

**ANALISIS STRES TERHADAP KINERJA**  
**(Studi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia**  
**Yogyakarta)**



**SKRIPSI**

Oleh:

Nama : Anna Riefqi Chandra Sekhar  
Nomor Mahasiswa : 01311138  
Progam Studi : Manajemen  
Bidang Konsentrasi : Sumber Daya Manusia

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**FAKULTAS EKONOMI**  
**YOGYAKARTA**

**2005**

**ANALISIS STRES TERHADAP KINERJA**  
**(Studi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia**  
**Yogyakarta)**

**SKRIPSI**

ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat ujian akhir guna memperoleh gelar Sarjana Strata-1 di Progam Studi Manajemen,  
Fakultas Ekonomi, Universitas Islam Indonesia



ditulis oleh:

Nama : Anna Riefqi Chandra Sekhar  
Nomor Mahasiswa : 01311138  
Progam Studi : Manajemen  
Bidang Konsentrasi : Sumber Daya Manusia

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**FAKULTAS EKONOMI**  
**YOGYAKARTA**

**2005**

## **PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME**

“Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam referensi. Apabila kemudian hari terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, saya sanggup menerima hukuman/sanksi apapun sesuai peraturan yang berlaku”

Yogyakarta, Mei 2005

Penulis,

Anna Riefqi Chandra Sekhar

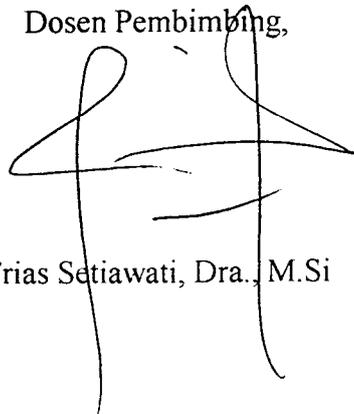
**ANALISIS STRES TERHADAP KINERJA**  
**(Studi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia**  
**Yogyakarta)**

Nama : Anna Riefqi Chandra Sekhar  
Nomor Mahasiswa : 01311138  
Program Studi : Manajemen  
Bidang Konsentrasi : Sumber Daya Manusia

Yogyakarta, Mei 2005

Telah disetujui dan disahkan oleh

Dosen Pembimbing,



Trias Setiawati, Dra., M.Si

**BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI**

**SKRIPSI BERJUDUL**

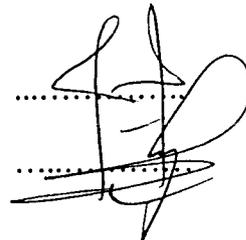
**ANALISIS STRES TERHADAP KINERJA (STUDI PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA YOGYAKARTA)**

**Disusun Oleh: ANNA RIEFQI CHANDRA SEKHAR  
Nomor mahasiswa: 01311138**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji dan dinyatakan **LULUS**  
Pada tanggal : 16 Juni 2005

Penguji/Pemb. Skripsi: Dra. Trias Setiawati, M.Si

Penguji : Drs. Ansari Amani, MM



Mengetahui

Dekan Fakultas Ekonomi  
Universitas Islam Indonesia



Drs. Suwarsono, MA



## HALAMAN MOTTO

"Dan minta bantuanlah kamu kepada penolong-penolongmu selain Allah, jika kamu orang-orang yang benar".  
(QS. Al-Baqarah: 25)

"Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri."  
(QS. 13: 11)

"Demi masa sesungguhnya setiap manusia benar-benar berada dalam kerugian kecuali orang-orang yang beriman, melakukan segala amal shaleh dan saling nasehat – menasehati untuk (menegakkan) yang haq serta nasehat – menasehati untuk (berlaku) sabar".  
(QS. Al-'Ashr: 1-3)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Terima kasih kupersembahkan kepada:  
Allah SWT, atas segala nikmat, karunia, cinta dan keindahan  
Papa (Alm), Mama dan kakakku tercinta,  
Simbah Kakung dan Simbah Putri,  
Pakde Hadi, Pakde Agus, Pak Toni,  
Mas Arief sekeluarga, Mba' Iie sekeluarga,  
dan seluruh keluarga Besar Bani Syahri dan Bani Badrun,  
Paklik Samidi sekeluarga.

## ABSTRACT

The objective of this research are to investigate: (1) the relationship of stress to performance's of students in Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, (2) the most dominant of stress factor that influence the students performance's in Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, (3) the relationship between characteristic of the students stress and the students performance's in Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. As many 100 students in Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia are taken as respondent, using stratified random sampling method. Multistage sampling is used descriptive analysis, and quantitative analysis (regression, F-test, t-test, and ANOVA).

The result of this research shows that there is significant influence the students stress in Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta; self development is the most dominant of stress that influence the students performance's in Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta; and there is no significant relationship between characteristic of the students stress and the students performance's in Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

*Keywords: stress, self development, and performance.*

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Dengan mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“ANALISIS STRES TERHADAP KINERJA (Studi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta)”**.

Maksud penyusunan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Strata-1 pada Fakultas ekonomi Jurusan Manajemen Universitas Islam Indonesia. Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih tiada terkira kepada **Dra. Trias Setiawati, M. Si** selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan banyak waktu dalam memberikan bimbingan, pengarahan, serta motivasi yang tiada henti kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Tidak lupa pula penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, terutama kepada:

1. Drs. H. Suwarsono, MA selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Islam Indonesia.
2. Dra. Nur Fauziah, MM selaku Ketua Jurusan Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Islam Indonesia.
3. Segenap dosen dan karyawan Fakultas Ekonomi Universitas Islam Indonesia atas segala bantuan yang diberikan selama masa perkuliahan.
4. Dr. Sukarti selaku Dekan pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.

5. Bapak Zaenal Muarif, dan segenap karyawan Bagian Umum Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia atas segala bantuan yang diberikan selama penelitian.
6. Segenap mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.
7. Kelurga Dr. Budi Santoso (JKT) dan Keluarga Prof. A. Baiquni (JKT) atas segala bentuk bantuan dan dukungannya.
8. Papa (Alm), Mama dan kakakku Fahim tercinta, atas segala cinta, kasih sayang, doa dan dukungannya.
9. Simbah Putri, Simbah Kakung, segenap keluarga besar Bani Syahri dan Bani Badrun atas segala doa dan dukungan yang tiada henti.
10. Asti, Irul, Inez, Andri, Rifki, Susan, Lilik, Andro, Nova, Siti (thanks dah dibantu nyebar kuisisioner... 😊)
11. *My lovely best friend* (Ita, Nara, Ading, Nantri, Hana, Eni, Erni...akhirnya selesai juga!!!! Ema, Dame, Cindy, Deni...ayo cepetan!! Btw, thanks atas sebuah persahabatan yang sangat indah... 😊 *Love you gals*)
12. Temen-temen KKN Unit 17 Angkatan 29 (Mba' Ni, Andi, Arief, Asti, Fatur, Fitri, Hengky, Indah, Rahman, Susan, Umar, Wabah... thanks atas segala kebersamaan yang singkat namun indah... 😊)
13. Temen-temen ex - Nam Che 2001 (...*there were so many stories happened, thanks 4 everything...* 😊)
14. Temen-temen KOPMA FE UII (aku dah slese neh...buruan nyusul... 😊)
15. Semua teman-teman FE UII, orang-orang yang mengenalku dimana pun berada, dan menganggapku sebagai teman, yang tidak bisa disebutkan satu

persatu, yang telah banyak membantu hingga akhirnya skripsi ini dapat selesai.

16. Dan terima kasih kepada semua hal yang telah menjadi bagian dari hidupku...

Akhirnya atas segala kekurangan yang ada pada penelitian ini, penulis menerima kritik maupun saran dari pembaca, semoga karya ini dapat bermanfaat dengan baik bagi semua pihak yang berkepentingan.

*Wassalamu'alaikum Wr. WB*

Yogyakarta, Mei 2005

Penulis,

Anna Riefqi Chandra Sekhar

## DAFTAR ISI

Halaman Judul Skripsi.....	i
Halaman Pernyataan Bebas Plagiarisme.....	ii
Halaman Pengesahan Skripsi.....	iii
Halaman Pengesahan Ujian.....	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Abstrak.....	vii
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
<b>I. PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
<b>II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1. Hasil Penelitian Terdahulu.....	7
2.2. Landasan Teori.....	10
2.3. Kerangka Teoritis.....	28
2.4. Hipotesis Penelitian.....	29

### **III. METODE PENELITIAN**

3.1. Lokasi Penelitian.....	30
3.2. Variabel Penelitian.....	38
3.3. Parameter dan Indikator.....	38
3.4. Uji Instrumen Penelitian.....	45
3.5. Data dan Metode Pengambilan Data.....	52
3.6. Populasi dan Sampel.....	54
3.7. Metode Analisis.....	56
3.8. Alat Analisis.....	57
3.9. Uji Hipotesis.....	59

### **IV. ANALISIS DATA**

4.1. Analisis Deskriptif.....	62
4.2. Analisis Kuantitatif.....	69
4.2.1. Analisis Regresi Berganda.....	70
4.2.2. Pengujian dengan Uji F.....	74
4.2.3. Pengujian dengan Uji t statistik.....	75
4.2.4. Uji Tingkat Rata-Rata.....	79
4.2.5. Uji ANOVA.....	83

### **V. KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1. Kesimpulan.....	89
5.2. Saran.....	90

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>93</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>95</b>
----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

Tabel	
3.2. Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif ( $X_1$ )...	46
3.3. Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Beban Berlebih Kualitatif ( $X_2$ )....	47
3.4. Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Pengembangan Diri ( $X_3$ ).....	47
3.5. Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Kebijakan dan Prasarana Fakultas ( $X_4$ ).....	48
3.6. Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Hubungan Sosial ( $X_5$ ).....	49
3.7. Hasil Pengukuran Validitas Kinerja (Y).....	49
3.8. Perbandingan Jumlah Populasi dan Sampel.....	56
4.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	63
4.2. Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif....	64
4.3. Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Beban Berlebih Kualitatif....	65
4.4. Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Pengembangan Diri.....	66
4.5. Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Kebijakan dan Prasarana Fakultas.....	67
4.6. Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Hubungan Sosial.....	69
4.7. Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Kinerja.....	70
4.8. Data Output untuk Regresi Linear Berganda.....	72
4.9. Rangkuman hasil Uji t.....	79
4.10. Nilai Rata-Rata Variabel Stres.....	81
4.11. Perhitungan ANOVA Mahasiswa Wanita.....	84
4.12. Perhitungan ANOVA Mahasiswa Pria.....	84

## DAFTAR GAMBAR

### Gambar

2.1. Kerangka Teoritis Penelitian.....	29
2.2. Struktur Organisasi Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.....	34

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan keadaan yang terjadi apabila timbul suatu tuntutan pada diri seseorang yang dianggapnya melebihi batas kemampuan penyesuaian diri seseorang tersebut. Menurut Handoko (1993: 148), stres adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang. Apabila stres yang terjadi terlalu besar maka dapat mengancam kemampuan seseorang dalam menghadapi lingkungannya.

