

BAB 5

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil penelitian

5.1.1 Uji Asumsi

Berdasarkan data yang didapat, setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas proses selanjutnya adalah melakukan uji asumsi. Pengujian ini dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran item yang digunakan berdistribusi normal atau tidak. Untuk uji asumsi terdapat dua jenis tahap yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Apabila hasil data berdistribusi normal dan linear, maka selanjutnya akan dilakukan uji korelasi *Product-Moment* untuk menganalisis hipotesis.

1. Uji Normalitas

Stres Akademik Dalam Pembelajaran *Online*

Uji normalitas pada skala stres akademik dalam pembelajaran *online* dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z* dan didapatkan hasil sebesar 0,786 dengan p sebesar 0,566 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

Self-Efficacy

Uji normalitas pada skala *self-efficacy* dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z* dan didapatkan hasil sebesar 1,083 dengan p sebesar 0,191 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang linear antara *self-efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa dalam pembelajaran *online*. Dasar pengambilan keputusan adalah dengan melihat Hasil Flinier= 74,577 dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang mengartikan bahwa terdapat hubungan yang linier antara *self-efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa dalam pembelajaran *online*

5.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *Product-Moment*. Tujuan dari pengujian hipotesis ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa dalam pembelajaran *online*. Dari pengolahan data SPSS didapatkan hasil r_{xy} sebesar -0,657 dengan taraf signifikansi 0,00 ($p < 0,01$). Maka dari hasil perhitungan ini dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self-efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa dalam pembelajaran *online*.

Berdasarkan hasil perhitungan juga didapatkan hasil sumbangan efektif *self-efficacy* terhadap stres akademik adalah sebesar 43,2% sedangkan untuk 56,8% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain. Selain itu, dalam penelitian ini peneliti juga mengecek perbedaan tingkat stres antara mahasiswa laki-laki dan perempuan menggunakan teknik komparatif *independent sample t-test*. Dari hasil pengolahan data yang terdiri dari 47 responden laki-laki dan 53 responden perempuan diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi yang didapat adalah 0,563 ($p > 0,05$). Maka dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan stres akademik antara laki-laki dan perempuan.

Selain itu, peneliti juga melakukan kategorisasi skor pada kedua variabel. Berdasarkan perhitungan Mean, Standar Deviasi Empirik dan Hipotetik pada variabel stres akademik didapatkan hasil $M_E=38,97$ dan $SD_E= 6,24$, sedangkan $M_H=45$ dan $SD_H=9$. Berdasarkan angka ini, dapat diketahui bahwa M_E lebih kecil dari M_H , akan tetapi jarak antara M_E dan M_H tidak melebihi 1 SD. Untuk itu, dapat dikatakan bahwa subjek penelitian memiliki tingkat stres akademik sedang.

Begitu juga untuk variabel *self-efficacy* yang memiliki $M_E=33,12$ dan $SD_E=4,25$ sedangkan $M_H=35$ dan $SD_H=7$. Hal ini menunjukkan bahwa M_E lebih rendah daripada M_H dan jarak antara M_E dengan M_H tidak melebihi 1 SD, sehingga dapat dikatakan bahwa subjek juga memiliki *self-efficacy* sedang. Setelah mendapatkan hasil deskripsi data penelitian, maka dapat dilakukan pengkategorisasian skor kedua variabel. Kategorisasi didasarkan pada nilai mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik pada masing-masing subjek dengan rumus sebagai berikut :

1. $X < \text{Mean} - 1 \text{ SD} = \text{Rendah}$
2. $\text{Mean} - 1 \text{ SD} < X < \text{Mean} + 1 \text{ SD} = \text{Sedang}$
3. $\text{Mean} + 1 \text{ SD} > X = \text{Tinggi}$

Berlandaskan norma di atas maka pengkategorisasian untuk variabel *Self-Efficacy* adalah sebagai berikut :

1. $X < 28 = \text{Rendah}$
2. $28 < X < 42 = \text{Sedang}$
3. $X > 42 = \text{Tinggi}$

Sedangkan norma pengkategorisasian untuk stres akademik adalah sebagai berikut :

