

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Uji Asumsi

Uji asumsi pada penelitian ini ditempuh dengan uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan untuk melihat distribusi data populasi bersifat normal atau tidak normal, hal ini menjadi penentu metode yang digunakan untuk uji hipotesis. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *one sample Kolmogorov-Smirnov* pada SPSS for Windows versi 26, didapatkan nilai $p=0,000$ pada data stres akademik dan $p=0,066$ pada data dukungan sosial keluarga. Berdasarkan hasil tersebut, maka distribusi data stress akademik dikatakan tidak normal dan distribusi data dukungan sosial keluarga dikatakan normal. Data dikatakan memiliki distribusi yang normal ketika nilai $p>0,05$. Penelitian ini mengubah rencana penelitian pada BAB 3 yang menggunakan metode *Pearson Product Moment* karena data penelitian ini bersifat non-parametrik, sehingga uji hipotesis dilakukan dengan teknik korelasi *Spearman's rho*.

Pengujian hubungan linier antara stres akademik dengan dukungan sosial keluarga dilakukan dengan SPSS for windows versi 26. Data dikatakan linier apabila terjadi perubahan nilai pada satu variabel maka variabel lainnya juga mengalami perubahan. Berdasarkan uji linieritas yang dilakukan, didapatkan hasil nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan hubungan kedua variabel penelitian ini bersifat linier, data dikatakan linier ketika nilai $p < 0,05$.

5.2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis penelitian ini ditempuh dengan teknik korelasi *Spearman rho*, didapatkan hasil korelasi sebesar $-0,395^{**}$ dengan $p = 0,003$ ($p<0,01$). Interpretasi dari hasil pengujian tersebut adalah stres akademik memiliki

hubungan negatif yang signifikan dengan koefisien korelasi rendah antara dukungan sosial keluarga pada mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir. Artinya semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang diterima maka semakin rendah stres akademik pada mahasiswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga yang diterima mahasiswa maka semakin tinggi stres akademik yang dirasakan

5.3. Pembahasan

Hipotesis penelitian yang diajukan diterima yaitu, terdapat hubungan negatif signifikan dengan hubungan korelasi yang rendah antara dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir. Nilai korelasi menunjukkan hubungan yang rendah dikarenakan peneliti tidak mencantumkan status tempat tinggal dalam alat ukur, sehingga tidak dapat membedakan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga dengan mahasiswa yang tinggal di kost. Mahasiswa yang tinggal bersama keluarga mendapat dukungan sosial keluarga yang berbeda dengan mahasiswa yang tinggal sendirian di kos - kosan. Ketika mahasiswa tinggal bersama keluarga maka keluarga lebih mudah memberikan dukungan kepada mahasiswa, sedangkan keluarga pada mahasiswa yang tinggal di kos - kosan lebih sulit memberikan dukungan sosial karena durasinya terbatas dan tidak setiap saat keluarga bisa menghubungi melalui alat komunikasi. Selain itu, peneliti menggunakan tidak menggunakan kata "sesuai" pada pilihan jawaban tiap item, sedangkan variabel yang diteliti adalah variabel yang dirasakan maupun dialami. Kemudian, terdapat aspek yang memiliki jumlah *item* lebih banyak, sehingga data condong ke aspek yang memiliki lebih banyak item.

Sumbangan efektif yang diberikan dukungan sosial keluarga terhadap stres akademik sebesar 22,4%, sebanyak 77,6% dipengaruhi faktor-faktor lain dari stres akademik. Faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik menurut Smet (dalam Firnanda & Ibrahim, 2020) adalah kondisi individu yang meliputi kondisi fisik, status ekonomi serta kondisi psikologis. Kemudian karakteristik kepribadian berupa kecenderungan seseorang dalam merespon suatu masalah. Sosial kognitif berupa dukungan sosial yang dirasakan kemudian berdampak secara kognitif sebagai kontrol diri dalam menghadapi stres. Pada faktor dukungan sosial serta strategi koping. Faktor lain yang dapat mempengaruhi sumbangan efektifitas dukungan sosial keluarga terhadap stres akademik pada penelitian ini adalah kekompakan mahasiswa mengerjakan tugas akhir yang dilakukan bersama - sama di kampus. Penulisan skripsi di Jurusan Teknik Kimia ini dilakukan berkelompok dengan teman yang memiliki tema yang sama, namun hanya variabel - variabelnya saja yang berbeda. Hal tersebut dapat mempengaruhi motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi dan kesulitan yang dirasakan mahasiswa menjadi lebih ringan karena mahasiswa akan saling membantu dan terpacu dengan semangat teman - teman sebayanya yang giat mengerjakan skripsi. Faktor kekompakan mahasiswa dapat menurunkan stres mendukung hasil penelitian yang dilakukan Arifyanto (2020) yaitu pemberian layanan bimbingan kelompok dapat menurunkan stres akademik mahasiswa FKIP Universitas Halu Oleo. Jenis penelitian ini menggunakan *pre-experiment* dengan desain *one group pre-test and post-test* yang dilakukan pada 11 mahasiswa FKIP Universitas Halu Oleo.

Diketahui berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, bahwa stres akademik memiliki hubungan negatif dengan dukungan sosial keluarga

pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang diterima mahasiswa maka tingkat stres akademik yang dirasakan mahasiswa rendah dan semakin rendah dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi tingkat stres akademik. Menurut Saputri (2019), dukungan sosial keluarga adalah dukungan atau bantuan yang didapat dari keluarga atau orang terdekat yang saling berhubungan akrab secara sosial dengan individu penerima dukungan.