Stres bukanlah masalah yang sederhana, karena mengingat dampaknya yang besar bahkan dapat membahayakan bagi orang yang bersangkutan ataupun bagi lingkungan di mana orang itu tinggal. Penelitian tentang stres telah banyak dilakukan dan dari hasil penelitian tersebut, pada tingkat tertentu stres dapat menimbulkan dampak positif seperti motivasi pribadi serta semangat untuk bekerja lebih keras. Meskipun demikian terdapat pula efek dari stres yang merugikan, seperti tingkat *turnover* yang tinggi, ketidakhadiran, kecelakaan, bahkan memotivasi seseorang untuk mengkonsumsi obat-obatan terlarang serta minuman keras.

Stres dapat terjadi pada siapa saja dan kapan saja. Stres pada sebuah titik tertentu dapat meningkatkan pekerjaan seseorang sehingga kinerjanya turut meningkat. Menurut Ivancevich dan Matteson (dalam Nurhayati, 2003) jika tingkat stres tersebut telah melewati titik optimal, maka kinerjanya akan mulai menurun. Sumber stres bagi setiap orang dapatlah sama, tetapi tinggi rendahnya tingkat stres

tergantung pada perbedaan individual. Untuk menghadapi hal tersebut perlu adanya suatu manajemen yang mampu mengolah stres dengan baik agar tidak memberikan pengaruh yang negatif terhadap kinerja seseorang, karena saat ini dibutuhkan sekali orang-orang yang mempunyai kinerja yang baik dalam rangka membentuk sumberdaya manusia yang berkualitas.

Pembangunan nasional menuntut peningkatan dan pengembangan kualitas sumberdaya manusia yang maju dan mandiri serta mampu menghadapi *trend* perubahan, perkembangan ilmu dan teknologi, dan mampu mencapai sasaran-sasaran yang ditetapkan dalam rencana pembangunan tersebut. Peningkatan dan pengembangan kualitas sumberdaya manusia tersebut tidak bisa lepas dari dunia pendidikan yang merupakan sektor strategis dalam mencapai sasaran yang telah ditetapkan. Dengan demikian, pembangunan bukan hanya diorientasikan pada peningkatan mutu pendidikan, melainkan juga pada peningkatan taraf hidup sejalan dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Pembangunan pendidikan dewasa ini agaknya dipandang sebagai gejala permintaan atau *demand phenomena* yang lebih mempersoalkan segi manfaat. Sesungguhnya, pembangunan pendidikan dalam jangka menengah dan jangka panjang tidak dapat dilepaskan dari lingkungan pembangunan nasional, di mana proses pendidikan itu sendiri tumbuh dan dibesarkan (Boediono, 1993). Investasi pendidikan merupakan investasi jangka panjang, maka pelaksanaan pembangunan pendidikan memerlukan semacam ideologi, seperti yang diamanatkan dalam Pembukaan UUD 1945, yaitu “...mencerdaskan kehidupan bangsa...”. Tempat pembibitan, pemupukan, dan pengolahan suatu nilai menjadi satu-satunya penyangga

bangunan kemanusiaan di manapun manusia berada adalah pendidikan. Hingga saat ini, pendidikan formal di sekolah ataupun di perguruan tinggi merupakan tempat yang menjadi andalan dalam pembentukan suatu sistem nilai.

Perguruan tinggi merupakan sebuah organisasi yang bergerak dalam bidang pendidikan dengan aturan-aturan tertentu yang mengatur individu-individu yang terkait dengan perguruan tinggi tersebut. Terkadang pihak perguruan tinggi kurang menyadari bahwa peraturan-peraturan tersebut sering dianggap sebagai hambatan bahkan ancaman yang tidak menyenangkan bagi mahasiswa. Mahasiswa sering terbebani dengan tugas yang terkadang terlalu berat dan menuntut penyelesaian dengan kualitas tinggi pada waktu yang tepat. Belum lagi dengan adanya kebijakan fakultas yang tampak kurang “bersahabat” bagi mahasiswa, dan persoalan-persoalan lain yang menyangkut pemenuhan fasilitas serta pelayanan yang kurang memuaskan. Mahasiswa memiliki kewajiban untuk mentaati peraturan serta kebijakan yang telah ditetapkan tersebut, namun di satu sisi mahasiswa juga mempunyai hak untuk mendapatkan pelayanan serta perlakuan yang adil. Uraian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa banyak mengalami konflik peran yang terkadang memikul beban yang terlalu berat.

Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia merupakan fakultas yang cukup besar di bawah naungan swasta. Terwujudnya Universitas Islam Indonesia sebagai *rahmatan lil'alam*, memiliki komitmen pada keunggulan risalah Islamiah di bidang pendidikan, penelitian, pengabdian pada masyarakat dan dakwah serta memiliki cita-cita untuk membentuk tenaga ahli dan sarjana muslim yang bertakwa, berakhlak, terampil, berilmu amaliah, dan beramal ilmiah. Oleh karena itu,

Universitas Islam Indonesia menerapkan berbagai peraturan atau kebijakan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas serta akhlak ke-Islaman dalam upayanya untuk mensejajarkan kualitasnya setingkat dengan universitas yang berkualitas di negara maju. Namun perlu diingat, bahwa penyaringan penerimaan mahasiswa baru pada Universitas Islam Indonesia tidak setingkat dengan penyaringan mahasiswa baru pada universitas di negara maju, sehingga kualitas mahasiswa yang diterima juga berbeda. Maka untuk mewujudkan keinginannya tersebut, Universitas Islam Indonesia menetapkan berbagai macam peraturan dan kebijakan.

Berbagai macam peraturan dan kebijakan tersebut diberlakukan pada semua fakultas yang terdapat pada Universitas Islam Indonesia, begitu pula dengan Fakultas Psikologi. Meskipun Fakultas Psikologi terhitung sebagai fakultas baru di Universitas Islam Indonesia, namun jumlah peminatnya cukup banyak. Kemungkinan hal tersebut dikarenakan ketertarikan mereka terhadap ilmu psikologi yang mempelajari tingkah laku kehidupan manusia. Mengingat jumlah mahasiswa Fakultas Psikologi yang cukup banyak serta peraturan dan kebijakan yang beragam, maka tidaklah heran jika masalah yang terjadi khususnya yang berkaitan dengan mahasiswa dapat sangat bervariasi.

Stres merupakan suatu permasalahan yang pasti ada di dalam kehidupan setiap manusia, dan stres merupakan bagian dari ilmu psikologi. Meskipun mahasiswa Psikologi mempelajari dan mengerti lebih banyak mengenai hal-hal yang berkaitan dengan kehidupan serta tingkah laku manusia, termasuk di dalamnya adalah stres, bukan berarti mereka dapat terhindar dari stres. Biasanya permasalahan muncul dari dalam individu (mahasiswa) itu sendiri, ketika harus menghadapi

berbagai macam tekanan atau beban, seperti mengerjakan tugas-tugas kuliah dalam jumlah yang banyak dengan tingkat kesulitan yang tinggi, maupun konflik yang timbul dari hubungan sosial antara individu dengan orang lain dan lingkungan di sekitarnya. Penyelesaian masalah yang berlarut-larut tersebut tentu dapat mengganggu kelancaran aktifitas, sehingga mahasiswa bisa mengalami stres yang dapat berdampak pada pencapaian kinerja.

Berkaitan dengan hal tersebut, penulis tertarik mengadakan penelitian yang berjudul:

***“ANALISIS STRES TERHADAP KINERJA (Studi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta)”***

## **1.2. Rumusan Masalah**

Permasalahan pada penelitian ini adalah:

1. Apakah stres bisa mempengaruhi kinerja mahasiswa?
2. Stressor manakah yang paling dominan mempengaruhi kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta?
3. Apakah terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, penelitian ini bertujuan:

1. Untuk membuktikan ada atau tidaknya pengaruh stres terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

2. Untuk mengetahui variabel stres manakah yang paling dominan mempengaruhi kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.
3. Untuk membuktikan apakah ada hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah:

##### **1. Bagi fakultas**

Dari penelitian ini, Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia bisa mendapatkan gambaran tentang:

- a. Tingkat stres yang dirasakan mahasiswa serta pengaruhnya terhadap kinerja.
- b. Perbandingan tingkat stres antara mahasiswa pria dan wanita.

Semua informasi mengenai tingkat stres yang dialami mahasiswa dapat menjadi suatu acuan dalam rangka perbaikan di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.

##### **2. Bagi mahasiswa**

Penelitian ini dimaksudkan untuk menambah ilmu pengetahuan peneliti khususnya mengenai hal-hal yang berkaitan dengan stres dan kinerja, dan menyumbangkan bahan guna penelitian terkait.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### 2.1. Hasil Penelitian Terdahulu

Sebagai bahan perbandingan dalam penelitian ini, perlu dikemukakan hasil penelitian sebelumnya, sehingga bisa memberikan gambaran untuk memperjelas alur berfikir penelitian ini. Hal-hal yang akan dibicarakan dalam bagian ini terdiri dari berbagai penelitian yang terdahulu tentang hubungan stres dan kinerja serta tentang perbedaan stres berdasarkan jenis kelamin.

Penelitian yang dilakukan oleh A. Ferijani dan A. I. Rahutami (2001) yang berjudul *Stres Kerja Karyawan BPR (Studi Kasus Perbarindo Komda Semarang)*, menggunakan alat analisis *Mann-Whitney U-Test* yang digunakan untuk menguji perbedaan tingkat ketahanan kerja dan tingkat stres antara *Front Office* dan *Back Office*. Sedangkan untuk menguji hubungan yang signifikan antar ketahanan kerja dan tingkat stres menggunakan Uji Korelasi Parsial Kendall. Dari hasil penelitian tersebut, menyatakan bahwa nilai probabilitas hasil pengujian menunjukkan nilai 0,2780 yang lebih besar dari nilai  $\alpha$ . Nilai tersebut menunjukkan bahwa  $H_0$  tidak dapat ditolak, yang berarti tidak terdapat perbedaan tingkat ketahanan kerja antara *Front Office* dan *Back Office*. Sedangkan dari hasil pengolahan berikutnya, menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,5024 yang menunjukkan bahwa adanya ketahanan kerja seseorang serta masa kerja seseorang sangat berpengaruh pada tingkat stres orang tersebut. Variabel dari penelitian ini adalah stres kerja. Indikator dari stres pada penelitian ini adalah tugas, aturan perusahaan, hubungan

interpersonal, kepemimpinan organisasi, peran dalam perusahaan, dan pengembangan karir.

