

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil Penelitian

5.1.1. Deskripsi Responden Penelitian

Berikut ini adalah hasil uji deskriptif masing-masing variabel penelitian:

Tabel 5.1. Deskriptif Variabel Dukungan Sosial

Variabel	Mean	Var	SD	Item	Skor Terendah	Skor Tertinggi
Dukungan Sosial	65,53	33,3	5,8	20	53	79

Tabel 5.2. Deskriptif Variabel Stres

Variabel	Mean	Var	SD	Item	Skor Terendah	Skor Tertinggi
Stres	25,15	28,6	5,4	20	13	41

Pada penelitian ini menggunakan rumus untuk menentukan tingkat dukungan sosial dan tingkat stres pada responden penelitian. Adapun rumus yang digunakan sebagai berikut:

Tabel 5.3. Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus	Dukungan Sosial	Stres
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 71,3$	$X < 30,6$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$71,3 \leq X < 59,7$	$30,6 \leq X < 19,8$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$59,7 \leq X$	$19,8 \leq X$

Berdasarkan rumus dan konversi rumus yang telah peneliti gunakan, maka peneliti melanjutkan uji frekuensi terhadap kategorisasi masing-masing variabel.

Berikut di bawah ini adalah tabel hasil uji frekuensi kategori:

Tabel 5.4. Frekuensi Kategori Masing-masing Variabel

Kategori	Variabel			
	Dukungan Sosial		Stres	
	Jumlah	Presentase	Jumlah	Presentase
Rendah	2	5%	26	65%
Sedang	32	80%	13	32,5%
Tinggi	6	15%	1	2,5%
Total	40	100%	40	100%

5.1.2. Uji Asumsi

Syarat utama sebelum melakukan uji hipotesis adalah dengan melakukan uji asumsi. Ada pun yang termasuk ke dalam uji asumsi yaitu, uji normalitas dan linearitas. Uji normalitas dilakukan demi mengetahui persebaran *item* alat ukur normal atau tidak, kemudian uji linearitas dilakukan demi mengetahui hubungan antar variabel yang dianalisis linear atau tidak.

5.1.3. Uji Normalitas

5.1.3.1. Normalitas Variabel Dukungan Sosial

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui normal atau tidak persebaran pada *item* yang didapatkan dari skala dukungan sosial. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan SPSS for windows versi 28. Uji normalitas didapat dengan menggunakan metode *Shapiro Wilk*, dikarenakan sampel berjumlah kecil. Data dikatakan berdistribusi normal saat nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Saphiro Wilk*, dapat diperoleh hasil nilai p sebesar 0,604 ($p > 0,05$) pada variabel dukungan sosial, yang berarti hasil dari persebaran data pada skala dukungan sosial penelitian ini berdistribusi normal. Hasil perhitungan dapat dilihat pada lampiran E.

5.1.3.2. Normalitas Variabel Stres

Hasil uji normalitas variabel stres dengan menggunakan *Saphiro Wilk*, memperoleh hasil sebesar 0,293 ($p > 0,05$). Sehingga hasil yang didapat berdasarkan dari persebaran data pada skala stres penelitian ini berdistribusi normal.

5.1.3. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan agar dapat mengetahui adanya hubungan antar variabel terkait linear atau tidak. Sebuah variabel dapat dikatakan linear jika memiliki nilai *Deviation from linearity* $> 0,05$, dan jika nilai signifikansi *linearity sig* $< 0,05$.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan saling diujikan yaitu, variabel stres sebagai variabel *dependent*, sedangkan variabel dukungan sosial sebagai variabel *independent*.

Berdasarkan hasil uji linearitas yang sudah dilakukan pada penelitian ini, diperoleh nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,002 kurang dari 0,05, dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,540 atau lebih besar dari 0,05. Hasil dari uji linearitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa antara variabel stres dan variabel dukungan stres berdistribusi linear, yang artinya antara variabel terdapat hubungan yang linear.

5.2. Hasil Penelitian

5.2.1 Uji Hipotesis

Uji hipotesis baru dapat dilakukan setelah peneliti melakukan uji asumsi. Pada uji hipotesis penelitian ini, peneliti menggunakan korelasi *pearson*. Uji hipotesis ini dilakukan demi mengetahui terdapat atau tidaknya hubungan antara variabel stres dan variabel dukungan sosial pada pasien *Covid-19*. Variabel

penelitian dapat dikatakan memiliki hubungan ketika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($\text{sig} < 0,05$).

