

BAB IV

LAPORAN PENELITIAN

A. Persiapan Penelitian

1. Penyusunan Angket

Dalam penelitian ini dipergunakan tiga macam angket, yaitu yang pertama adalah angket Self Esteem Inventory (SEI) yang disusun oleh Coopersmith dan terdiri atas 25 aitem. Kemudian yang kedua adalah angket kecenderungan depresi yang terdiri atas 45 aitem. Sedangkan angket yang ketiga adalah angket tipe kepribadian A yang terdiri atas 48 aitem. Adapun rinciannya dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel I
Self Esteem Inventory Jumlah

Favourable	4, 5, 8, 10, 14, 19, 20, 24	8
Unfavourable	1, 2, 3, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 25	17
Jumlah		25

Tabel II
Kecenderungan Depresi

Aspek	Favourable	Unfavourable	Jumlah
I. Afektif	4, 8, 10, 16, 22, 28, 32, 36, 40.	1, 7, 13, 19, 25, 30, 34, 38, 42.	18
II. Kognitif	2, 14, 20, 26, 31, 35, 39, 43, 44.	5, 11, 17, 23, 29, 33, 37, 45, 47.	18
III. Somatik	6, 12, 18, 24, 27.	3, 9, 15, 21	9
Jumlah			45

Tabel III
 Kepribadian Tipe A

Aspek	Favourable	Unfavourable	Jumlah
I.	1, 8, 14, 20, 26, 34.	4, 11, 17, 23, 29, 31.	12
II.	2, 9, 15, 21, 27, 35, 37, 39, 41, 43.	5, 12, 18, 24, 30, 32, 45, 47	18
III.	3, 10, 16, 22, 28, 36, 38, 40 42, 44, 48	6, 13, 19, 25, 33, 46, 49.	18
Jumlah			48

Keterangan :

- Aspek I. = Dorongan Prestasi Tinggi
 Aspek II. = Perilaku Agresif
 Aspek III. = Kompulsif Bekerja Berlebihan

2. Sistem Penyekoran Angket

Tiga jenis angket yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu angket Self Esteem Inventory, angket kepribadian tipe A dan angket kecenderungan depresi, menyediakan empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (A), sesuai (B), kurang sesuai (C), dan sangat tidak sesuai (D).

Untuk jawaban pada kelompok aitem yang favourable, jawaban A mendapat nilai empat (4), jawaban B mendapat nilai tiga (3), jawaban C mendapat nilai dua (2), dan jawaban D mendapatkan nilai satu (1).

Sedangkan untuk kelompok jawaban yang unfavourable, jawaban A mendapat nilai satu (1), jawaban B mendapatkan nilai dua (2), jawaban C mendapatkan nilai tiga (3), dan jawaban D mendapatkan nilai empat (4).

3. Uji coba angket

Uji coba angket ini bertujuan untuk mencari validitas dan reliabilitas. Ketiga macam angket ini secara bersama-sama diberikan kepada para siswi SMA Kebon Dalem Semarang yang duduk di kelas III periode 1993/1994. Uji coba dilakukan pada tanggal 5 Oktober 1993, dan mendapatkan 70 orang subyek.

4. Validitas dan Reliabilitas

Pengujian validitas dan reliabilitas dari tiga macam angket ini dilakukan dengan bantuan komputer Program Analisis Kesahihan Butir dan Uji Keandalan dalam Tehnik Hoyt yang terdapat dalam program komputer Seri program Statistik (SPS) edisi Soetrisno Hadi dan Seno Pamardiyanto. Adapun hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut :

a) Uji validitas dan reliabilitas angket SEI. Setelah dilakukan uji coba dan penghitungan, didapatkan dalam angket SEI yang semula berjumlah 25 aitem ada dua aitem yang gugur dengan pengujian taraf signifikansi lima persen. Adapun aitem yang gugur adalah aitem nomor enam dan nomor 22.