Adapun penelitian lain yang dilakukan pada tahun 1981 oleh Van Sell dkk dan pada tahun 1964 oleh Kahn dkk (dalam Munandar, 2001: 391), menemukan bahwa tenaga kerja yang menderita konflik peran yang lebih banyak, memiliki kepuasan kerja yang lebih rendah dan ketegangan pekerjaan yang lebih tinggi. Konflik peran di sini juga berkaitan dengan stres fisiologikal.

Sementara itu, telah dilakukan pula suatu survey yang menyatakan bahwa pekerjaan yang tidak disukai atau diinginkan untuk dikerjakan (34 persen), melaksanakan pekerjaan yang sama dalam kurun waktu tertentu (30 persen), bekerja terlalu keras (28 persen), teman kerja (21 persen), dan atasan yang sulit (18 persen), merupakan hal-hal yang sangat menekan (membuat stres) di lingkungan pekerjaan. Beberapa penyebab stres yang berhubungan dengan pekerjaan tersebut merupakan hasil dari tuntutan pekerjaan yang terlalu tinggi atau justru terlalu rendah, konflik peranan, hubungan antar manusia yang kurang baik, atau karena promosi yang terlalu lambat atau terlalu cepat (Schemerhorn, 1996: 94)

Seorang tenaga ahli di Michigan University telah melakukan penelitian pula yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan stres, yang berarti tidak ada perbedaan tingkat stres yang disebabkan adanya perbedaan jenis kelamin (Robbins, 1996: 606).

Sedangkan penelitian lain yang dilakukan pada tahun 1975 oleh Singer (dalam Fraser 1992: 91), menyebutkan kemungkinan adanya perbedaan tanggapan terhadap stres yang langsung berkaitan dengan jenis kelamin. Pada penelitian itu, ia

memeriksa tanggapan terhadap stres terhadap kurang lebih 1300 pegawai pemerintah, diantaranya 153 wanita. Penyebab stres meliputi perbedaan-perbedaan yang muncul dari tiap individu sendiri, yaitu antara keinginan pribadi dan peluang untuk merealisasikan lima sifat pekerjaan dengan mana mereka memberi arti pada pekerjaan mereka, yakni pemahaman mengenai peran, tanggung jawab pada orang lain, pemanfaatan secara maksimal ketrampilan yang dimiliki, kemampuan mengelola beban kerja, dan partisipasi. Hasilnya menunjukkan bahwa para pekerja pria pada umumnya kurang memanfaatkan seluruh potensi mereka dan kurang berpartisipasi. Pada para pekerja wanita kasusnya berlawanan, sehingga tingkat stres yang dialami wanita lebih tinggi dibandingkan pria.

Hasil dari beberapa penelitian tersebut terdapat beberapa perbedaan dan persamaan dengan skripsi yang akan disusun ini dengan judul “Analisis Stres Terhadap Kinerja (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta)”. Variabel yang digunakan adalah variabel stres dengan parameter *quantitative role overload* (beban berlebih kuantitatif), *qualitative role overload* (beban berlebih kualitatif), pengembangan diri, kebijakan dan prasarana fakultas, serta hubungan sosial. Sedangkan untuk variabel kinerja menggunakan parameter kuantitas kinerja, kualitas kinerja, ketangguhan, dan sikap.

Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan ini adalah sama-sama mengambil ruang lingkup mengenai stres yang mempengaruhi kinerja serta mengetahui tingkat stres yang signifikan berdasarkan jenis kelamin, dan terdapat pula beberapa indikator sama yang digunakan dalam penelitian ini. Sementara itu, terdapat beberapa perbedaan berupa alat hitung yang akan digunakan serta sampel

yang akan diteliti. Beberapa penelitian sebelumnya lebih sering menggunakan karyawan dalam lingkungan pekerjaan yang digunakan sebagai sampel, tetapi untuk penelitian ini menggunakan mahasiswa sebagai sampelnya sehingga terdapat pula perbedaan dalam penilaian kinerjanya.

## **2.2. Landasan Teori**

### **2.2.1. Stres**

#### **2.2.1.1. Definisi Stres**

Apabila kita bertanya tentang apa itu stres kepada lima orang yang berbeda, maka kemungkinan kita akan mendapatkan lima jawaban yang berbeda pula dari setiap individu yang berbeda. Stres bisa dikatakan sebagai suatu keadaan emosional dalam bentuk tanggapan penyesuaian terhadap sesuatu yang melibatkan interaksi antara pribadi dan lingkungan.

Menurut Gibson, Ivancevich, Donnelly (1996: 339) stres merupakan suatu tanggapan penyesuaian, diperantarai oleh perbedaan-perbedaan individual dan/atau proses-proses psikologis, akibat dari setiap tindakan lingkungan, situasi, atau peristiwa yang menetapkan permintaan psikologis dan/atau fisik berlebihan kepada seseorang.

Definisi lain menurut Wilford (dalam Fraser, 1992: 79), menyatakan bahwa stres terjadi bila terdapat penyimpangan dari kondisi-kondisi optimum yang tidak dapat dengan mudah diperbaiki sehingga mengakibatkan suatu ketidakseimbangan antara tuntutan kerja dan kemampuan pekerjaanya.

Handoko (1993: 148) mendefinisikan stres sebagai suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang, sehingga stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan.

Luthans (dalam Ferijani dan Rahutami, 2001) menyatakan bahwa stres kerja merupakan respon adaptif terhadap situasi eksternal yang menyebabkan penyimpangan pada fungsi fisik, psikologis, dan tingkah laku pada orang-orang yang berpartisipasi dalam organisasi.

Dari berbagai definisi stres yang ada maka penulis mengambil kesimpulan bahwa stres merupakan suatu keadaan psikologis yang kurang menyenangkan yang disebabkan karena adanya perbedaan tuntutan kemampuan diri seseorang dalam menghadapi tuntutan tersebut, sehingga hal itu merupakan ancaman.

#### **2.2.1.2. Jenis-Jenis Stres Secara Umum**

Ditinjau dari sifat penyebabnya, secara umum stres dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu *distress* dan *eustres* (Gibson, Ivancevich, Donnelly, 1989: 204). *Distress* merupakan jenis stres yang diakibatkan oleh hal-hal yang tidak menyenangkan atau gambaran stres yang bersifat negatif. Sedangkan *eustress* merupakan jenis stres yang diakibatkan oleh hal-hal yang menyenangkan atau stres yang berdampak positif atas seseorang, misalnya mendapat promosi dalam pekerjaan atau mendapat penghargaan atas prestasi akademis yang baik.

### 2.2.1.3. Sumber-Sumber Stres

Kondisi-kondisi yang cenderung menyebabkan stres disebut sebagai stressor. Meskipun stres dapat diakibatkan oleh hanya satu stressor saja, biasanya seseorang dapat mengalami stres karena kombinasi stressor.

Berikut akan disajikan tiga buah jenis stressor oleh tiga penulis literatur yang berbeda. Mengingat tujuan dan bidang yang akan disentuh penelitian ini, cakupan tiga jenis klasifikasi stressor ini dianggap memadai untuk digunakan dan perbedaan yang ada dapat memperkuat dasar teori untuk penelitian yang dilakukan.

Menurut Luthans (1995: 399) stressor secara umum dapat dikategorikan menjadi empat, yaitu:

#### 1. Stressor-stressor luar organisasi

Stressor luar organisasi meliputi hal-hal seperti perubahan sosial atau teknikal, urusan keluarga, perpindahan tempat tinggal, keadaan perekonomian dan keuangan, ras dan kelas masyarakat serta keadaan masyarakat atau keadaan lingkungan sekitar.

#### 2. Stressor-stressor dalam organisasi

Sebuah organisasi merupakan sumber potensial berbagai stressor. Stressor yang berasal dari organisasi dapat dikategorikan menjadi stressor yang berasal dari hal-hal berikut:

##### a). Kebijakan Yang Diterapkan Organisasi

Stressor dapat timbul dari adanya evaluasi kinerja yang tidak adil atau tidak jelas, ketidakcocokan gaji, peraturan-peraturan yang tidak fleksibel, prosedur

yang tidak jelas, *shift* kerja yang berotasi, pemindahan tempat kerja yang sering, dan deskripsi kerja yang tidak realistis.

b). Struktur Organisasi

Stressor dapat timbul dari adanya sentralisasi, kurangnya partisipasi dalam pengambilan keputusan, sedikitnya kesempatan yang tersedia untuk maju, tingkat formalitas yang sangat tinggi, tingkat spesialisasi yang tinggi, ketergantungan serta konflik antar individu.

c). Keadaan Fisik Organisasi

Stressor dapat timbul dari terlalu banyaknya orang dan kurangnya privasi, suara yang terlalu keras, temperatur yang terlalu panas atau dingin, adanya bahan-bahan kimia atau radiasi, polusi udara dan penyinaran yang kurang.

d). Proses Kerja dalam Organisasi

Stressor dapat timbul dari adanya komunikasi yang kurang, umpan balik yang kurang tentang kinerja, tujuan-tujuan yang tidak jelas, tujuan-tujuan yang saling bertentangan, pengukurannya kinerja yang tidak tepat atau tidak jelas, sistem pengendalian yang tidak adil, dan informasi yang tidak cukup.

3. Stressor-stressor yang ditimbulkan kelompok

Stressor ini dapat merupakan akibat kurangnya keeratan kelompok, kurangnya dukungan sosial, serta konflik antar individu, antar pribadi, dan antar kelompok.

4. Stressor-stressor yang berasal dari individu

Termasuk dalam kategori ini adalah stressor-stresor sebagai berikut:

- a. Stresor-stresor yang berhubungan dengan peran, meliputi konflik peran, ketidakjelasan peran, serta *underload* dan *overload* peran.

- b. Stresor-stresor yang berhubungan dengan sifat-sifat pribadi, meliputi pola perilaku tipe A.
- c. Stresor-stresor yang berhubungan dengan perubahan-perubahan dalam kehidupan karier.