1. $X < 36$ = Rendah
2. $36 < X < 54$ = Sedang
3. $X > 54$ = Tinggi

5.3 Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *Product-Moment* dan menggunakan data yang telah dikoreksi dengan *part-whole*, yang bertujuan agar nilai yang didapat murni dan tidak akan terjadi kelebihan bobot / *overweight*. Telah diperoleh hasil bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima, yaitu adanya hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dengan stres akademik pada mahasiswa dalam situasi pembelajaran *online*. Hal ini ditunjukkan pada hasil r_{xy} sebesar -0,657 dengan taraf signifikansi 0,00 ($p < 0,01$). Hal ini juga menunjukkan bahwa *self-efficacy* dapat mempengaruhi tingkat stres akademik seseorang, dimana semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dirasakan begitu juga sebaliknya.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Miyono, Muhdi, Nyoman, dan Wuryani, 2019 yang menyatakan bahwa ada hubungan antara *self-efficacy* dengan stres akademik, dengan derajat korelasi sebesar -0,703 yang dapat dikategorisasikan dalam derajat kuat. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian (Avianti, Setiawan, Lutfianawati, & Putri, 2021) yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara *self-efficacy* dengan stres akademik yang ditunjukkan dengan hasil derajat korelasi sebesar -0,616 dengan $p = 0,00$ ($p < 0,05$).

Dari hasil pengkategorisasian yang telah dilakukan peneliti diperoleh hasil bahwa tingkat stres akademik mahasiswa tergolong sedang dan tingkat *self-efficacy* nya juga sedang. Hal ini terjadi karena meskipun mahasiswa TP Angkatan 2019 merasa stres di masa pembelajaran *online* namun, mereka memiliki daya kompetitif yang cukup baik sehingga dalam menghadapi tuntutan yang berat mereka tetap yakin dan berusaha untuk bisa menyelesaikannya. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa stres akademik yang mereka rasakan bersifat periodik saja.

Selain itu, hasil analisis yang telah dilakukan peneliti juga dapat dibuktikan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor yang mampu mempengaruhi stres akademik. Hal ini dibuktikan bahwa variabel *self-efficacy* memberikan sumbangan efektif sebesar 43,2% terhadap stres akademik, sedangkan untuk 56,8% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti pola pikir, kepribadian, pelajaran yang lebih padat, tekanan untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, dan orangtua yang saling berlomba yang telah disampaikan oleh Barseli dkk. (2017). Sumbangan yang diberikan oleh *self-efficacy* cukup besar yaitu 43,2%, hal ini karena *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap kapasitas diri dalam menjalankan tugas-tugas kehidupannya sesuai dengan status sosialnya. Melalui hasil sumbangan efektif yang diberikan oleh *self-efficacy*, juga dapat menjadi salah satu alasan yang menunjukkan bahwa tingginya korelasi antara *self-efficacy* dengan stres akademik.

Untuk hasil uji perbedaan tingkat stres akademik antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang telah dilakukan menggunakan teknik komparatif *t-test*, didapatkan hasil bahwa antara mahasiswa laki-laki dan perempuan tidak

ditemukan adanya perbedaan yang signifikan terhadap stres akademik yang dirasakan dalam situasi pembelajaran *online*. Hal ini ditunjukkan dari skor uji t yang didapat, yaitu $t = -1,427$ dengan nilai signifikansi $p = 0,563$ ($p > 0,05$). Untuk itu dapat dikatakan bahwa memang tidak ada perbedaan stres akademik antara laki-laki dan perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Hafifah, Widiani, dan Rahayu, 2017 yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa laki-laki dan perempuan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggaldegi Malang. Penelitian tersebut didukung juga oleh penelitian dari Sagita, Fairuz, dan Aisyah, 2021 bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi sebesar $0,558$ ($p > 0,05$).

Berdasarkan uraian diatas, tentunya penelitian ini tidak luput dari segala kekurangan dan kelemahan yang dilakukan oleh peneliti yaitu seperti penggunaan *grand theory* dengan tahun yang lama pada variabel stres akademik dan *self-efficacy sehingga* akibatnya teori yang digunakan menjadi kurang *update* untuk saat ini. Pada uji coba skala, peneliti juga melakukan kesalahan dengan mengambil subjek secara random dari fakultas yang berbeda-beda, sehingga tentunya hal ini mempengaruhi jumlah item yang gugur dan valid dalam skala yang digunakan. Pada saat menyebar *google form* peneliti juga mencantumkan identitas berupa nama / inisial dari subjek yang seharusnya tidak perlu untuk dicantumkan sehingga kerahasiaan data dari responden lebih terjaga. Selain itu, penyebaran kuesioner menggunakan *google form* ternyata juga membutuhkan waktu yang lebih lama dibandingkan penyebaran secara manual untuk memperoleh data penelitian.