

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil Penelitian

5.1.1. Uji Asumsi

Uji asumsi terdiri atas uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Sedangkan, uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah antar variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak.

5.1.2. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian ini berdistribusi secara normal atau tidak. Data terdistribusi tidak normal dengan menunjukkan nilai K-SZ = 0,150 dan nilai $p = 0,000 (<0,05)$ dari hasil uji normalitas pada skala stres pada mahasiswa. Data terdistribusi secara tidak normal dengan menunjukkan nilai K-SZ = 0,117 dan nilai $p = 0,000 (<0,05)$ dari hasil uji normalitas pada skala dukungan sosial. Variabel tergantung dan variabel bebas tidak terdistribusi secara normal maka peneliti mengubah dari korelasi product moment Pearson ke korelasi rho Spearman. Korelasi rho Spearman tidak memerlukan uji asumsi linearitas, maka peneliti langsung melakukan uji hipotesis.

5.2. Hasil Analisis Data

5.2.1. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilaksanakan menggunakan teknik korelasi rho Spearman. Hal tersebut disebabkan karena distribusi dukungan sosial dan stres pada mahasiswa tidak normal. Hasil uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi

antara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa sebesar $\rho = -0,199$. dan nilai $p = 0,031$ (dengan $p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres di dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa. Artinya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi stres pada mahasiswa demikian juga sebaliknya. Hasil perhitungan lebih lanjut dapat dilihat pada halaman lampiran.

5.3. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa. Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti perlu melakukan uji normalitas distribusi data variabel. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel penelitian terdistribusi secara normal atau tidak. Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan, skala stres pada mahasiswa menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi secara normal dengan nilai $K-SZ = 0,150$ dan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$. Kemudian, skala dukungan sosial menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi secara normal dengan nilai $K-SZ = 0,117$ dan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$. Data variabel tergantung dan variabel bebas pada penelitian ini tidak terdistribusi secara normal sehingga peneliti tidak dapat melanjutkan pengujian linearitas dan langsung ke hipotesis.

Uji hipotesis dilaksanakan menggunakan teknik korelasi dari rho Spearman. Uji hipotesis dilakukan pada dua variabel yaitu stres pada mahasiswa dan dukungan sosial. Hasil yang diperoleh menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = -0,199$. dan nilai $p = 0,031$ (dengan $p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres di dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa dengan sumbangan efektif dari kedua variabel sebesar 4,99%. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pada

penelitian ini diterima. Berdasarkan hasil yang telah didapatkan maka sesuai dengan hipotesis awal yang telah dinyatakan oleh peneliti bahwa, “Ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa di dalam proses penyusunan skripsi. Semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi stres pada mahasiswa demikian juga sebaliknya”.

Hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui pendapat Smet (2018) bahwa salah satu faktor yang memengaruhi stres adalah dukungan sosial. Dukungan sosial berkaitan dengan stres karena dapat memengaruhi kendali seseorang terhadap lingkungan, mengangkat harga diri, stabilitas emosi dan mengurangi kecemasan (Zhu, Woob, Porterb, & Brzezinski, 2013; Kumalasari, 2012). Berdasarkan hasil penelitian Rohmah (2017) bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap stres. Di dalam penelitian ini stres yang dibahas adalah mengenai stres pada mahasiswa. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari orang lain dapat mengurangi stres yang sedang dialami. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Asmaningrum, Wijaya, dan Permana (2015) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan stres. Seseorang yang mendapat dukungan sosial dari orang lain memiliki stres yang lebih rendah berlaku sebaliknya.

Penelitian ini mendapatkan variabel dukungan sosial memiliki nilai mean sebesar 40 dan standar deviasi (SD) sebesar 8. Data penelitian dapat dikategorikan diantaranya variabel dukungan sosial yaitu 46 mahasiswa (39%) sedang dan 72 mahasiswa (61%) termasuk tinggi. Berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dukungan sosial yang diterima mahasiswa termasuk dalam kategori rendah/tinggi yang artinya sebagian dari mahasiswa memiliki dukungan sosial yang rendah/tinggi yang di

dalamnya terdapat jenis dukungan emosional, instrumental, penghargaan, dan informatif.