Robbins (1996: 613) memberikan klasifikasi stressor dalam cara yang lebih sederhana. Menurut pengklasifikasiannya, stres diakibatkan oleh hal-hal berikut ini:

- a. Stressor yang berasal dari faktor-faktor lingkungan, hal ini meliputi ekonomi yang tidak menentu, politik yang tidak menentu, dan teknologi yang tidak menentu.
- b. Stressor yang berasal dari faktor-faktor organisasi, hal ini meliputi tugas, peran, hubungan interpersonal, struktur organisasi, kepemimpinan yang ada di organisasi, dan tahap kehidupan organisasi.
- c. Stressor yang berasal dari faktor-faktor individual, hal ini meliputi masalah keluarga, masalah ekonomi rumah tangga, dan kepribadian seseorang

Schemerhorn (1996: 93) juga membedakan stressor ke dalam tiga kelompok, yaitu:

- a. Stressor yang berasal dari faktor kerja, hal ini meliputi tuntutan-tuntutan tugas, konflik peranan, hubungan antar personal, dan perkembangan karir.
- b. Stressor yang berasal dari faktor di luar pekerjaan, antara lain meliputi keluarga, perekonomian, dan masalah pribadi.
- c. Stressor yang berasal dari faktor individu, antara lain meliputi kebutuhan, kemampuan, dan kepribadian.

Dari berbagai sumber stres yang ada, maka penulis mengambil kesimpulan bahwa stres dapat timbul dari organisasi ataupun luar organisasi, dari individu ataupun kelompok, serta konflik peran yang dialami oleh individu.

#### **2.2.1.4. Psikofisiologi Stres**

Ketika seseorang menyentuh benda yang panas maka akan terjadi reaksi spontan seperti menarik tangan dari benda tersebut. Hal ini dilakukan karena orang tersebut merasakan kesakitan atau karena terkejut. Peristiwa ini disebut sebagai peristiwa psikofisiologis.

Selye (dalam Gibson, Ivancevich, Donnelly, 1996: 340) memberikan konsep tentang tanggapan psikologis terhadap stres. Dia menyebutkan ada tiga fase tanggapan psikofisiologis terhadap stres, ketiga fase tersebut diberi nama *The General Adaption Syndrome / GAS* (sindrom adaptasi umum). Dia menyebut reaksi pertahanan umum karena penyebab stres berdampak pada berbagai bagian tubuh; tanggapan menunjuk pada suatu rangsangan dari pertahanan yang diciptakan untuk membantu tubuh menghadapi penyebab stres; dan sindrom berarti bahwa bagian-bagian reaksi yang sifatnya individual terjadi hampir bersamaan. Tiga fase yang berbeda disebut sinyal (*alarm*), perlawanan (*resistence*), kelelahan (*exhaustion*).

##### **1. Tahap sinyal.**

Tahap ini merupakan mobilisasi awal dari tubuh untuk menghadapi tantangan yang diberikan oleh stressor. Ketika penyebab stres ditemukan, otak mengirimkan suatu pesan biokimia kepada semua sistem tubuh. Pernafasan

meningkat, tekanan darah naik, anak mata membesar, ketegangan otot naik, dan seterusnya.

2. Tahap perlawanan.

Pada tahap ini mulai masuknya perlawanan berupa keletihan, ketakutan, dan ketegangan. Karena individu memiliki kemampuan sumber energi yang terbatas, konsentrasi, dan kemampuan untuk menahan penyebab stres, maka pada tahap ini individu lebih mudah terserang sakit.

3. Tahap keletihan

Penghadapan pada penyebab stres yang sama pada jangka panjang dan terus menerus, akhirnya menaikkan penggunaan energi penyesuaian yang bisa dipakai, dan sistem menyerang penyebab stres menjadi letih.

Hasil penelitian meyakini bahwa penyebab stres besar dan kecil mungkin mengakibatkan perubahan di dalam fungsi sistem kekebalan. Periode ujian adalah waktu stres yang tinggi bagi mahasiswa. Pola tidur, gizi yang kurang, gangguan, dan kekhawatiran yang tinggi yang saling mempengaruhi pada waktu ujian dapat mengakibatkan merosotnya fungsi kekebalan tubuh.

#### **2.2.1.5. Dampak dari Stres**

Stres yang dialami seseorang dapat menyebabkan berbagai dampak. Dampak dari stres tersebut sangat banyak dan beragam. Dampak dari stres dapat bersifat positif dan ada pula yang bersifat negatif (Gibson, Ivancevich, Donnelly, 1996: 363). Dampak positif dari stres adalah bila stres digunakan untuk memotivasi diri, merangsang untuk bekerja lebih giat, dan untuk meningkatkan inspirasi hidup yang

lebih baik. Tetapi banyak pula diantaranya yang bersifat negatif dengan memberikan efek mengganggu dan secara potensial berbahaya. Orang yang mengalami stres akan mengembangkan berbagai gejala stres yang dapat mengganggu pelaksanaan tugas mereka.

Dampak-dampak tersebut merupakan konsekuensi potensial adanya stres. Namun demikian, tidak semua stres menimbulkan akibat yang sama, tergantung bagaimana masing-masing orang dalam menghadapi stressor yang timbul.

Menurut Cox (dalam Gibson, Ivancevich, Donnelly, 1996: 363), telah mengenali lima jenis konsekuensi yang mungkin timbul akibat dari stres, yaitu kategorinya meliputi sebagai berikut:

- *Subjective effects*, yaitu berupa ketakutan, agresi, apatis, rasa bosan, depresi, kelelahan, frustrasi, kehilangan kendali emosi, penghargaan diri yang rendah, gugup, dan kesepian.
- *Behavioral effects*, misalnya penyalahgunaan obat, peledakan emosi, makan yang berlebihan, minum atau merokok yang berlebihan, tertawa gelisah, kecanduan alkohol, dan mudah mendapat kecelakaan.
- *Cognitive effects*, yaitu seperti tidak mampu mengambil keputusan dengan akal sehat, kurang berkonsentrasi, terlalu peka terhadap kecaman, hambatan mental, dan kurang perhatian.
- *Physiological effects*, yaitu seperti kenaikan kadar gula dalam darah, denyut jantung atau tekanan darah naik, mulut kering, mudah berkeringat, mata melotot, dan tubuh mudah panas atau dingin.

- *Organizational effects*, yaitu produktivitas rendah, mengisolasi diri dari rekan kerja, loyalitas dan ketertarikan terhadap organisasi menurun, serta ketidakpuasan kerja.

Permasalahan stres merupakan hal penting yang harus diperhatikan, karena stres tidak hanya berpengaruh buruk terhadap individu itu sendiri, tapi dapat berpengaruh pula bagi suatu organisasi. Dengan demikian jelas bahwa stres bukanlah hal yang sederhana yang hanya perlu diketahui saja, tapi juga perlu dipelajari lebih jauh tentang bagaimana pengaruh stres itu dan akibatnya terhadap kinerja seseorang. Dalam hal ini stres yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UII bukan hanya merupakan tanggung jawab mahasiswa itu sendiri, tapi juga merupakan tanggung jawab pihak fakultas. Hal ini disebabkan oleh karena pengaruhnya tidak hanya pada kinerja mahasiswa saja tapi juga akan berpengaruh pada kinerja fakultas secara keseluruhan.

#### **2.2.1.6. Stres dan Pengukuran**

Stres yang dirasakan manusia akan berbeda hasilnya jika dua orang atau lebih mengalami peristiwa yang sama. Seseorang akan dapat menyatakan dirinya merasakan stres berdasarkan pada akibat yang dirasakannya. Apabila seseorang mengatakan bahwa dirinya merasakan stres yang banyak atau sedikit pada waktu tertentu, maka kata-kata itulah yang harus diterima sebagai ukuran terbaik yang ada. Pihak yang paling mengetahui tentang perasaan adalah orang itu sendiri, tidak ada pihak luar yang tahu dengan pasti tentang perasaannya apalagi memberikan ukuran yang pasti terhadapnya. Ketidakmampuan untuk memberi ukuran yang pasti ini

membuat usaha identifikasi stres pada seseorang akan tergantung pada perasaan dan persepsi orang itu kepada apa yang disebut stres.

Seseorang dapat mengalami peristiwa yang sama meskipun stres yang dirasakan berbeda. Hal tersebut setidaknya tergantung pada lima faktor variabel penentu timbul atau tidaknya stressor (Robbins, 1996: 616) yaitu:

a. Persepsi

Seseorang akan bertindak berdasarkan persepsi yang dimilikinya terhadap suatu keadaan dan bukan berdasarkan keadaan itu sendiri.

b. Pengalaman

Pengalaman merupakan guru terbaik. Hilangnya sifat baru dan ketidakpastian dengan adanya pengalaman dapat menghilangkan atau setidaknya mengurangi dampak stres.

c. Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat pula berpengaruh pada terjadinya stres. Dukungan sosial dapat berperan meringankan dampak-dampak negatif pekerjaan yang menegangkan.

d. Kepercayaan dalam Kedudukan Pengendalian (*Locus of Control*)

Ada dua jenis kedudukan pengendalian yang dapat dimiliki seseorang, yaitu internal dan eksternal. Mereka yang memiliki pengendalian internal percaya bahwa mereka mengendalikan nasib mereka sendiri. Sedangkan yang memiliki kedudukan pengendalian eksternal percaya bahwa kehidupan mereka dikendalikan dari kekuatan di luar dirinya. Penelitian telah menunjukkan bahwa mereka yang

memiliki pengendalian internal lebih sedikit merasakan stres jika dibandingkan dengan orang yang memiliki pengendalian eksternal.

e. Jenis Kepribadian

Kepribadian seseorang dibagi dalam dua tipe yaitu tipe A dan tipe B. Orang yang berkepribadian tipe A memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- Selalu cepat dalam bergerak, berjalan, dan makan.
- Merasa tidak sabar dengan kecepatan hal-hal yang terjadi yang dijumpainya.
- Berusaha untuk melakukan dua hal lebih dalam waktu bersamaan.
- Tidak dapat menerima waktu untuk bersantai.
- Memandang tingkat keberhasilan sesuatu dari jumlah yang dicapai.

Sedangkan orang yang berkepribadian tipe B memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- Tidak pernah merasakan desakan waktu dan ketidaksabaran.
- Tidak merasa ingin menunjukkan prestasi atau pencapaian diri sendiri kecuali jika keadaan menuntut.
- Dapat bersantai tanpa memiliki rasa bersalah.
- Dapat bermain-main dengan tujuan untuk benar-benar bersenang-senang dan bukannya mempunyai tujuan untuk menunjukkan keunggulan dalam segala hal.

