

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

1.1. Persiapan yang dilakukan sebagai berikut :

- a. Mempersiapkan alat ukur berupa angket yang digunakan pada saat pengambilan data penelitian.
- b. Bertemu dengan kepala tata-usaha Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya, untuk meminta mahasiswa angkatan 2008, 2009 yang mengambil mata kuliah skripsi.
- c. Mulai melakukan pengambilan data dengan cara menyebarkan angket pada mahasiswa angkatan 2008 dan 2009.yang telah mengambil mata kuliah skripsi pada tanggal minimal 10 Juni 2013.
- d. Mahasiswa yang diberikan angket dapat melakukan pengisian pada saat itu juga, atau angket tersebut dapat dibawa pulang kemudian dikumpulkan pada keesokan harinya. Tempat pengumpulan angket yang ditentukan adalah ruang loby Fakultas Dawah UIN Sunan Ampel Surabaya.

1.2. Pelaksanaan penelitian sebagai berikut:

Pengambilan data dilakukan di Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya, dengan memberikan langsung pada setiap mahasiswa angkatan 2008, 2009 yang telah mengambi mata kuliah sekripsi.

Penyebaran angket dilakukan seama 5 hari dimulai dari tanggal 10 Juni 2013 sampai dengan 14 Juni 2013 angket diberika pada mahasiswa, mereka diberikan kesempatan untuk mengisi langsung dan dikembalikan pada saat itu juga, atau boleh juga angket dibawah pulang mahasiswa dan dikumpulkan pada keesokan harinya, inilah yang menjadi kendala yang dihadapi peneliti yaitu kesulitan bertemu kembali subjek penelitian, sehingga untuk mengatasi ini peneliti selalu bertanya dan mengingatkan para subjek untuk segera mengumpulkan angket, serta peneliti mendatangi alamat rumah para subjek, sehingga peneliti mendapatkan data.

2. Deskripsi Hasil Penelitian.

Untuk menganalisis data yang telah terkumpul dalam rangka menguji hipotesis dan untuk mendapatkan konklusi analisis ini digunakan untuk mengetahui kuantitas tingkat stres Mahasiswa dalam Proses Mengerjakan Skripsi berdasarkan angket yang telah disebarkan kepada responden sebanyak 26 item. Seluruh data yang berhasil dikumpulkan dari berbagai sumber penelitian akan dibahas oleh penulis dengan menggunakan metode Deskriptif Analisis yakni menjelaskan serta

menjabarkan semua data yang diperoleh menggunakan perhitungan *prosentase* atau disebut juga *frekuensi relatif*.

A. Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa dalam Proses Mengerjakan Skripsi

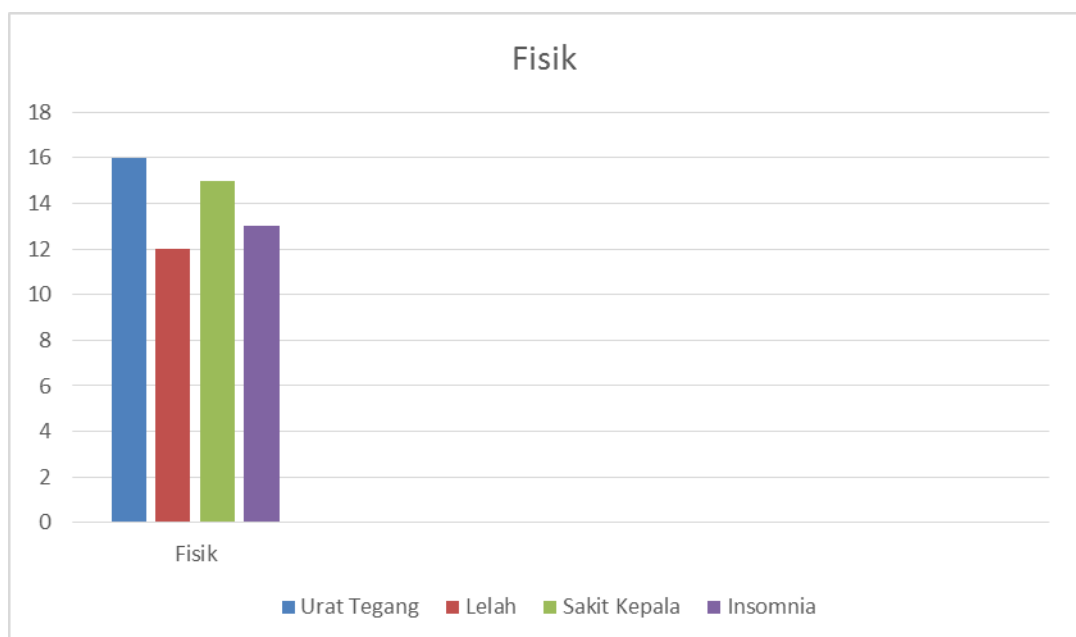
Berdasarkan hasil analisis diatas diperoleh Deskripsi bahwa mahasiswa yang mengalami stres tingkat tinggi sebanyak 8 orang sedangkan untuk tingkat sedang ada 18 orang sementara untuk yang tingkat rendah nihil atau tidak ada.

Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa lebih banyak mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi bila ditinjau dari tingkat stresnya. Karena diantara 26 mahasiswa yang telah peneliti teliti tidak ada satupun yang tidak stres.

B. Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa per-Dimensi

➤ Dimensi Fisik

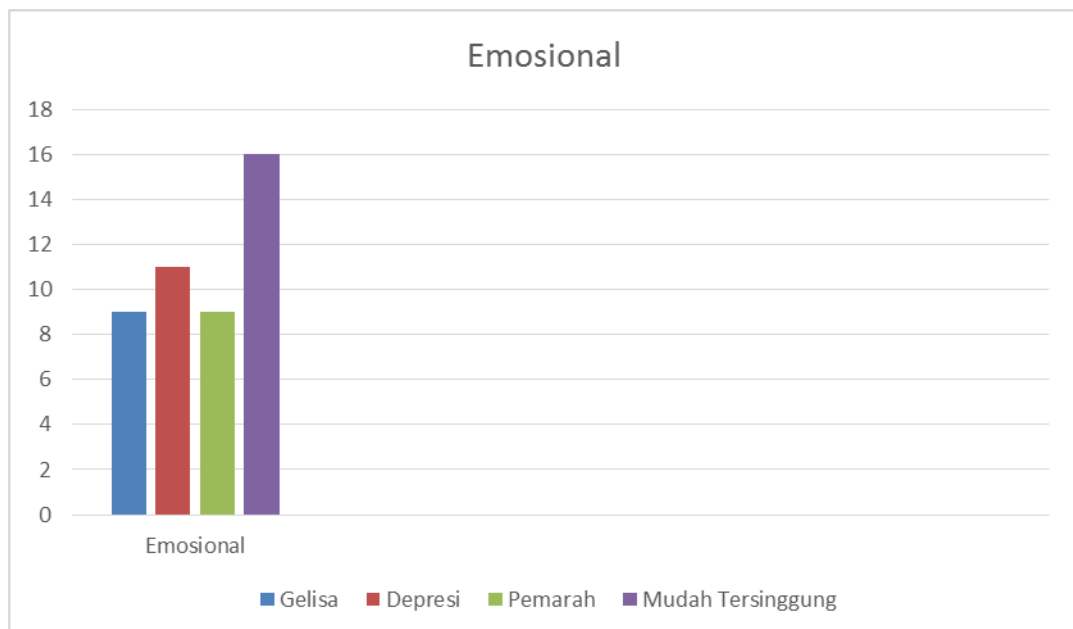
Gambar 1. Freskuensi Dimensi Fisik



Dalam item pertama diperoleh hasil 16 yang menunjukkan mahasiswa sering mengalami gejala urat tegang. Item kedua diperoleh hasil 12 yang menunjukkan mahasiswa kadang-kadang mengalami lelah atau kehilangan energi. Item ketiga diperoleh hasil 15 yang menunjukkan mahasiswa kadang-kadang mengalami sakit kepala, pening dan pusing. Item ke-empat menunjukkan hasil 13 yang menunjukkan kadang-kadang mahasiswa mengalami gejala tidur tidak teratur, insomnia dan bangun terlalu awal.

➤ Dimensi Emosional

Gambar 2. Freskuensi Dimensi Emosional



Dalam item pertama diperoleh hasil 9 yang menunjukkan mahasiswa jarang mengalami gejala gelisah. Item kedua diperoleh hasil 11 yang menunjukkan mahasiswa kadang-kadang mengalami sedih, depresi dan menangis. Item ketiga diperoleh hasil 9 yang menunjukkan mahasiswa jarang

mengalami mudah panas atau marah. Item ke-empat menunjukkan hasil 16 yang menunjukkan mahasiswa sering mengalami gejala mudah tersinggung.

