

## BAB V

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1. Hasil penelitian

##### 1. Uji asumsi

###### a. uji normalitas

Data setiap variabel yang akan dianalisis harus terdistribusi secara normal, hal ini merupakan syarat yang harus dipenuhi ketika menggunakan Statistik Parametris (Sugiyono, 2019). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov Z. Hasil uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov Z menunjukkan data skala stres akademik berdistribusi normal dengan nilai KS-Z = 1,212 dan  $p=0,106$  ( $p>0,05$ ).

###### b. uji homogenitas

Hipotesis dengan  $n$  yang berbeda, perlu untuk diuji homogenitasnya. Hal ini dikarenakan perlunya varian yang homogen dari kedua sampel, oleh karena itu diperlukan uji homogenitas varian dengan uji F (Sugiyono, 2019). Hasil uji homogenitas pada penelitian ini menunjukkan data skala stres akademik homogen dengan nilai  $p=0,085$  ( $p>0,05$ ).

##### 2. Uji hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat perbedaan tingkat stres akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dilakukan dengan t-tes. dari t-tes yang telah dilakukan, didapatkan nilai  $t=-6,872$  dengan  $p<0,01$  yang berarti ada perbedaan tingkat stres akademik yang sangat signifikan antara 2 kelompok, dengan tingkat stres akademik kelompok bukan pemelihara hewan lebih besar dari kelompok pemelihara hewan.

#### 5.2. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara tingkat stres akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, yang menjadi pemelihara hewan dan bukan pemelihara hewan. Mahasiswa yang memelihara hewan memiliki tingkat stres akademik lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak memiliki hewan peliharaan. Nilai  $t=-6,872$  dengan  $p<0,01$  didapatkan dari penelitian ini, yang menandakan adanya perbedaan tingkat

stres akademik yang sangat signifikan antara 2 kelompok. Kesimpulan ini sesuai dengan hipotesis penelitian yang telah dipaparkan pada bab 2.

**Tabel 5.1. Hasil Uji Beda t-tes tingkat stres akademik**

Status kepemilikan piaraan	Mean	t	p
Pemelihara hewan	29.00	-6.872	0,01
Bukan pemelihara hewan	44.36	-6.611	

Peneliti tidak hanya melakukan uji t-tes pada tingkat stres akademik mahasiswa secara keseluruhan, namun juga melakukan uji t-tes pada setiap aspek stres akademik. Dari hasil uji t-tes yang telah dilakukan, ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara stres akademik mahasiswa yang menjadi pemelihara hewan dan mahasiswa yang bukan merupakan pemelihara hewan di setiap aspek stres akademik tersebut. Hal ini dapat dijelaskan dengan tabel 5.2. dan dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa perbedaan skor tingkat stres akademik paling banyak berada pada aspek tingkah laku, dengan nilai selisih nilai  $t=0,391$ . Hal ini menjadi temuan baru yang belum peneliti temukan pada penelitian-penelitian sebelumnya.

**Tabel 5.2. Hasil Uji Beda t-tes tingkat stres akademik di setiap aspek**

Aspek	Status kepemilikan piaraan	Mean	t	p
Fisik	Pemelihara hewan	7.20	-6.289	0,01
	Bukan pemelihara hewan	10.93	-6.041	
Kognisi	Pemelihara hewan	7.37	-5.220	
	Bukan pemelihara hewan	10.67	-5.063	
Emosi	Pemelihara hewan	7.92	-6.440	
	Bukan pemelihara hewan	12.17	-6.305	
Tingkah laku	Pemelihara hewan	6.51	-7.311	
	Bukan pemelihara hewan	10.60	-6.920	

Hasil penelitian sesuai dengan pendapat Sarafino dan Smith (2010) yang menyatakan salah satu fungsi dari dukungan sosial adalah *companionship*, yaitu kehadiran atau ketersediaan untuk menghabiskan waktu bersama orang lain yang dalam konteks penelitian ini adalah hubungan antara hewan peliharaan dengan pemelihara yang merupakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Wu, Wong, dan Chu (2018) yang melakukan penelitian mengenai hubungan antara kepemilikan dan kelekatatan hewan peliharaan dengan stres pada 288 partisipan yang merupakan orang dewasa. Dari penelitian ini, ditemukan bahwa semakin banyak waktu yang dipakai pemelihara dengan hewan peliharaannya, semakin sedikit stres yang dirasakan ( $B = -4.13$ ,  $p = 0.003$ ). Banyak waktu yang digunakan seseorang dan interaksi dengan peliharaan yang dirasakan, secara signifikan memprediksi stres yang dirasakan ( $B = 3.38$ ,  $p = 0.040$ ).

Ein, Li, dan Vickers (2018) melakukan penelitian dengan metode review meta analisis pada 28 artikel jurnal, dengan 34 sampel independen dan total 1.310 partisipan, menyimpulkan bahwa terapi yang dilakukan kepada seseorang dengan memakai interaksi antara manusia dan hewan, dapat menurunkan tingkat reaktivitas stres. Kesimpulan ini mendukung hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dan penelitian serupa milik Wu dkk. (2018) yang telah dipaparkan sebelumnya.

Berdasarkan data yang tertera di dalam tabel 5.3. dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stres akademik dalam kategori sangat rendah yakni memiliki persentase 38,6% dengan jumlah 39 responden, lalu ada lima belas orang responden yang memiliki stres akademik sangat tinggi, dengan persentase 14,9%. Dari data yang telah dikumpulkan, ditemukan  $X_{min} = 16$ ,  $X_{max} = 64$ ,  $R = 48$ ,  $SD = 8$  dan  $Mean = 40$ . Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat stres akademik mahasiswa berada di kategori sedang.

**Tabel 5.3. Kategori Tingkat Stres Akademik**

Kategori	Range skor	Jumlah	Persentase
Sangat rendah	$x \leq 28$	39	38,6
Rendah	$28 < x \leq 36$	14	13,9
Sedang	$36 < x \leq 44$	19	18,8
Tinggi	$44 < x \leq 52$	14	13,9
Sangat tinggi	$52 < x$	15	14,9

Peneliti juga melakukan kategorisasi dengan memisahkan status piaraan mahasiswa agar dapat melihat secara lebih rinci hasil yang didapatkan. Hal ini dapat dilihat dari tabel 5.4. yang memaparkan dengan jelas bahwa mayoritas

mahasiswa yang menjadi pemelihara hewan memiliki tingkat stres akademik sangat rendah (34 orang), sedangkan pada mahasiswa yang bukan merupakan pemelihara hewan, ditemukan sebanyak lima belas orang memiliki tingkat stres akademik yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi.

**Tabel 5.4. Kategori Tingkat Stres Akademik dan Status Piaraan**

Kategori	Range skor	Jumlah	
		Pemelihara hewan	Bukan pemelihara hewan
Sangat rendah	$x \leq 28$	34	5
Rendah	$28 < x \leq 36$	10	4
Sedang	$36 < x \leq 44$	9	10
Tinggi	$44 < x \leq 52$	6	8
Sangat tinggi	$52 < x$	0	15
<b>Total mahasiswa</b>		59	42

Peneliti menyadari bahwa masih ada keterbatasan dalam penelitian ini. Keterbatasan utama yang dimiliki dalam penelitian ini adalah waktu penelitian yang menyebabkan peneliti hanya melakukan penelitian dengan populasi yang cukup sempit, yaitu hanya pada fakultas psikologi Unika Soegijapranata. Oleh sebab itu, peneliti menghimbau agar peneliti yang ingin melakukan penelitian serupa dapat menyebarkan ke populasi yang lebih luas.