### **2.2.1.7. Manajemen Stres**

Mengatur stres berarti berusaha mencegah timbulnya stres, meningkatkan ambang stres dari individu dan menampung akibat fisiologikal dari stres. Tujuan dari

manajemen stres adalah untuk mencegah berkembangnya stres jangka pendek menjadi stres jangka panjang atau stres yang kronis. Cara yang paling efektif untuk menanggulangi stres adalah mengerti dan mengenali stres.

Reaksi yang dikenal selama ini dalam menghadapi stres adalah “melarikan diri” secara fisik ataupun psikis, dari situasi yang penuh stres atau melawan stres (Munandar, 2001: 402). Reaksi “melarikan diri” dari situasi penuh stres tidak akan menyelesaikan persoalan. Situasi akan tetap sama, atau bahkan mungkin dirasakan semakin parah. Jika mengalami perubahan, perubahan ke arah yang lebih negatif, kondisi mental dan fisik menjadi lebih buruk.

Melalui manajemen stres dapat diusahakan hal-hal sebagai berikut:

- a. mengubah faktor-faktor di lingkungan agar tidak merupakan pembangkit stres, dan
- b. mengubah faktor-faktor individu agar:
  - ambang stres meningkat, tidak cepat merasakan situasi yang dihadapi sebagai penuh stres:
  - toleransi terhadap stres meningkat, dapat lebih lama bertahan dalam situasi yang penuh stres, tidak cepat menunjukkan akibat yang merusak dari stres pada tubuh.

Menurut Munandar (2001: 405), teknik-teknik yang dapat dilakukan adalah:

- a. Kerekayasaan organisasi.

Teknik ini berusaha untuk merubah lingkungan kerja agar tidak cepat dirasakan sebagai lingkungan yang penuh stres. Yang perlu diubah adalah faktor-faktor yang dapat menjadi pembangkit stres.

- b. Kerekayasaan kepribadian (peningkatan kecakapan dan perubahan kebutuhan dan nilai-nilai).

Strategi yang digunakan ialah upaya untuk menimbulkan perubahan-perubahan dalam kepribadian individu agar dapat dicegah timbulnya stres dan agar ambang stres dapat ditingkatkan. Perubahan-perubahan yang dituju adalah perubahan dalam hal pengetahuan, kecakapan, ketrampilan, dan nilai-nilai yang mempengaruhi persepsi dan sikap terhadap pekerjaannya.

- c. Teknik penenangan pikiran.

Teknik-teknik ini meliputi: meditasi, pelatihan relaksasi *autogenik* (relaksasi yang ditimbulkan sendiri), pelatihan relaksasi *neuromuscular* (pelatihan yang bertujuan untuk mengurangi aktifitas otot).

- d. Teknik penenangan melalui aktifitas fisik.

Tujuannya adalah menghamburkan sampai habis hasil-hasil stres yang diproduksi oleh ketakutan dan ancaman, atau yang mengubah sistem hormon dan saraf kita ke dalam sikap bertahan.

Tidak ada seorangpun yang bisa menghindarkan diri dari stres. Namun, jika stres bisa dikelola dengan baik, justru dapat mendatangkan nilai positif bagi seseorang. Oleh karena itu, stres tidak boleh dihilangkan sama sekali karena stres dapat membantu kelangsungan hidup dan memberikan dinamika hidup. Adanya dinamika hidup dapat membuat hidup menjadi lebih dinamis, tidak pasif, dan tidak menyerah, bahkan stres bisa menjadi bagian dari permainan dan kegembiraan.

## **2.2.2. KINERJA**

### **2.2.2.1. Pengertian Kinerja**

Kinerja merupakan tingkat keberhasilan yang dicapai seseorang yang berhubungan dengan tugas dan peran yang dilakukannya dalam melaksanakan pekerjaannya. Kinerja menurut Prawirosentono (1999: 2) adalah hasil kerja yang dicapai oleh seseorang atau sekelompok orang dalam suatu organisasi, sesuai dengan wewenang dan tanggung jawab masing-masing, dalam rangka upaya untuk mencapai tujuan organisasi bersangkutan secara legal, tidak melanggar hukum dan sesuai dengan moral ataupun etika. Kinerja bisa berarti pula sebagai hasil usaha yang telah dicapai seseorang dengan mengarahkan tenaga jasmani dan rohani untuk menghasilkan sesuatu yang berguna bagi dirinya. Pada umumnya kinerja diberi batasan sebagai kesuksesan seseorang dalam melaksanakan suatu pekerjaan.

### **2.2.2.2. Faktor yang Mempengaruhi Kinerja**

Kinerja seseorang dalam pekerjaan pada dasarnya dipengaruhi oleh kriteria tertentu yang ada pada diri individu baik secara fisik maupun mental dan kondisi yang berasal dari latar belakang individu sendiri, misalnya kondisi kerja, peraturan, dan hubungan sosial. Kinerja seseorang juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Selain tingkat pendidikan, kinerja juga dipengaruhi oleh kemampuan seseorang di dalam kecakapan, ketrampilan, pengalaman, dan kesungguhan seseorang dalam melaksanakan tugas. Demikian juga kesehatan jasmani dan rohani akan sangat membantu seseorang dalam melaksanakan tugasnya yang berdaya guna dan berhasil

guna. Sehingga untuk menghasilkan kinerja yang optimal diperlukan kemampuan individu serta motivasi.

### **2.2.2.3. Penilaian dan Evaluasi Kinerja**

Penilaian kinerja adalah suatu sistem yang digunakan untuk menilai apakah seseorang telah melaksanakan pekerjaan masing-masing secara keseluruhan. Penilaian kinerja merupakan upaya membandingkan prestasi aktual seseorang dengan prestasi yang diharapkan. Handoko (1993: 7) menyatakan, bahwa untuk dapat menilai kinerja seseorang digunakan dua buah konsepsi utama, yaitu efisiensi dan efektivitas. Efisiensi adalah kemampuan untuk menyelesaikan sesuatu pekerjaan dengan benar. Efektivitas adalah merupakan kemampuan untuk memilih tujuan yang tepat, untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Menurut Glueck (1978: 125) evaluasi kerja adalah kegiatan penentuan sampai pada tingkat di mana seseorang melakukan tugasnya secara efektif.

Pengukuran kinerja dapat dilakukan melalui beberapa penilaian (Flippo, 1986: 250), antara lain:

1. Kualitas kerja, berkaitan dengan ketepatan dalam menyelesaikan pekerjaan, ketrampilan dalam menyelesaikan pekerjaan, tingkat ketelitian dalam menyelesaikan pekerjaan, kerapihan dalam pelaksanaan pekerjaan, dan hasil dari pekerjaan tersebut.
2. Kuantitas kerja, berkaitan dengan pelaksanaan tugas reguler yang telah menjadi rutinitas, serta tugas tambahan.

3. Ketangguhan/ kehandalan, berkaitan dengan ketaatan mengikuti peraturan yang berlaku, inisiatif dalam melaksanakan pekerjaan, ketepatan waktu kehadiran dan penyelesaian tugas, serta kedisiplinan.
4. Sikap, merupakan hal-hal yang berkaitan dengan sikap yang menunjukkan seberapa jauh tanggung jawab terhadap pelaksanaan pekerjaan, serta tingkat kemampuan seseorang untuk bekerja sama dengan orang lain dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.

Menurut Dessler (1997: 4), dalam penilaian kinerja ada beberapa kesulitan yang perlu dihindari, antara lain:

1. Kekurangan standar. Tanpa standar, tidak dapat ada penilaian hasil yang obyektif, hanya akan ada dugaan.
2. Standar yang tidak relevan. Standar hendaknya ditetapkan dengan menganalisis hasil pekerjaan untuk memastikan bahwa standar tersebut berhubungan dengan pekerjaannya.
3. Standar yang tidak realistis. Standar yang masuk akal dan menantang itu paling berpotensi untuk memotivasi.
4. Ukuran yang tidak baik atas kinerja. Objektivitas dan perbandingan menuntut kemajuan ke arah standar atau pencapaian standar dapat diukur.
5. Kesalahan penilai. Kesalahan penilai termasuk bias, kesalahan konstan, kecenderungan sentral, serta ketakutan akan konfrontasi.
6. Umpan balik yang buruk. Penilaian harus dikomunikasikan agar penilaian kinerja menjadi efektif.

7. Komunikasi yang negatif. Proses evaluasi dihalangi oleh komunikasi yang negatif, seperti pembelaan diri dan pendekatan yang tidak bersifat mengembangkan.
8. Kegagalan untuk menerapkan data evaluasi. Kegagalan untuk menggunakan evaluasi dalam pengambilan keputusan personil dan pengembangan personil meniadakan tujuan utama evaluasi kinerja.

Ada berbagai cara untuk menilai kinerja seseorang. Salah satunya adalah menilai kinerja diri sendiri. Dalam penelitian ini, mahasiswa melakukan penilaian kinerja terhadap diri sendiri untuk menentukan seberapa besar tingkat kinerja mereka.

### **2.2.3. Hubungan Stres dan Kinerja**

Dari beberapa penelitian telah ditemukan bukti adanya hubungan yang kuat antara stres dan kinerja. Secara sederhana stres mempunyai potensi untuk mendorong atau mengganggu pelaksanaan kerja, tergantung seberapa besar tingkat stres. Berdasarkan akibat-akibat stres sebagian orang memberikan konotasi negatif dan memikirkan untuk menghindarinya. Padahal stres optimal merupakan aset yang besar dalam mengupayakan optimalnya kinerja organisasi. Pada tingkat stres yang rendah akan menyebabkan kinerja juga rendah. Selanjutnya sampai pada taraf tertentu stres akan mencapai tingkat optimal dan akan menghasilkan kinerja yang cukup bagus. Demikian pula ketika tingkat stres kerja semakin tinggi dan terlalu besar sehingga melewati titik optimal, maka kinerja akan menjadi menurun. Seseorang akan

kehilangan kemampuan untuk mengendalikannya, tidak mampu untuk mengambil keputusan dan perilakunya tidak teratur.

Apabila stres yang dialami oleh seseorang menjadi lebih tinggi dan tidak segera diatasi, maka orang itu akan kehilangan kemampuan untuk mengatasi permasalahan, tidak mampu mengambil keputusan dan perilakunya menjadi tidak menentu karena stres mengganggu pelaksanaan pekerjaannya. Akibat yang paling ekstrim adalah orang tersebut akan mengalami gangguan menjadi sakit, menjadi putus asa, dan menolak untuk bekerja karena menghindari stres.