➤ Dimensi Intelektual

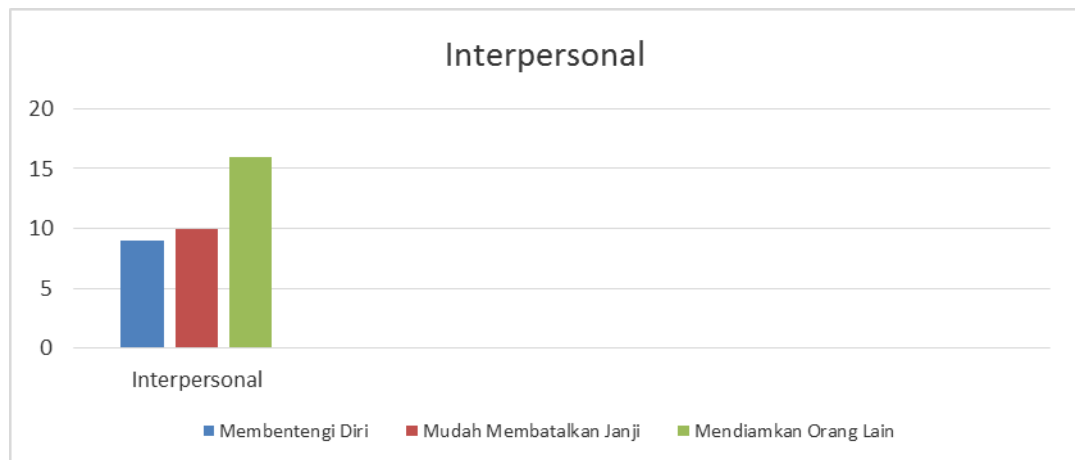
Gambar 3. Freskuensi Dimensi Intelektual



Dalam item pertama diperoleh hasil 12 yang menunjukkan mahasiswa kadang-kadang mengalami gejala gelisah. Item kedua diperoleh hasil 13 yang menunjukkan mahasiswa kadang-kadang mengalami produktifitas dan prestasi kerja menurun. Item ketiga diperoleh hasil 13 yang menunjukkan mahasiswa kadang-kadang mengalami sulit mengambil keputusan. Item ke-empat menunjukkan hasil 9 yang menunjukkan mahasiswa jarang mengalami gejala pikiran kacau.

➤ Dimensi Interpersonal

Gambar 4. Freskuensi Dimensi Interpersonal



Dalam item pertama diperoleh hasil 9 yang menunjukkan mahasiswa jarang mengalami gejala mengambil sikap terlalu membentengi diri. Item kedua diperoleh hasil 10 yang menunjukkan mahasiswa jarang mengalami membatalkan janji. Item ketiga diperoleh hasil 16 yang menunjukkan mahasiswa sering mendiadakan orang lain.

C. Pengujian Hipotesis

Setelah dilakukan Perhitungan dari semua variabel yang telah diuji maka diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stres dalam proses mengerjakan skripsi dengan merujuk kepada perhitungan prosentase sebagai berikut ini :

$$\text{Tinggi} : \frac{8}{26} \times 100\% = 30,76 \%$$

$$\text{Sedang} : \frac{18}{26} \times 100\% = 69,23 \%$$

Dengan melihat data yang sudah terhitung, maka dapat dinyatakan bahwa untuk prosentase sedang sudah mencapai 69,23 % ini berarti bahwa tingkat stres mahasiswa sudah bisa ditentukan. Disertai dengan gejala yang paling sering muncul yaitu gejala urat tegang, mudah tersinggung, produktifitas menurun, sulit membuat keputusan, dan mendiamkan orang lain.

D. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat stres mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi yaitu 30,76% tinggi dan 69,23 sedang dengan gejala yang paling sering muncul yaitu gejala urat tegang, mudah tersinggung, produktifitas menurun, sulit membuat keputusan, dan mendiamkan orang lain. Hal ini didukung Dickson (2006) dalam penelitiannya bahwa stres meningkatkan resiko dari mahasiswa untuk mengalami berbagai gangguan mental dan penyakit fisik yang meliputi kecemasan, depresi, kekebalan tubuh menurun, sakit kepala, urat tegang, sakit jantung, gangguan tekanan darah, hilangnya energi, alergi dan stroke.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa lebih banyak mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi bila ditinjau dari tingkat stresnya. Karena diantara 26 mahasiswa yang telah peneliti teliti tidak ada satupun yang tidak stres. Hal ini dijelaskan Kingong (2004), bahwa terdapat beragam hal yang menjadi penghambat dalam pengerjaan skripsi, antara lain proses yang lama dalam pencarian data dan pengumpulan data, kesulitan dalam menuangkan pikiran kedalam bentuk tulisan, dan kesulitan dalam menganalisis masalah yang diteliti. Menurut Mutadin (2002) apabila hambatan-hambatan tersebut tidak segera

mendapat pemecahan, maka akan dapat mengakibatkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya.

Dalam Dimensi Intelektual diperoleh hasil 9 mahasiswa mengalami gejala mengambil sikap terlalu membentengi diri, 10 mahasiswa membatalkan janji, dan 16 sering mendiamkan orang lain. Hal tersebut dapat mempengaruhi prestasi akademik. Marcoulides (1997) dalam penelitiannya memaparkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres akademik, dapat mengalami distress pada aspek kehidupannya, mengganggu kesehatan mental dan fisik, dan menyebabkan rendahnya nilai ipk mahasiswa.