Berdasarkan hasil uji coba ini, maka didapati 23 aitem yang valid, dengan harga indeks reliabilitas sebesar 0.866 ($p=0.000$). Dengan demikian angket SEI ini dapat digunakan untuk pengambilan data penelitian.

b) Uji validitas dan reliabilitas angket kecenderungan depresi. Setelah dilakukan perhitungan, dari 45

aitem, ternyata gugur sejumlah sembilan aitem pada pengujian dengan taraf signifikansi lima persen. Perinciannya adalah sebagai berikut :

Tabel IV

Aitem gugur angket kecenderungan depresi

Aspek	Nomor	Jumlah
I. Afektif	7, 19	2
II. Kognitif	2, 11, 17, 41, 45	5
III. Somatik	3, 9	2
J u m l a h		9

Dari sembilan aitem yang gugur tersebut, aitem nomor sembilan masih bisa diangkat menjadi valid untuk melengkapi aitem yang dibutuhkan. Sehingga hanya delapan aitem saja yang gugur.

Berdasarkan hasil uji coba, dari angket kecenderungan depresi ini diperoleh 37 aitem yang dianggap valid. Indeks reliabilitasnya adalah sebesar 0.877. Dengan demikian maka angket ini dapat dipergunakan lagi untuk pengambilan data penelitian.

c) Uji validitas dan reliabilitas angket tipe kepribadian A. Angket tipe kepribadian A ini semula berjumlah 48 aitem, namun setelah dilakukan pengujian ternyata terdapat 14 aitem yang gugur, dengan perincian sebagai berikut di bawah ini :

Tabel V
Aitem gugur angket kepribadian tipe A

Aspek	Nomor	Jumlah
I. Dorongan prestasi tinggi	11, 17, 23	3
II. Perilaku agresif	12, 18, 24, 27, 32, 43	6
III. Kompulsif bekerja berlebihan	6, 10, 22, 28, 33	5
J u m l a h		14

Untuk melengkapi jumlah aitem yang akan digunakan dalam penelitian, maka aitem nomor 23 diangkat menjadi valid dengan pertimbangan angka korelasinya tidak terlalu jelek, sehingga didapati 35 aitem valid. Indeks reliabilitas angket ini adalah sebesar 0.874. Dengan demikian angket ini dapat dipergunakan dalam penelitian.

Berdasarkan hasil uji coba tersebut, maka penyebaran aitem-aitem dari tiga macam angket yang digunakan dirincikan dalam tabel-tabel di bawah ini :

Tabel VI

Sebaran aitem angket kecenderungan depresi
setelah uji coba

Aspek	F	Jml	UF	Jml	Total
I.	2, 5, 7, 12, 16, 22, 26,	9	1, 9, 19, 24, 28, 32, 35	7	16
II.	10, 14, 20, 25, 29, 33, 36, 37	8	3, 17, 23, 27, 31	5	13
III.	4, 8, 13, 18, 21	5	6, 11, 15	3	8
J U M L A H		22		15	37

Tabel VII
Sebaran Aitem Angket Tipe Kepribadian A
Setelah Uji Coba

Aspek	F	UF	Jumlah
I.	1, 6, 7, 10, 14, 18, 22	4, 16, 19, 21	11
II.	2, 8, 11, 15, 23, 25, 27, 29	5, 20, 32, 34	12
III.	3, 12, 24, 26 28, 30, 31, 35	9, 13, 17, 33	12
J U M L A H			35

Keterangan :

- Aspek I. Dorongan Prestasi Tinggi
 Aspek II. Perilaku Agresif
 Aspek III. Kompulsif Bekerja Berlebihan

B. Pelaksanaan Penelitian

Setelah mendapatkan aitem-aitem yang valid dari tiga angket hasil uji coba, maka dipersiapkanlah suatu penelitian untuk pengambilan data.