#### **2.2.4. Tinjauan Terhadap Stres dari Sisi Jenis Kelamin**

Definisi lain menurut Wilford (dalam Fraser, 1992: 79), menyatakan bahwa stres terjadi bila terdapat penyimpangan dari kondisi-kondisi optimum yang tidak dapat dengan mudah diperbaiki sehingga mengakibatkan suatu ketidakseimbangan antara tuntutan kerja dan kemampuan pekerjanya.

Hall dan Lindzey (dalam Idrus, 2001) menyatakan bahwa, dorongan agresif merupakan suatu aspek yang selalu ada pada kehidupan manusia bersama aspek yang lain. Dorongan ini merupakan kebutuhan dasar bagi manusia. Beberapa penelitian mengenai agresifitas yang dipengaruhi jenis kelamin, menyatakan bahwa pria lebih agresif dibandingkan wanita, namun tak kurang pula yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara pria dan wanita dalam perilaku agresif. Perilaku agresif dalam konteks ini dimaknai sebatas bagaimana agresivitas seseorang dalam melaksanakan dan mengerjakan tugas-tugasnya, serta menilai sejauh mana agresivitas tersebut berpengaruh terhadap tingkat stres yang dihadapi seseorang.

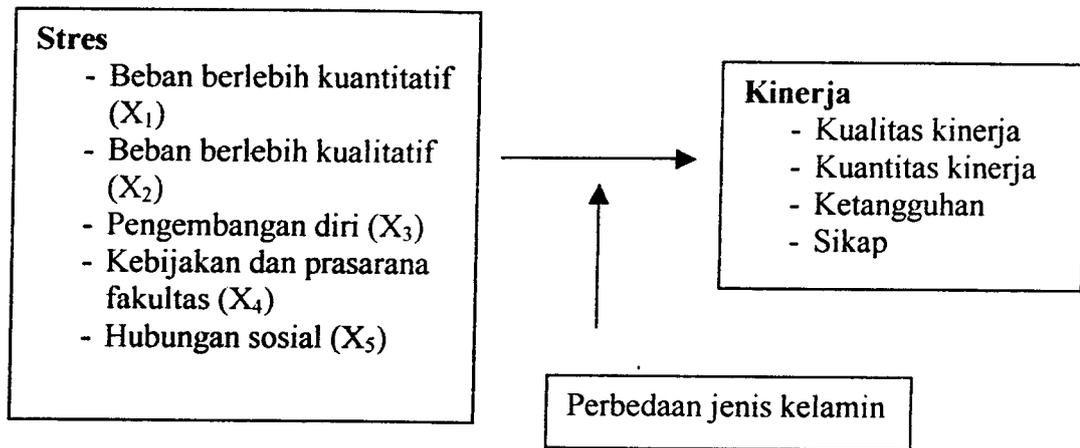
Seseorang yang mempunyai sifat agresif akan memiliki paksaan untuk bekerja berlebih, selalu bergelut dengan batas waktu, dan sering menelantarkan aspek-aspek lain dari kehidupan, seperti keluarga, kehidupan sosial, kegiatan-kegiatan waktu luang, dan rekreasi. Oleh karena itu, tingkat stres yang dihadapinya dapat lebih besar dibandingkan orang yang santai atau *easy-going*.

Wanita memiliki kecenderungan mengalami kondisi kehidupan yang dapat menimbulkan lebih banyak stres dibandingkan pria. Perbedaan tersebut juga menyebabkan wanita mengalami depresi yang lebih tinggi dibandingkan pria. Selain itu, wanita yang bekerja di luar rumah seringkali mengalami dampak stres yang lebih sedikit dibanding wanita yang hanya berada di rumah.

Penelitian mengenai perbedaan tingkat stres berdasarkan perbedaan jenis kelamin telah banyak dilakukan, dan hasil yang didapat juga berbeda-beda. Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan responden atau perbedaan status sosial responden. Penelitian kali ini akan mengambil sampel mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia sebagai responden. Dari sini bisa diketahui apakah mahasiswa Fakultas Psikologi UII mempunyai tingkat stres yang berbeda antara mahasiswa pria dan mahasiswa wanita.

### **2.3. Kerangka Teoritis**

Kerangka teoritis dimaksudkan untuk memperjelas inti bahasan teori, termasuk variabel yang berpengaruh, yang menunjukkan hubungan pengaruh antar variabel yang telah dijelaskan dalam landasan teori. Kerangka teoritis dari penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:



*Gambar 2.1. Kerangka Teoritis Penelitian*

#### **2.4. Hipotesis Penelitian**

1. Terdapat pengaruh stres yang signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.
2. Variabel pengembangan diri yang paling dominan mempengaruhi kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.
3. Terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta yang beralamat di Kampus Terpadu Jl. Kaliurang Km.14,4. Sleman Yogyakarta 55584.

##### **3.1.1. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UII**

Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia yang dibuka pada tahun 1995/1996 merupakan realisasi dari Rencana Induk Pengembangan (RIP) UII tahun 1997-2008. Pembukaan Fakultas Psikologi pada tahun tersebut dititik beratkan pada partisipasi UII dalam mendukung kebijaksanaan pemerintah tentang pengembangan sumber daya manusia. Sejalan dengan hal itu, Pengurus Harian Badan Wakaf Universitas Islam Indonesia melalui SK PHBW UII No. 11 Tahun 1995 tertanggal 15 April 1995 telah menetapkan pembukaan Fakultas Psikologi UII dan memulai penerimaan mahasiswa baru pada tahun 1995/1996. Segera sesudah membukanya, Fakultas Psikologi UII terdaftar sebagai Lembaga Pendidikan Psikologi di Indonesia melalui SK Dirjen DIKTI DEPDIBUD No. 449/DIKTI/KEP/1995 tertanggal 6 November 1995. Berdasarkan Surat keputusan Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Nomor 03089/Ak-1-III-012/UIICZI/VI/2000 tertanggal 23 Juni 2000, Fakultas Psikologi UII mendapat predikat Terakreditasi.

### 3.1.2. Sekilas Fakultas Psikologi UII

Pada tahun pertama, Fakultas Psikologi UII berlokasi di kampus Sorowajan Baru, menempati gedung kuliah bersama dengan Fakultas Ekonomi UII Progam Diploma 3. Pada tahun akademik 1996/1997, Fakultas Psikologi UII pindah ke Kampus Terpadu di Jalan Kaliurang, dengan alamat JL. Kaliurang KM. 14,4. Sleman, Yogyakarta.

Tujuan pendidikan S-1 di Fakultas Psikologi UII dirumuskan sebagai berikut:

- a. Berjiwa Pancasila dan memiliki integritas kepribadian yang tinggi sebagai Sarjana Psikologi yang berwawasan Ilahiyah.
- b. Bertakwa, berakhlak, terampil, berilmu amaliah, dan beramal ilmiah.
- c. Bersifat terbuka, tanggap terhadap perubahan dan kemajuan ilmu dan teknologi maupun masalah yang dihadapi masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan bidang keahliannya.
- d. Mampu mengenali, mengamati, dan melakukan pendekatan dan penalaran permasalahan berdasar Ilmu Psikologi.
- e. Mempunyai bekal dasar ilmu pengetahuan yang cukup untuk melanjutkan pendidikan.
- f. Memiliki dasar pengetahuan umum dan pengetahuan profesi yang cukup untuk dapat memperluas pandangannya.

Guna menunjang tercapainya tujuan pendidikan psikologi, Fakultas Psikologi UII merumuskan Visi dan Misi Fakultas Psikologi UII.

### 1. Visi Fakultas Psikologi UII

Ingin menjadi Fakultas Psikologi yang memiliki kualitas setaraf dengan Fakultas Psikologi kelas dunia dalam bidang pengajaran, penelitian, dan pengabdian masyarakat.

### 2. Misi Fakultas Psikologi UII

- a. Menghasilkan lulusan bertaraf dunia yang memiliki kompetensi psikologi yang tinggi, berwawasan Islam dan memiliki akhlakul karimah.
- b. Menghasilkan literatur di bidang kajian Psikologi Islami dan psikologi yang berwawasan budaya Indonesia.
- c. Mengembangkan pendekatan kualitatif dan kuantitatif dalam memahami perilaku dan memberdayakan potensi manusia.
- d. Menyediakan pelayanan masyarakat di bidang psikologi yang berwawasan Islam.

#### 3.1.3. Bagian dan Departemen

Berdasarkan Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 0686/U/1991 tanggal 30 Desember 1991, Fakultas Psikologi termasuk kelompok fakultas yang tidak memiliki jurusan, tetapi memiliki bagian-bagian dengan satu program studi, yaitu Program Studi Psikologi. Selanjutnya Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 018/D/0/1993 yang kemudian disempurnakan dengan Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 0324/U/1994 tanggal 9 Desember 1994 (Pasal 2) menyebutkan bahwa Program Pendidikan Psikologi yang diselenggarakan Fakultas Psikologi memiliki 6 (enam) bagian, yaitu:

1. Bagian Psikologi Umum dan Eksperimen.
2. Bagian Psikologi Perkembangan.
3. Bagian Psikologi Sosial.
4. Bagian Psikologi Industri dan Organisasi.
5. Bagian Psikologi Klinis.
6. Bagian Psikologi Pendidikan dan Psikometri.

Melalui pengkajian ulang dan pertimbangan, Fakultas Psikologi UII menyederhanakannya menjadi tiga departemen, yaitu:

1. Departemen Psikologi Sosial, Industri, dan Organisasi.
2. Departemen Psikologi Islami, Umum, dan Eksperimen.
3. Departemen Psikologi Perkembangan, Pendidikan, dan Klinis.

Adapun bidang studi yang saat ini diprioritaskan untuk dikembangkan adalah bidang Psikologi Islami, Psikologi Sosial, Psikologi Industri dan Organisasi, serta Psikologi Klinis. Bidang-bidang lain yang akan dikembangkan adalah Bidang Psikologi Pendidikan dan Psikometri serta bidang Psikologi Perkembangan. Di samping itu, untuk menegaskan identitasnya sebagai Fakultas Psikologi perguruan tinggi Islam, Fakultas Psikologi UII menawarkan beberapa mata kuliah khas, yaitu Pengantar Psikologi Islami, Studi Intensif Psikologi Islami, dan Aplikasi Psikologi Islami, sebagai ciri ke fakultasan, serta Pemikiran dan Peradaban Islam dan Studi Kepemimpinan Islam sebagai muatan lokal universitas.