Berdasarkan hasil uji korelasi penelitian antar variabel dukungan sosial dan dukungan stres, didapatkan nilai hasil $r = -0,380$ dan nilai $\text{sig} = 0,016$ ($\text{sig} < 0,05$). Dengan hasil ini dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada pasien *Covid-19* yang signifikan. Data perhitungan dapat dilihat pada lampiran.

5.2.2. Uji Tambahan

Peneliti melakukan uji tambahan berupa uji korelasi antara aspek-aspek dukungan sosial dengan stres. Hasil Uji korelasi tersebut menunjukkan aspek dukungan emosi memperoleh nilai korelasi $-0,346$, dukungan informatif memperoleh nilai korelasi $-0,319$, dukungan penghargaan memperoleh nilai korelasi $-0,330$, dan dukungan instrumental memperoleh nilai korelasi $-0,338$ dengan hubungan korelasi yang signifikan. Hasil uji tambahan pada penelitian ini dapat dilihat pada lampiran.

5.3. Pembahasan

Berdasarkan dari uji hipotesis penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan analisa korelasi *pearson*, telah mendapatkan nilai hasil $r = -0,380$ dengan nilai $\text{sig} = 0,016$ ($\text{sig} < 0,05$). Melihat dari hasil uji yang didapatkan oleh peneliti telah diperoleh nilai $\text{sig} 0,0016$ ($\text{sig} < 0,05$), maka hasil uji menunjukkan terdapat adanya hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada pasien *Covid-19*.

Dalam penelitian ini nilai $r = -0,380$ yang berarti terdapat hubungan signifikan yang negatif antara variabel stres dan dukungan sosial. Sehingga

semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin rendah tingkat stres yang dialami oleh pasien *Covid-19*.

Berdasarkan dari hasil uji hipotesis yang didukung dengan dilakukan uji linearitas pada penelitian ini, membuktikan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan stres pada pasien *Covid-19* di Kota Semarang. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Casale dan Wild (2013) pada penderita HIV/AIDS, dan mendapatkan hasil serupa bahwa dukungan sosial mampu menghasilkan dampak positif kepada kesehatan mental. Dampak positif yang dihasilkan dapat berupa meningkatnya strategi individu tersebut dalam menghadapi stres, seperti mencari dukungan dari orang lain sehingga individu dapat menghadapi *stressor*. Terdapat pula penelitian oleh Andharini dan Nurwidawati (2015) tentang dukungan sosial dan stres pada siswa akselerasi, siswa yang menerima dukungan sosial yang tinggi mengalami stres lebih rendah dari pada siswa yang menerima dukungan sosial yang rendah.

Hou (2020) mengungkapkan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang berperan dalam melindungi kesehatan psikologis. Penelitiannya yang dilakukan di Changzi, China tentang pentingnya dukungan sosial pada mahasiswa yang tengah stres tengah masa pandemi *Covid-19*. Penelitiannya dapat membuktikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan. Ucihno (2019) melakukan penelitian serupa tentang dukungan sosial dan stres kepada pasien dengan penyakit kardiovaskular di Amerika Serikat, bahwa dukungan sosial dan stres adalah dua hal yang tak bisa dihindari. Sebab dukungan sosial juga berhubungan dengan mekanisme biologis manusia, yang mana itu adalah sistem oksitosin muncul sebagai proses yang menghubungkan dengan seluruh sistem biologis

yang relevan dengan kesehatan tubuh lainnya. Harandi (2017) menegaskan bahwa adanya dukungan secara sosial kepada individu yang tengah menghadapi peristiwa penuh tekanan, dapat bermanfaat membantu mengurangi tekanan pada psikologis dan fisik individu tersebut.

Dukungan sosial dapat memberikan rasa nyaman baik secara fisik atau psikologis, dan merupakan bagian dari komunikasi yang saling berkaitan antara keluarga, orang terdekat, teman, lingkungan, dan masyarakat (Taylor, 2018). Harandi (2017) Dukungan sosial dapat menjadi faktor yang mampu mencegah atau meringankan tekanan yang dirasakan para pasien ketika menjalani perawatan.

Dukungan sosial mencakup dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental. Pada pasien yang mengalami stres akibat tekanan dan masalah, dengan adanya dukungan sosial, maka hal ini mampu mengurangi stres yang dirasakan ketika masa pemulihan. Dengan adanya dukungan sosial juga dapat membangkitkan semangat pasien yang sedang berusaha untuk bangkit dari masalah dan tekanan yang dihadapinya. Dukungan sosial bisa menjadi solusi atas permasalahan dan kebingungan yang tengah dirasakan oleh para pasien yang sedang menjalani masa karantina. Dukungan sosial juga berguna untuk menolong, dan menyelesaikan permasalahan dan segala tekanan yang didapatkan selama masa karantina sehingga dapat cepat terselesaikan dan teratasi.