Aspek dukungan sosial keluarga dalam penelitian ini yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif yang berkaitan dengan stress akademik yang dirasakan mahasiswa. Aspek-aspek stres akademik yaitu aspek fisik, aspek emosional, aspek kognitif, dan aspek interpersonal. Aspek dukungan emosional keluarga mempengaruhi penurunan aspek emosional karena indikatornya saling berhubungan. *Item* aspek dukungan emosional pada variabel dukungan sosial keluarga menjadi solusi *item* aspek emosional pada variabel stres akademik. Indikator aspek dukungan emosional bertujuan seseorang merasa dipahami dan diterima keberadaan serta kondisinya sehingga dapat mengatasi permasalahan pada aspek emosional seperti penurunan kepercayaan diri dan perasaan negatif berupa gelisah, *mood* cepat berubah dan mudah tersinggung. Hal ini mendukung dengan pernyataan pada jurnal penelitian yang dilakukan oleh Sancahya & Susilawati (2014), aspek emosional yang diberikan keluarga berdampak positif pada evaluasi mahasiswa terhadap keberhargaan dirinya. Penelitian ini dilakukan pada 408 remaja akhir di Kota Denpasar. Dapat dikatakan kurangnya dukungan emosional yang diberikan akan menimbulkan rasa kecewa dan menghambat mahasiswa dalam mengembangkan potensinya untuk berprestasi.

Aspek dukungan penghargaan mempengaruhi aspek kognitif pada stres akademik karena indikator yang digunakan untuk menyusun item saling terkait. Dukungan penghargaan yang berupa ungkapan positif dan pernyataan menghargai sehingga menimbulkan dorongan dan dukungan karena pernyataan dinilai baik oleh seseorang. Pernyataan tersebut diproses secara kognitif oleh penerima dukungan yang selanjutnya seseorang memiliki perasaan positif terhadap dirinya sendiri dan memiliki cenderung meningkatkan produktivitasnya. Ketika produktivitas meningkat maka item aspek kognitif pada stres akademik menurun karena produktivitas merupakan indikator dari aspek kognitif. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Sarwono (dalam Surbakti, 2017), bahwa seseorang yang merasa dihargai dan memiliki harga diri tinggi maka memiliki kecenderungan untuk berprestasi dalam hal akademik. Sehingga dapat diartikan bahwa mahasiswa yang memiliki perasaan rendah diri akan memiliki pemikiran negatif mengenai diri sendiri dan merasa tidak mampu menyelesaikan skripsi.

Aspek dukungan instrumen dikaitkan dengan aspek fisik karena indikatornya saling berhubungan. Ketika secara fisik seseorang tidak mampu mengerjakan beberapa pekerjaan sekaligus, maka seseorang tersebut membutuhkan bantuan dalam bentuk tenaga untuk mendapatkan uang atau barang yang diperlukan seseorang. Namun dalam dukungan instrumen ini pemberi bantuan bisa juga secara langsung memberikan hal yang diperlukan seseorang baik dalam bentuk tenaga, barang atau uang. Dukungan ini mengacu pada bantuan secara langsung dengan memecahkan masalah nyata tertentu sehingga dapat mengurangi beban mahasiswa yang masih memiliki tanggung jawab menyusun skripsi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Pratiwi & Laksmiwati (2012) yaitu pemberian dukungan instrumental akan membantu

individu dalam melaksanakan kegiatannya sehingga mampu mengurangi ketidakmampuan individu dalam melakukan pekerjaannya.

Aspek dukungan informatif berkaitan dengan hubungan interpersonal, karena dukungan informatif diberikan melalui komunikasi yang dilakukan antara penerima dan pemberi dukungan. Sehingga apabila mahasiswa tidak mendapatkan dukungan informatif dari orang disekitarnya, maka kemungkinan mahasiswa cenderung memiliki hubungan interpersonal yang kurang baik dengan lingkungannya. Peran hubungan interpersonal bagi mahasiswa sangat berpengaruh dalam memberikan dukungan sosial bagi sesamanya ketika memberikan informasi yang dapat membantu mahasiswa menemukan titik terang dari permasalahan dalam menyusun skripsi. Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh Johnson dan Johnson (Handono & Bashori, 2013) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan makna dari hadirnya orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan, dan penerimaan apabila individu yang bersangkutan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Penelitian ini bukan merupakan penelitian yang sempurna, karena penulis menyadari adanya beberapa kekurangan atau kelemahan penelitian, yaitu:

- a. Jumlah *item* dalam kuesioner tidak sama, sehingga data yang dihasilkan condong ke aspek yang memiliki item lebih banyak.
- b. Peneliti tidak mencantumkan status mahasiswa yang tinggal bersama keluarga atau tinggal sendirian. Akibatnya hubungan antar variabel rendah karena adanya perbedaan dukungan sosial keluarga yang diterima mahasiswa yang tinggal bersama keluarga dengan mahasiswa yang tinggal sendirian di kos - kosan.

- c. Penggunaan kata setuju pada pilihan jawaban tiap item dinilai kurang tepat karena artinya responden menunjukkan sikap terhadap setuju atau tidaknya pernyataan.