### 3.1.4. Organisasi Fakultas

#### 1. Struktur Organisasi

#### STRUKTUR ORGANISASI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVESITAS ISLAM

#### INDONESIA



Sumber: Buku Panduan Akademik Fakultas Psikologi UIN Yogyakarta

Gambar 3.1  
Struktur Organisasi  
Fakultas Psikologi UIN Yogyakarta

#### 2. Personalia Stuktur

##### Periode 1995-1998

Dekan : Dr. H. Djamaludin Ancok

Pembantu Dekan : Drs. Muh. Bachtiar, MM.

**Periode 1998-2001**

Dekan : Dr. H. Djamaludin Ancok

Pembantu Dekan I : Drs. Muh. Bachtiar, MM

Pembantu Dekan II : Ratna Syifa'a Rahmahana, S. Psi \*)

Pembantu Dekan III : Sus Budiharto, S. Psi., Psikolog

\*) Ratna Syifa'a Rahmahana, S. Psi dan Sus Budiharto, S. Psi., Psikolog, diangkat menjadi Pembantu Dekan II dan III sejak Juli 2000.

**Periode 2001-2005**

Dekan : Dr. Sukarti

Pembantu Dekan I : Rina Mulyati, S. Psi \*\*)

Pembantu Dekan II : Yulianti Dwi Astuti, S. Psi

Pembantu Dekan III : H. Fuad Nashori, S. Psi., M.Si

\*\*\*) Rina Mulyati, S. Psi dikarenakan harus menempuh studi lanjut S-2, digantikan oleh Ratna Syifa'a Rahmahana, S. Psi sejak Agustus 2001.

Kadep Psikologi Sosial, dan Psikologi Industri Organisasi :

Drs. Muh. Bachtiar, MM.

Kadep Psikologi Islami, Psikologi Umum, dan Psikologi Eksperimen :

Sus Budiharto, S.Psi., Psikolog

Kadep Psikologi Perkembangan, Psikologi Pendidikan, & Psikologi Klinis:

Hepi Wahyuningsih, S. Psi

Koordinator Laboratorium Psikologi :

Uly Gusniarti, S. Psi

### 3.1.5. Sarana Pendukung

Untuk memperlancar poses belajar mengajar dan mengoptimalkan hasil serta mutu lulusannya, Fakultas Psikologi UII memandang perlu menghadirkan sarana pendukung berupa perpustakaan, laboratorium, ruang audiovisual, biro konsultasi dan testing psikologi, jurnal ilmiah, diklat, *colloquium*, dan diskusi ilmiah.

#### 1. Perpustakaan

Untuk mendukung kegiatan belajar mengajar di Fakultas Psikologi UII disediakan perpustakaan yang dibuka mulai pukul 08.00 WIB sampai dengan pukul 14.00 WIB. Hingga saat ini koleksi yang dimiliki terdiri lebih dari 4000 judul buku. Selain itu, Perpustakaan Fakultas Psikologi juga memiliki copy jurnal dari *American Psychological Association (APA)* untuk semua Bidang Psikologi. Selain itu, juga dilengkapi dengan fasilitas internet yang dapat diakses oleh mahasiswa secara gratis.

#### 2. Laboratorium

Disiplin Psikologi menuntut mahasiswa agar berlatih mengaplikasikan pengetahuannya. Untuk itu fasilitas laboratorium mutlak diperlukan. Fakultas Psikologi UII telah mengembangkan tiga laboratorium yang terdiri dari: Laboratorium Psikologi Faal, Laboratorium Psikologi Eksperimen, dan Laboratorium Psikodagnostik. Ketiganya telah aktif digunakan sebagai sarana pendalaman kuliah. Bahkan, laboratorium psikodiagnostik telah dipandang sebagai laboratorium yang baik di Yogyakarta dan representatif untuk digunakan dalam kegiatan testing atau wawancara Psikologi Profesional.

### 3. Ruang Audio Visual

Fakultas Psikologi UII melengkapi diri dengan ruang audiovisual dengan didukung sarana audiovisual canggih yang meliputi televisi 29inch, *CD room*, dengan didukung oleh ruangan yang kedap suara dan berpendingin ruangan. Ruang ini sangat bermanfaat untuk mendukung perkuliahan dengan didukung oleh tayangan visual dan praktikum Psikologi Eksperimen.

### 4. Biro Konsultasi dan Testing Psikologi

Biro Konsultasi Psikologi sangat penting artinya guna menunjang penerapan teori psikologi yang telah diperoleh dalam praktek di dunia nyata. Biro Konsultasi ini dikelola oleh dosen Fakultas Psikologi UII bergelar Psikolog, dibantu oleh mahasiswa sebagai asisten. Fakultas Psikologi UII juga memberikan pelayanan testing psikologi bagi pihak yang membutuhkan, baik di lingkungan UII maupun instansi lain.

### 5. Jurnal Ilmiah

Sebagai lembaga pendidikan tinggi, keberadaan jurnal ilmiah tidak bisa ditinggalkan. Untuk itu Fakultas Psikologi UII menerbitkan secara mandiri Jurnal Psikologika (ISSN: 1410-1289). Jurnal ini memiliki kekhasan dalam perhatiannya yang mendalam untuk Psikologi Islami dan *Indigenous Psychology*. Sebagaimana umumnya jurnal ilmiah yang profesional, kontributor Jurnal Psikologika datang dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia sehingga memiliki jangkauan yang lebih luas. Jurnal Psikologika terbit 2 kali dalam setahun, yaitu pada bulan Januari dan Juli.

### **3. 2. Variabel Penelitian**

Pada penelitian yang akan dilakukan ini, variabel penelitian terbagi atas dua variabel yaitu variabel bebas adalah variabel yang tidak dipengaruhi oleh variabel lain, dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah variabel stres (X). Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dapat dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah kinerja mahasiswa (Y).

### **3.3. Parameter dan Indikator**

#### **3.3.1. Stres**

Stres merupakan keadaan yang terjadi apabila timbul suatu tuntutan pada diri seseorang yang dianggapnya melebihi batas kemampuan penyesuaian diri seseorang tersebut. Terdapat lima faktor penyebab stres dalam penelitian ini:

- 3.3.1.1 Beban berlebih kuantitatif ( $X_1$ ) adalah beban berlebih yang timbul karena terlalu banyaknya sesuatu (tugas-tugas kuliah) untuk dikerjakan atau tidak cukup waktu untuk menyelesaikan pekerjaan (tugas-tugas kuliah). Indikatornya adalah:
- Perasaan tertekan ketika harus mengerjakan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus.
  - Perasaan tertekan ketika dituntut untuk mengumpulkan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus pada waktu yang bersamaan.
  - Waktu untuk beristirahat yang sedikit karena menyelesaikan banyak tugas kuliah.
  - Tuntutan untuk mengerjakan dan mengumpulkan tugas kuliah secara tepat dan cermat dalam waktu yang cepat.

- Waktu untuk bergaul yang berkurang karena banyaknya tugas kuliah
- Perasaan tertekan ketika *deadline* pengumpulan tugas sudah dekat.
- Perasaan tertekan ketika diharuskan mencari bahan kuliah/ literatur dalam jumlah yang banyak untuk keperluan mengerjakan tugas-tugas kuliah.

3.3.1.2. Beban berlebih kualitatif ( $X_2$ ) adalah beban berlebih yang timbul karena dibutuhkannya keahlian dan kemampuan intelektual yang lebih tinggi daripada yang dimiliki.

- Tuntutan belajar giat dan banyak membaca untuk meningkatkan kualitas sebagai mahasiswa.
- Soal- soal ujian/ kuis terlalu sulit untuk dikerjakan.
- Tuntutan menyelesaikan tugas kuliah dengan tingkat mutu yang sulit dicapai.

3.3.1.3. Pengembangan diri ( $X_3$ ) adalah suatu bentuk upaya yang dilakukan individu (mahasiswa) untuk mengembangkan dirinya, dengan meningkatkan *skill* atau pun kemampuan intelektualnya.

- Mengikuti les Bahasa Inggris untuk meningkatkan *skill* berbahasa Inggris dan kemampuan intelektual.
- Mempelajari bahasa asing lainnya untuk lebih menambah wawasan berbahasa dan intelektual.
- Kemampuan untuk menguasai dan mengoperasikan komputer dengan baik.
- Lebih memilih bekerja sama dengan orang-orang yang lebih pintar dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.
- Sering melakukan *browsing* internet untuk menambah referensi kuliah.
- Tidak boleh puas dengan prestasi kuliah sekarang ini.

- Banyak bertanya kepada dosen ketika jam kuliah maupun diluar jam kuliah.
- Mengikuti kegiatan keorganisasian/ olahraga dikampus untuk menambah wawasan dan *skill*.

3.3.1.4. Kebijakan dan prasarana fakultas (X<sub>4</sub>). Stres yang timbul karena kondisi lingkungan berupa kebijakan/ peraturan fakultas yang harus dipatuhi, serta prasarana/ fisik fakultas yang tidak memadai/ kurang memuaskan.

- Perasaan keberatan akan peraturan fakultas yang terlalu kaku.
- Tingginya biaya kuliah mengganggu kelancaran kuliah.
- Pelayanan fakultas secara umum yang kurang memuaskan.
- Peraturan mengenai busana yang digunakan dalam perkuliahan.
- Kewajiban lulus ujian agama (BTAQ) sebagai syarat kelulusan.
- Kewajiban nilai TOEFL minimal 400 sebagai syarat kelulusan.
- Jadwal key-in yang terlalu singkat.
- Jangka waktu pembayaran kuliah yang terlalu singkat.
- KKN hanya membuang-buang waktu dan butuh biaya besar.
- Semester Pendek tidak boleh mengambil mata kuliah baru.
- Jangka waktu peminjaman buku di perpustakaan yang hanya sebentar.
- Denda harian (Rp 1000,00/hari) yang terlalu besar jika terlambat mengembalikan buku.
- Lingkungan belajar tidak nyaman karena gangguan suara.
- Lingkungan belajar tidak nyaman karena gangguan dalam suhu udara.
- Lingkungan belajar tidak nyaman karena gangguan dalam penerangan.
- Fasilitas foto copy yang ada di kampus yang tidak memuaskan.

