

## BAB 5

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1. Hasil Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji korelasi *Product Moment* atau korelasi *Pearson*. Setelah semua data penelitian diperoleh, peneliti akan melakukan uji asumsi terlebih dahulu.

##### 5.1.1. Uji Asumsi

Uji asumsi pada penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji linieritas. Melalui uji normalitas maka akan diketahui apakah distribusi kedua variabel pada penelitian tersebar secara normal atau tidak dan apakah populasi yang digunakan representative atau tidak. Uji normalitas dan uji linieritas menggunakan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 23.0*.

##### 1. Uji Asumsi Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data terdistribusi secara normal atau tidak. Pengujian normalitas yang digunakan adalah prosedur analisis *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Distribusi dikatakan normal apabila probabilitas (signifikansi) lebih besar dari 0,05.

##### a) Skala *Self-Disclosure*

Pengujian normalitas pada skala *Self-Disclosure* menggunakan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 23.0* menunjukkan hasil nilai  $K-SZ=0,853$  dan nilai  $p= 0,461$  ( $>0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi

secara normal. Hasil perhitungan lengkap SPSS dapat dilihat di lampiran E-1.

b) Skala *Stress of DASS*

Pengujian normalitas pada skala DASS menggunakan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 23.0* menunjukkan hasil nilai  $K-SZ=0,722$  dan nilai  $p=0,674$  ( $>0,05$ ) yang berarti data terdistribusi secara normal. Hasil perhitungan lengkap SPSS dapat dilihat di lampiran E-1.

## 2. Uji Asumsi Linieritas

Pengujian linieritas merupakan tahapan yang digunakan bila terdapat hipotesis hubungan yang positif atau negatif serta melihat seberapa erat hubungan antara variabel tergantung dan variabel bebas (Priyanto, 2018). Berdasarkan pengujian menggunakan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 23.0* hasil yang diperoleh adalah nilai  $F$  linier= 1,132 (dengan  $p<0,05$ ) maka hal itu berarti hasil linier antara variabel *Self-disclosure dan Stress of DASS*. Hasil perhitungan lengkap dapat dilihat pada lampiran (Lampiran F-2).

### 5.1.2. Uji Hipotesis

Setelah memenuhi uji asumsi, maka langkah selanjutnya adalah menguji hipotesis dengan *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 23.0* menggunakan metode *Product Moment Pearson*. Koefisien korelasi *Product Moment* antara *Self-Disclosure* dengan *Stress* menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ )  $r_{xy}= 0,096$  dengan

$p=0,476$  (dengan  $p>0,05$ ) yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-disclosure* dengan stres.

## 5.2. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *Self-disclosure* dan stress mahasiswa pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil pengujian koefisien korelasi menunjukkan ( $r$ ) sebesar 0,096 dengan taraf signifikansi ( $p$ ) 0,476 ( $p>0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara *Self-disclosure* dengan stress mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Hipotesis yang diajukan peneliti tidak diterima.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryaningsih (2013) membuktikan bahwa stress dipengaruhi dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor pribadi dan faktor situasi. Kepribadian merupakan salah satu dari faktor pribadi yang dapat mempengaruhi stress. *Self-disclosure* merupakan salah satu karakteristik kepribadian yang dapat mempengaruhi stres.

Mahasiswa akan memanfaatkan waktu luang saat sebelum bimbingan atau sesudah bimbingan untuk bertemu dengan teman sebaya, teman senasib, teman seperjuangan untuk sekedar curhat atau *sharing*. Tidak hanya itu saja, ketika seseorang bisa melakukan *self-disclosure* maka bisa menurunkan ketegangan atau stres.

Sumbangan efektif dalam penelitian ini menunjukkan nilai 11,9% yang berarti *self-disclosure* tidak menjadi faktor utama yang menyebabkan turunnya stress pada mahasiswa saat menyusun skripsi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gamayanti (2018) menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang berpengaruh terhadap menurunnya tingkat stress antara lain *self-efficacy*,

*self-esteem*, kemungkinan jumlah subjek yang tidak representatif dan regulasi emosi.

### **5.3 Keterbatasan Penelitian**

Secara keseluruhan proses pelaksanaan penelitian ini berjalan dengan lancar dan hasilnya sesuai dengan yang diharapkan peneliti, walaupun demikian penelitian juga menemukan keterbatasan yang ada dalam penelitian ini yaitu pada saat pelaksanaan pengambilan data penelitian, subjek yang ditemukan sedang melakukan berbagai aktivitas. Aktivitas yang dilakukan seperti mengobrol dengan teman, sedang menunggu bimbingan dengan dosen pembimbing, sedang membuka laptop, dan duduk memegang ponsel. Hal tersebut membuat subjek kurang fokus saat mengisi skala. Selain itu, lokasi peneliti menjumpai subjek bisa dimana saja seperti di kantin, gazebo, tangga fakultas dan parkir. Hal itu membuat subjek mudah terdistraksi dengan lingkungan sekitar yang ramai.