Pengambilan data untuk penelitian ini dilakukan pada tanggal 4 Nopember 1993, dengan mengambil tempat penelitian di SMA Theresiana II Semarang.

Dalam penelitian ini, penulis mengambil data-data dari para siswa wanita kelas III. Penulis mengambil subyek penelitian yang berjenis kelamin wanita saja dengan mendasarkan asumsi dari berbagai hasil penelitian bahwa wanita lebih banyak yang mempunyai kecenderungan menderita depresi dibandingkan kaum pria. Kemudian tentang

pengambilan siswa kelas III dengan perhitungan bahwa siswi kelas III mulai masuk ke fase remaja akhir yang menurut penelitian banyak mengalami depresi.

Penyebaran angket untuk pengambilan data penelitian ini menghasilkan data dari 63 subyek yang dapat digunakan. Pengambilan data dari 63 subyek tersebut dilakukan secara bersama-sama dengan cara dikumpulkan menjadi satu ruangan. Waktu yang dibutuhkan oleh masing-masing subyek rata-rata berkisar 30 menit sampai 45 menit.

C. Analisis Data Penelitian

Dalam penelitian ini, metode analisis data yang digunakan adalah korelasi parsial jenjang pertama. Analisis data korelasi jenjang parsial jenjang pertama ini menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS (Statistical Package for Social and Sciences) for windows.

Dari uji normalitas sebaran data ketiga variabel yaitu self esteem, kecenderungan depresi, dan tipe kepribadian A dfidapatkan sebaran data normal. Hal ini selain ditunjukkan oleh gambar uji normalitas, juga ditunjukkan oleh perhitungan pada analisis data yaitu signifikansi (P) semuanya diatas 0.2000 ($P > 0.05$). Nilai $P > 0.05$ disebut normal berdasarkan tes Kolmogorov-Smirnov yaitu tes untuk mengetahui kecocokan kurve normal yang menekankan pada besarnya deviasi. Bila $P > 0.05$ (normal), sedangkan bila $P < 0.05$ deviasinya besar (tidak normal).

Sedangkan untuk uji linearitas, antara self esteem

dan kecenderungan depresi menunjukkan suatu hubungan yang linear. Selain ditunjukkan oleh gambar uji linearitas (lampiran F), juga ditunjukkan oleh perhitungan pada analisis data (lampiran G) yaitu nilai rsq (r kuadrat) sebesar 0.293.

Kemudian antara tipe kepribadian A dengan kecenderungan depresi, terjadi hubungan yang tidak linear dan ditunjukkan oleh nilai rsq (r kuadrat) sebesar 0.000.

Dalam uji linearitas ini, bila $rsq > 0.000$, deviasi atau penyimpangan dari garis linear kecil (residu kecil) sehingga disebut normal. Dan bila $rsq < 0.000$, deviasi atau penyimpangan dari garis linear besar (residu besar) sehingga dikatakan tidak linear.

Dari perhitungan ini diperoleh hasil sebagai berikut di bawah ini :

1. Ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara self esteem (X_1) dan kecenderungan depresi (Y) dengan mengendalikan tipe kepribadian A (X_2). Hal ini ditunjukkan dengan angka korelasi sebesar -0.5615 dengan nilai $p = 0.000$. Dari angka korelasi sebesar -0.5615 ini dapat dicari sumbangan efektifnya (SE) yaitu kuadrat dari -0.5615 dikalikan 100% yaitu 31.528%.

2. Tidak ada hubungan antara tipe kepribadian A (X_2) dan kecenderungan depresi (Y) dengan mengendalikan variabel self esteem (X_1). Hal ini ditunjukkan dengan angka korelasi sebesar -0.1766 dengan nilai $p = 0.170$.

D. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara self esteem dan kecenderungan depresi. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi self esteem yang dimiliki oleh seorang individu, maka potensinya untuk terserang gangguan depresi semakin rendah.