Pada aspek dukungan sosial terdapat dukungan emosional, yaitu dukungan sosial yang berbentuk rasa kepedulian, empati, dan perhatian. Sehingga ketika pasien *Covid-19* menerima dukungan dalam bentuk perhatian,

empati, dan kepedulian dari orang terdekat atau masyarakat selama menjalani perawatan, dengan ini gejala stres atau tekanan yang dialaminya seperti pada gejala kognisi yang ditandai dengan cemas akibat memikirkan kematian diri sendiri atau orang lain, dibayang-bayangi oleh penyakit yang tak lekas sembuh dan virus yang tak kunjung hilang. Bila mendapatkan dukungan emosional maka pasien yang mengalami stres gejala kognisi menjadi tidak cemas lagi dalam menjalani dan menyelesaikan perawatan karena menerima dukungan emosional. Pasien *Covid-19* yang mengalami stres dengan gejala emosi, ditandai dengan mudah marah, cemas berlebih, selalu merasa sedih, ketika mendapatkan dukungan emosional akan menjadi lebih tenang dan emosi yang sebelumnya terganggu karena memikirkan keluarga di rumah hingga berujung cemas, sedih, dan mudah marah akan berangsur menurun. Pada pasien *Covid-19* yang mengalami stres dengan gejala fisik, ditandai dengan naiknya asam lambung, pola tidur terganggu setelah menerima dukungan emosional, maka dengan itu asam lambung yang dirasakannya, serta gangguan tidur yang diakibatkan karena jenuh menjalani karantina berangsur membaik. Dukungan emosional juga bermanfaat apabila diterima oleh pasien *Covid-19* yang mengalami stres dengan gejala tingkah laku, yang mana pasien *Covid-19* dalam masa perawatan atau karantina akan sangat sulit bekerja sama dengan orang lain, lalainya tanggung jawab, dan hilangnya minat untuk melakukan aktivitas yang ia sukai. Setelah mendapatkan dukungan emosional dalam bentuk perhatian, kepedulian dan empati, maka tugas-tugas, dan tanggung jawabnya akan terasa lebih ringan, serta minatnya yang hilang akan berangsur kembali lagi, sebab mendapatkan empati juga kepedulian dari orang terdekat.

Dukungan informasi masuk juga ke dalam salah satu aspek dukungan sosial yang berupa dukungan dalam bentuk pemberian petunjuk atau informasi, saran, nasihat, dan respons positif yang berkaitan dengan situasi atau kondisi yang sedang dialami. Pada pasien *Covid-19* dengan stres yang ditandai gejala kognisi seperti konsentrasi yang menurun hingga kebingungan dan tidak fokus dalam memahami prosedur perawatan yang dijalannya. Setelah pasien mendapatkan dukungan berupa informasi, petunjuk mengenai penyakit dan prosedur apa saja yang harus dilakukan ketika menjalani perawatan atau karantina, maka dengan begitu kebingungan akibat tidak fokusnya dalam memahami prosedur perawatan menjadi berangsur teratasi. Pada pasien *Covid-19* yang mengalami stres dengan gejala emosi, apabila mendapatkan dukungan informasi yang semula emosinya terganggu dan menjadi mudah marah akibat kesulitan memahami prosedur medis yang dijalannya, cemas, dan selalu merasa sedih ketika mendapatkan respons positif dari orang terdekat, menerima saran, informasi dan petunjuk, maka hal ini dapat berdampak pada mencegah stres yang dialami semakin berat, dan semakin berangsur berkurang.

Dalam dukungan sosial terdapat dukungan penghargaan, dukungan yang mampu memberikan dorongan kepada individu agar kepercayaan dirinya meningkat. Dukungan penghargaan yang berupa pujian, pemberian semangat. Pasien *Covid-19* yang mengalami stres gejala kognisi yang ditandai dengan rendahnya harga diri, cemas dan takut tak kunjung sembuh, serta dibayangkan-bayangi kematian. Apabila mendapatkan dukungan penghargaan berupa pemberian semangat, serta pujian, maka pasien yang awal mula merasa rendah harga diri menjadi lebih percaya diri, dan yakin untuk sembuh, serta pasien juga akan semakin bersemangat untuk bisa dan segera sembuh tanpa cemas dan takut

