

BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data distribusi yang telah didapatkan normal ataupun tidak normal.

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Z* dengan menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) 25 for Windows*.

Berdasarkan uji normalitas pada kecemasan menjelang penyajian diperoleh nilai K-S $Z = 0,623$ dengan nilai $P > 0,05$, yang artinya sebaran data kecemasan menjelang tampil penyajian berdistribusi normal. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran D.

Berdasarkan uji normalitas pada dukungan sosial diperoleh nilai K-S $Z = 0,981$ dengan nilai $P > 0,05$, memiliki arti sebaran data dukungan sosial teman berdistribusi normal. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran D.

b. Uji Linearitas

Tujuan dari uji linieritas adalah untuk mengetahui apakah variabel terikat dan variabel bebas berada dalam hubungan linier. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan teknik uji F dengan menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) 25 for Windows*.

Berdasarkan uji linearitas antara kecemasan menjelang penyajian dengan dukungan sosial teman diperoleh nilai Flinier = 3,789 dengan $P < 0,05$, Dua variabel dikatakan memiliki hubungan linear apabila nilai $p < 0,05$. Nilai p menunjukkan 0,062 ($p > 0,05$), maka dari itu disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan linear antara variabel dukungan sosial teman dengan kecemasan menjelang penyajian, artinya korelasi antara dua variabel tersebut bersifat tidak linear. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran D.

5.1.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) 25 for Windows*. Uji hipotesis korelasi kecemasan menjelang penyajian dengan dukungan sosial teman diperoleh nilai $r_{xy} = -0,320$ dengan Pvalue 0,042 ($p < 0,05$), artinya ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan menjelang tampil penyajian dengan dukungan sosial teman, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial teman, maka semakin rendah kecemasan menjelang penyajian dan sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman, maka

semakin tinggi kecemasan menjelang penyajian. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil lengkap dapat dilihat pada lampiran E.

5.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dijelaskan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan menjelang penyajian dengan dukungan sosial teman. Hal ini dapat dilihat dari nilai $r_{xy} = -0,320$ dengan Pvalue 0,042 ($p < 0,05$), yang artinya semakin tinggi dukungan sosial teman, maka semakin rendah kecemasan menjelang penyajian. Dengan demikian hipotesis penelitian ini diterima. Sumbangan efektif yang didapatkan dalam penelitian ini adalah 10,24% yang berarti tingkat kecemasan yang ditunjukkan rendah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih & Mu'in, (2013, h.116) yaitu ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman dan kecemasan. Dukungan sosial teman dapat mempengaruhi kecemasan melalui mekanisme pertahanan terhadap kecemasan, mengurangi kemungkinan kejadian yang membuat stres, mengurangi intensitasnya, dan mengubah persepsi seseorang agar lebih mudah beradaptasi dengan situasi baru dan asing meningkat. Hasil yang telah diperoleh diperkuat dengan teori yang dikemukakan oleh Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greeny (2005, h. 180) bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan adalah faktor

sosial dan lingkungan. Ini termasuk paparan peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respons ketakutan pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial. Umumnya individu membutuhkan bantuan orang lain sebagai dukungan bagi dirinya sendiri ketika menghadapi masalah.

Baron, R. A., & Byrne (2005, h. 245) mengatakan bahwa hahkan bersama orang lain atau hewan peliharaan dapat mengurangi kecemasan. Menerima dukungan sosial dapat membantu orang merasa tenang, diperhatikan, percaya diri, dicintai, dan kompeten. Masih dalam Baron, R. A., & Byrne (2005, h. 245) juga mengungkapkan jika selain dapat mengurangi emosi negatif (kecemasan mental), dukungan sosial juga dapat mengurangi masalah kesehatan (kecemasan fisik). Berhubungan dengan orang lain dapat membantu merasa nyaman saat stres. Baron, R. A., & Byrne (2005) juga sependapat dengan para ahli bahwa perbincangan dengan anggota keluarga, teman, pacar, atau psikolog bisa sangat membantu bagi individu yang sedang berjuang menghadapi masalah

Terdapat beberapa kelemahan di dalam penelitian ini yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, yaitu subyek yang mengisi dilakukan pada jam istirahat. Hal ini membuat subjek tidak dapat berkonsentrasi saat mengisi kuisisioner.