Kemudian, peneliti melakukan analisis korelasi untuk mengetahui hubungan antara dukungan emosional, instrumental, penghargaan dan informatif dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi. Hasil menunjukkan bahwa keempat jenis dukungan tersebut berkorelasi negatif dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi.

Dukungan emosional memiliki koefisien korelasi yang berhubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi sebesar $r_{xy} = -0.201$ dengan nilai $p = 0,029$ ($p < 0,05$) dan memberikan sumbangan efektif sebesar 4.90%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan emosional memiliki hubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi.

Dukungan instrumental memiliki koefisien korelasi yang berhubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi sebesar $r_{xy} = -0.126$ dengan nilai $p = 0,017$ ($p < 0,05$) dan memberikan sumbangan efektif sebesar 2.39%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan instrumental memiliki hubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi.

Dukungan penghargaan memiliki koefisien korelasi yang berhubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi sebesar $r_{xy} = -0.194$ dengan nilai $p = 0,036$ ($p < 0,05$) dan memberikan sumbangan efektif sebesar 4.69%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan penghargaan memiliki hubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi.

Dukungan informatif memiliki koefisien korelasi yang berhubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi sebesar $r_{xy} = -0.205$ dengan nilai $p = 0,026$ ($p < 0,05$) dan memberikan sumbangan efektif sebesar

4.88%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan informatif memiliki hubungan dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi.

Berdasarkan keempat jenis dukungan tersebut, jenis dukungan terkuat dalam memengaruhi stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi adalah dukungan emosional. Meskipun jenis dukungan instrumental, penghargaan dan informatif tidak setinggi dukungan emosional namun secara keseluruhan jenis dukungan sosial dengan stres pada mahasiswa di dalam penyusunan skripsi menunjukkan hasil yang signifikan dan menunjukkan bahwa hipotesis awal diterima.

Table 5.1. Kategori Dukungan Sosial

| Kategori | Norma Kategorisasi | Jumlah Subjek | Presentase (%) |
|----------|------------------------|---------------|----------------|
| Rendah | $\bar{X} < 32$ | 0 | 0% |
| Sedang | $32 \leq \bar{X} < 48$ | 46 | 39% |
| Tinggi | $48 \leq \bar{X}$ | 72 | 61% |

Kemudian, variabel stres pada mahasiswa memiliki nilai mean sebesar 20 dengan standar deviasi (SD) sebesar 4. Data penelitian untuk variabel stres pada mahasiswa dikategorikan dengan 8 mahasiswa (6.8%) sedang dan 110 mahasiswa (93.2%) termasuk tinggi. Berdasarkan hasil data tersebut dapat dilihat bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengalami stres termasuk dalam kategori rendah/tinggi yang artinya sebagian dari mahasiswa mengalami stres yang rendah/tinggi yang di dalamnya terdapat gejala fisiologis, emosional, dan kognitif.

Table 5.2. Kategori Stres Pada Mahasiswa

| Kategori | Norma Kategorisasi | Jumlah Subjek | Presentase (%) |
|----------|------------------------|---------------|----------------|
| Rendah | $\bar{X} < 16$ | 0 | 0% |
| Sedang | $16 \leq \bar{X} < 24$ | 8 | 6.8% |
| Tinggi | $24 \leq \bar{X}$ | 110 | 93.2% |

Di dalam penelitian ini tentu memiliki berbagai keterbatasan atau kelemahan yang kemungkinan dapat memengaruhi hasil penelitian diantaranya sebagai berikut.

1. Di dalam pengisian jawaban skala yang dilakukan oleh subjek melalui *google form* memiliki kemungkinan tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya sehingga jawaban kurang akurat. Hal tersebut dapat disebabkan karena tidak adanya pengawasan secara langsung yang dilakukan oleh peneliti.
2. Peneliti kurang spesifik dan variatif di dalam menggunakan skala guna pengumpulan data penelitian.
3. Peneliti tidak dapat mencegah subjek mengisi skala lebih dari satu kali karena media (*google form*) yang digunakan untuk mengumpulkan data tidak memiliki sistem keamanan.