Hasil dari penelitian ini mendukung hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Coopersmith (1967) yang menyatakan bahwa individu yang secara relatif mengalami keceemasan dan menderita adalah orang-orang yang memiliki self esteem rendah. Hasil penelitian dari Coopersmith ini juga menunjukkan bahwa rendahnya self esteem yang dimiliki oleh seorang individu merupakan faktor penting bagi timbulnya gangguan jiwa seperti neurotik, depresi dan lain sebagainya. Lebih lanjut hasil penelitian ini juga mendukung pendapat dari Bibring (dalam Hardiman dan Hanafi, 1987) yang menyatakan bahwa self esteem dalam ego dan ketidakmampuan untuk mencapai tujuan merupakan karakteristik utama dalam keadaan depresi.

Berdasarkan bukti-bukti yang telah didapatkan dari hasil-hasil penelitian tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terjadinya depresi memang dipengaruhi oleh tinggi rendahnya faktor self esteem. Dengan kata lain memang antara kecenderungan depresi dan self esteem mempunyai hubungan sangat erat.

Di sisi lain, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa antara tipe kepribadian A dan kecenderungan depresi

tidak terdapat suatu hubungan. Hal ini menyebabkan hipotesis kedua dari penelitian ini ditolak, karena hipotesis ini menyatakan bahwa antara tipe kepribadian A dan kecenderungan depresi mempunyai hubungan yang positif, yaitu semakin besar kecenderungan kepribadian yang dimiliki oleh seorang individu mengarah ke tipe A, maka semakin besar pula kemungkinannya untuk terserang depresi.

Dalam kasus ini, ada beberapa kemungkinan yang mendasari ditolaknya hipotesis ini, yaitu : bahwa seseorang yang mempunyai kecenderungan tipe kepribadian A sesuai dengan sifat-sifat yang dimilikinya seperti tidak sabaran, ingin serba cepat, mempunyai semangat kompetitif, dipandang mudah untuk terkena stress atau tekanan sehingga ia akan selalu berusaha untuk mengontrol situasi yang dihadapinya dalam lingkungan hidupnya. Lebih lanjut, dalam kaitannya dengan hal ini, Rhodelwalt dan Agustdottir (1984) berpendapat bahwa seseorang yang mengalami suatu kejadian yang mungkin dianggap mengancam fungsi egonya, akan memunculkan reaksi coping untuk mengeliminir tekanan tersebut. Penelitian dari Rhodelwalt dan Agustdottir ini ternyata menunjukkan bahwa remaja yang cenderung mengarah pada tipe kepribadian A mempunyai kemampuan yang lebih tinggi dalam melakukan reaksi coping bila dibandingkan dengan remaja yang mempunyai tipe kepribadian yang cenderung mengarah pada kategori B.

Berdasarkan hal ini, tampaknya para remaja yang masuk dalam kategori tipe kepribadian A mempunyai kemampuan

penyesuaian diri yang lebih baik terhadap tuntutan, baik yang berasal dari lingkungan di sekitarnya maupun dari dirinya sendiri, apabila dibandingkan dengan remaja dengan tipe kepribadian B.

Selanjutnya dikatakan bahwa seorang individu dengan kategori mempunyai kecenderungan tipe kepribadian A apabila menghadapi suatu masalah lebih cenderung mempunyai orientasi langsung pemecahan pada pokok permasalahan. Situasi ini tampaknya mendapatkan dukungan dari keadaan dewasa ini yaitu suatu masalah selalu menuntut untuk segera dicarikan pemecahannya. Hal ini berbeda dengan mereka-mereka yang masuk dalam kategori mempunyai tipe kepribadian B yang dalam memecahkan suatu masalah biasanya tidak akan mengarah pada pokok permasalahan, tetapi akan berputar-putar dahulu dan sepertinya ingin mencari kepuasan diri.

