengan stres akademik pada mahasiswa profesi psikologi UNIKA Soegijapranata Semarang. Hasil penelitian mendukung pendapat Lazarus dan Folkman (1984) yang menyatakan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi yang digunakan dalam menyelesaikan masalah, seperti mengidentifikasi suatu masalah, menghasilkan solusi alternatif, mempertimbangkan alternatif secara efisien, memilih alternatif dan bertindak, strategi *problem focused coping* berorientasi pada penyelesaian masalah. Hal senada juga disampaikan oleh Smet (1994) mengungkapkan bahwa *problem focused coping*

adalah usaha individu untuk mengurangi stresor dengan mempelajari cara-cara atau ketrampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini jika dirinya yakin akan dapat mengubah situasi.

Hasil bobot sumbangan yang diperoleh dalam penelitian ini atau kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat, sebesar 70,6 % sedangkan sisanya 29,4 % dijelaskan oleh faktor-faktor lain.

Hubungan antar *hardiness* dan *problem focused coping* dengan stres akademik dapat digambarkan dalam persamaan garis regresi sesuai dengan hasil yang terdapat pada tabel berikut:

Tabel 10. Koefisiensi Persamaan Regresi

| Model | Koefisien Tidak Terstandar | Koefisien Terstandar | | t | Sig |
|------------------|----------------------------------|-------------------------|--------|--------|-------|
| | B | Standar Kesalahan | Beta | | |
| Konstan | 162.359 | 8.426 | | 19.268 | 0,000 |
| <i>Hardiness</i> | -0,840 | 0,189 | -0,510 | -4,445 | 0,000 |
| PFC | -0,535 | 0,150 | -0,408 | -3,558 | 0,001 |

Hasil nilai konstanta dari variabel bebas seperti pada tabel yaitu *hardiness* dan *problem focused coping* dapat memprediksi variasi yang terjadi pada variabel tergantung (stres akademik) melalui persamaan regresi yakni:

$$Y = a + bX_1 + cX_2$$

$$Y = 162.359 - 0,840X_1 - 0,535X_2$$

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Widiani, dkk., (2017) menunjukkan bahwa strategi *problem focused coping* berfungsi

untuk mengatur dan mengubah masalah penyebab stres, sedangkan penelitian yang dilakukan Putri dan Sawitri (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara Hardiness dengan stres akademik. Demikian juga dalam penelitian ini, didapat hasil yang sangat signifikan yakni *hardiness* dan *problem focused coping* memberikan kontribusi yang baik dalam menghadapi masalah stres akademik kepada mahasiswa magister profesi psikologi UNIKA Soegijapranata Semarang.