dengan bayang-bayang kematian. Pada pasien *Covid-19* yang mengalami stres dengan gejala emosi yang semula mudah marah akibat jenuh tak lekas dipulangkan dari karantina, atau merasa sedih sebab penyakitnya tak bersangsur pulih. Apabila mendapatkan dukungan penghargaan maka pasien yang semula emosinya terganggu hingga mudah marah, dan merasa sedih akibat tak lekas membaik, semangatnya akan meningkat, dan yakin dengan kesembuhannya. Pada pasien yang mengalami stres dengan gejala tingkah laku, apabila menerima dukungan penghargaan berupa pemberian semangat serta pujian, pasien yang semula hilang minat menjalani rutinitas yang terbatas selama karantina, lalai dengan tugas serta tanggung jawab, maka dapat menumbuhkan semangat baru.

Dukungan instrumental menjadi aspek terakhir dari dukungan sosial, yang mana dukungan ini berbentuk bantuan atau pertolongan secara langsung. Dukungan jenis ini bermanfaat secara langsung dapat membantu pasien yang dihadapkan masalah dengan cepat. Apabila pasien *Covid-19* yang mengalami stres dengan gejala tingkah laku hingga menyebabkan lalainya tanggung jawab akan tugas, serta sulit bekerja sama dengan orang lain. Begitu mendapatkan dukungan berupa bantuan atau pertolongan secara langsung, pasien yang awalnya terbatas dalam menyelesaikan tanggung jawab dan tugasnya akan menjadi lebih terbantu teringankan. Pada pasien yang mengalami stres dengan gejala emosi, yang ditandai dengan mudah marah, sedih, dan cemas akibat disebabkan oleh keterbatasan ruang gerak akibat harus menjaga jarak dan isolasi. Apabila mendapatkan dukungan instrumental, akan menjadi lebih tenang, dan terbantu, sehingga tidak mudah marah, cemas, dan sedih akibat kesulitan menjalani beberapa tugas atau aktivitas yang terbatas karantina.

Hasil penelitian yang dilakukan ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Sari dan Wardani (2017) tentang dukungan sosial dan tingkat stres orang dengan HIV/AIDS, mendapatkan hasil uji statistik dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Hasil dari penelitian tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan stres. Dengan mendapatkan dukungan sosial dari masyarakat maka akan berdampak dalam mengurangi tingkat stres yang dialami oleh individu tersebut.

Berdasarkan data yang telah didapatkan oleh peneliti tercatat bahwa pasien mengalami stres tinggi sebesar 2,5%, sedang 32,5%, dan stres rendah sebesar 65%. Oleh karena itu masih terdapat pasien yang mengalami stres sedang, sehingga pemberian dukungan sosial masih sangat diperlukan untuk membantu mengurangi stres pada pasien. Melihat hasil data tercatat pasien yang menerima dukungan sosial rendah sebesar 5%, sedang 80%, dan dukungan sosial tinggi sebesar 15%. Dari hasil data tambahan pada indikator-indikator dukungan sosial, peneliti menemukan sebesar 20,9% pada dukungan informatif, yang mana terbilang paling rendah dibandingkan dengan indikator dukungan sosial lainnya.

Secara komprehensif dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki sumbangan efektif sebesar 21,9%. Sedangkan 78,1% dipengaruhi faktor-faktor lain diantaranya karakteristik kepribadian, budaya, ekonomi, variabel lain pada diri individu meliputi; intelegensi, pendidikan, control pribadi, strategi coping, genetic, keluarga (Smet, 1994).

5.4. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini secara menyeluruh dapat berjalan baik, namun tak menutup juga terdapat kendala yang dapat memengaruhi jalannya penelitian. Terdapat beberapa keterbatasan yaitu sebagai berikut:

- a. Situasi yang terjadi ketika berjalannya proses penelitian tidaklah sama dan berkurang dengan situasi yang terjadi pada saat ini.
- b. Kurangnya pengawasan secara langsung dalam pengambilan data karena *Covid-19*, yang mana membuat penelitian ini dilakukan secara *online*, dan membuat beberapa responden tidak dapat bertanya secara langsung kepada peneliti ketika menghadapi pertanyaan yang kurang dipahami.
- c. Penelitian ini menggunakan metode *try out* terpakai dan menjadi kelemahan pada penelitian ini sebab tidak dapat di generalisasikan. Penelitian ini tidak dapat diberlakukan pada penelitian lain, dan alat ukur hanya berlaku untuk penelitian ini. Sehingga untuk penelitian selanjutnya, haruslah melakukan uji coba alat ukur kembali demi mengetahui adanya hubungan antar variabel.