Beranjak dari kemampuan rata-rata individu yang mempunyai tipe kepribadian A dalam melakukan reaksi coping untuk mengeliminir tekanan yang dihadapinya dan menyebabkan penyesuaian yang baik terhadap keadaan di sekelilingnya, maka dapat diasumsikan bahwa keadaan depresif kecil kemungkinannya, karena dengan tingkah laku coping, tekanan mampu diredamnya.

Kemungkinan lain yang dapat diperkirakan dalam kaitannya dengan hal ini ditinjau dari sudut pandang kultural. Dalam budaya kita secara umum, seorang anak remaja yang dalam kehidupan sehari-harinya menampakkan sifat ingin serba cepat, ingin dapat menyelesaikan pekerjaan

yang sedang dihadapinya secara cepat dan dengan hasil yang memuaskan, mempunyai semangat kompetitif yang tinggi seperti lazimnya sifat-sifat yang ada pada tipe kepribadian A, oleh lingkungannya akan cenderung dipandang dengan penilaian yang baik dan seolah-olah mendapat "nilai tambah". Remaja tersebut, dengan demikian mendapatkan social support (dukungan sosial) yang positif dari lingkungan yang mungkin mempersepsikan bahwa si remaja adalah anak yang gigih, rajin, giat dan sebagainya. Padahal mungkin saja remaja tersebut mempersepsikan tingkah lakunya dari sudut pandang lain yang berlawanan dengan persepsi dari lingkungan, karena mungkin ia juga merasakan kecemasan dan ketegangan dalam menghadapi hal yang dianggap mengancam fungsi egonya. Sebagai akibat dari adanya social support tersebut, seorang individu akan merasa mendapatkan dukungan secara psikologis sebagai alasan pembenaran dari perilakunya tersebut, sehingga sedikit demi sedikit tekanan yang dihadapi menjadi semakin negatif, yang dipandang tidak secara ekstrim akan mengancam fungsi egonya.

Sebaliknya pada diri remaja yang mendapatkan dukungan sosial (social support) yang kurang baik dari lingkungan, akan membuat remaja tersebut seperti diliputi oleh kecemasan tentang bagaimana ia harus menetralkan tegangan, karena suasana psikologis yang tidak mendapat dukungan.

Masih berkaitan dengan masalah tekanan ini, bisa

juga karena dalam budaya kita secara umum, seorang anak sampai beranjak dewasa masih tetap mendapatkan asuhan, bimbingan dari orang tuanya. Semua kebutuhannya sebagian besar masih dicukupi oleh orang tuanya, sehingga dalam hal ini mereka terkondisi untuk selalu berpaling pada orang tua bila menghadapi suatu masalah sehingga bagaimanapun juga tekanan yang dihadapi belum sampai pada taraf menimbulkan ancaman. Keadaan seperti ini berbeda dengan di negara-negara barat pada umumnya, dimana seorang anak pada suatu batas usia tertentu sudah dianggap dewasa dan harus lepas dari orang tuanya dengan segala konsekuensi persoalan pada dirinya pun harus berusaha dihadapi sendiri. Dengan demikian tekanan psikologis yang dihadapi juga lebih besar.

Wallston (dalam Vander Zanden, 1988) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa adanya social support dapat membantu menghindarkan gangguan kesehatan. Bahkan menurut Blazer (dalam Vander Zanden, 1988) kasus kematian dari berbagai sebab lebih banyak terjadi diantara orang-orang yang secara relatif berada pada atau mendapatkan dukungan sosial yang rendah. Demikian juga pendapat dari Garnezy dan Rutter (1983) bahwa dukungan sosial yang merupakan dukungan dari orang-orang di sekitar individu yaitu orang tua, saudara, teman dekat dan masyarakat berhubungan juga dengan kecemasan dan depresi. Dukungan sosial yang positif berhubungan dengan berkurangnya kecemasan dan depresi. Kurangnya dukungan sosial yang positif akan menyebabkan individu kurang mampu menyelesaikan masalah.