- Kursi yang dipakai untuk kuliah tidak nyaman.
- Kamar mandi yang bau dan kotor membuat tidak nyaman untuk dipakai.
- Koleksi buku-buku di perpustakaan tidak bisa memenuhi kebutuhan dalam mencari bahan kuliah.
- Pindahnya lokasi perpustakaan menghambat kelancaran belajar.
- Fasilitas hall (untuk bersantai) yang kurang nyaman karena tidak ada kursi.
- Fasilitas kantin yang kurang memuaskan dalam pelayanan/ penyediaan macam makanan.
- Mushola yang tidak tertutup mengganggu kekhusukan beribadah.
- Fasilitas internet yang terlalu sedikit.
- Jam buka perpustakaan kurang fleksibel.
- Fasilitas laboratorium kurang memadai.

3.3.1.5. Hubungan Sosial ( $X_5$ ) adalah bagaimana hubungan individu (mahasiswa) dengan dosen, teman, keluarga ataupun hubungan dengan hal-hal disekitarnya yang dapat menimbulkan stres.

- Teman berpengaruh terhadap hasil belajar.
- Hubungan dengan teman terlalu formal/kurang akrab.
- Ketergantungan teman kepada kita dalam mengerjakan tugas.
- Kurang mengenal teman-teman di kampus secara mendalam.
- Hubungan dengan dosen dalam proses belajar mengajar terlalu formal/resmi.
- Orang tua menuntut agar mendapatkan nilai yang tinggi dan prestasi baik di kampus.
- Orangtua selalu memotivasi dalam belajar.

- Hubungan dengan orang tua yang tidak baik dapat berpengaruh terhadap prestasi kuliah.
- Kuliah karena tuntutan orang tua.
- Konsentrasi kuliah terganggu karena orang tua tidak memberikan fasilitas yang memadai.
- Merasa bosan kuliah karena kondisi lingkungan kuliah yang tidak kondusif.

### **3.3.2. Kinerja**

Sedangkan kinerja (Y) dapat didefinisikan sebagai tingkat kebutuhan seorang individu, sebagai pengharapan atas pekerjaan yang telah dilakukannya. Parameter sebagai penilai kinerja pada penelitian ini adalah:

3.3.2.1. Kualitas kinerja, adalah hal yang berkaitan dengan ketepatan dalam menyelesaikan pekerjaan, tingkat ketelitian dalam menyelesaikan pekerjaan, kerapihan dalam pelaksanaan pekerjaan, dan hasil dari pekerjaan tersebut.

Indikator dari kualitas kinerja mahasiswa yaitu:

- Ketelitian dan kecermatan

Seberapa besar tingkat ketelitian dan kecermatan mahasiswa dalam mengerjakan tugas-tugas kuliahnya.

- Perolehan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)

Sejauh mana nilai yang dicapai mahasiswa sebagai hasil belajarnya.

- Kerapihan bekerja

Sejauh mana tingkat kerapihan mahasiswa dalam mengerjakan tugas-tugas kuliahnya.

3.3.2.2. Kuantitas kinerja, adalah hal yang berkaitan dengan pelaksanaan tugas reguler yang telah menjadi rutinitas, serta tugas tambahan. Indikator dari kuantitas kinerja mahasiswa adalah:

- Pelaksanaan dan penyelesaian tugas kuliah

Sejauh mana mahasiswa mampu menyelesaikan dan melaksanakan tugas kuliahnya sesuai dengan permintaan dosen.

- Kesiediaan untuk kerja lembur

Sejauh mana kesiediaan mahasiswa untuk kerja lembur demi penyelesaian tugas-tugas kuliahnya.

3.3.2.3. Ketangguhan/ kehandalan, adalah hal yang berkaitan dengan ketaatan mengikuti peraturan yang berlaku, inisiatif dalam melaksanakan pekerjaan, ketepatan waktu kehadiran dan penyelesaian tugas, serta kedisiplinan. Indikator dari ketangguhan/ kehandalan adalah:

- Kehadiran di kelas

Seberapa besar tingkat kehadiran mahasiswa di kelas.

- Penguasaan dan pemahaman terhadap materi kuliah

Sejauh mana mahasiswa memahami, dan menguasai materi kuliahnya.

- Kedisiplinan

Apakah cara kerja ataupun perilaku mahasiswa sesuai dengan tata tertib dan peraturan yang berlaku di fakultas.

- Partisipasi di kelas

Sejauh mana partisipasi mahasiswa dalam kegiatan belajar di kelas.

- Pemanfaatan waktu

Sejauh mana mahasiswa mampu memanfaatkan waktu dengan baik dalam melaksanakan dan mengerjakan tugas-tugas kuliahnya.

- Kemampuan dan kemauan belajar

Seberapa besar kemampuan dan kemauan belajar mahasiswa.

- Kemandirian

Seberapa besar tingkat kemandirian mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliahnya.

- Kepercayaan diri sendiri

Tingkat kepercayaan diri sendiri akan kemampuan mengerjakan tugas-tugas kuliah.

- Kerajinan diri sendiri

Seberapa besar tingkat kerajinan diri sendiri dalam mengerjakan tugas kuliah.

- Kecepatan berfikir dan bertindak

Tingkat kecepatan berfikir dan bertindak dalam mengerjakan tugas

- Inisiatif belajar.

- Seberapa besar tingkat inisiatif mahasiswa untuk belajar tanpa ada paksaan.
- Apakah mahasiswa mampu memberikan ide membangun dan saran-saran demi kelancaran tugas-tugas kuliahnya.

3.3.2.4. Sikap adalah hal-hal yang berkaitan dengan sikap yang menunjukkan seberapa jauh tanggung jawab terhadap pelaksanaan pekerjaan, serta tingkat kemampuan seseorang untuk bekerja sama dengan orang lain dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.

- Kemampuan menyesuaikan diri

Sejauh mana tingkat kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan kampus, orang-orangnya, serta tugas-tugas kuliah yang diberikan.

- Kemampuan bekerja sama

Sejauh mana kemampuan mahasiswa untuk bekerja sama dengan orang lain dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.

- Sopan santun.

Sejauh mana tingkat kesopanan dan rasa hormat (menghormati) mahasiswa terhadap teman ataupun dosen.

- Tanggung jawab

Seberapa besar tingkat tanggung jawab mahasiswa dalam melaksanakan tugas-tugas kuliahnya.

### 3.4. Uji Instrumen Penelitian

#### 3.4.1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sejauh mana kemampuan instrumen penelitian mengukur hal-hal yang harus diukur. Adapun langkah-langkah untuk menguji validitas adalah sebagai berikut, (1) mendefinisikan secara operasional konsep yang akan diukur, (2) melakukan uji coba skala pengukur tersebut pada sejumlah responden, (3) mempersiapkan tabel tabulasi jawaban, (4) menghitung korelasi antara masing-masing pernyataan.

Dalam penelitian ini, uji validitas kuisioner menggunakan korelasi *product moment* dengan perhitungan menggunakan seri program *SPSS.11 for*

*Windows*. Kriteria yang menyatakan bahwa butir kuisisioner tersebut valid apabila  $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$ . Jika nilai butir kurang dari  $r\text{-tabel}$ , maka pernyataan dinyatakan gugur. Ketika pada perhitungan validitas didapat butir yang tidak valid, maka butir tersebut dikeluarkan, dan proses analisis diulang kembali untuk butir yang valid saja. Pengulangan analisis validitas tersebut dilakukan berulang kali sehingga seluruh butir yang dianalisis dinyatakan valid.

#### 3.4.1.1. Uji Validitas pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif ( $X_1$ )

Dalam penelitian ini, untuk mengukur validitas dan reliabilitas, jumlah responden yang diambil sebanyak 30 orang dan dianggap sudah memenuhi syarat. Pada putaran pertama, dari jumlah 7 butir pernyataan, didapat 6 butir pernyataan yang dinyatakan valid (pernyataan nomor 3 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 6 butir yang valid saja, dan didapat 5 butir pernyataan yang valid (pernyataan nomor 5 gugur). Sisa pernyataan yang valid tersebut dianalisis kembali dan dinyatakan kelima butir tersebut valid.

Tabel 3.2  
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif ( $X_1$ )

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
1.	0,6397	0,2407	Valid
2.	0,6814	0,2407	Valid
3.	0,1566	0,2407	Tidak Valid
4.	0,7739	0,2407	Valid
5.	0,2372	0,2407	Tidak Valid
6.	0,7022	0,2407	Valid
7.	0,6823	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

### 3.4.1.1. Uji Validitas pernyataan Beban Berlebih Kualitatif ( $X_2$ )

Pada putaran pertama, dari jumlah 3 butir pernyataan, didapat 2 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 9 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 2 butir yang valid saja, dan didapat kedua butir tersebut valid.

Tabel 3.3  
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Beban Berlebih Kualitatif ( $X_2$ )

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
8.	0,4558	0,2407	Valid
9.	0,0395	0,2407	Tidak Valid
10.	0,4558	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

### 3.4.1.3. Uji Validitas pernyataan Pengembangan Diri ( $X_3$ )

Pada putaran pertama, dari jumlah 8 butir pernyataan, didapat 6 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 14 dan 18 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 6 butir yang valid saja, dan didapat keenam butir tersebut valid.

Tabel 3.4  
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Pengembangan Diri ( $X_3$ )

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
11.	0,3234	0,2407	Valid
12.	0,4590	0,2407	Valid
13.	0,6043	0,2407	Valid
14.	0,0113	0,2407	Tidak Valid
15.	0,4618	0,2407	Valid
16.	0,3806	0,2407	Valid
17.	0,5762	0,2407	Valid
18.	- 0,1261	0,2407	Tidak Valid

Sumber: Data Primer Diolah

#### 3.4.1.4. Uji Validitas pernyataan Kebijakan dan Prasarana Fakultas (X<sub>4</sub>)

Pada putaran pertama, dari jumlah 26 butir pernyataan, didapat 21 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 20, 33, 34, 35, dan 37 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 21 butir yang valid saja, dan didapat keseluruhan butir tersebut valid.

Tabel 3.5  
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Kebijakan dan Prasarana Fakultas (X<sub>4</sub>)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
19.	0,5416	0,2407	Valid
20.	0,0576	0,2407	Tidak Valid
21.	0,6971	0,2407	Valid
22.	0,3946	0,2407	Valid
23.	0,5340	0,2407	Valid
24.	0,3900	0,2407	Valid
25.	0,5952	0,2407	Valid
26.	0,3889	0,2407	Valid
27.	0,2614	0,2407	Valid
28.	0,3032	0,2407	Valid
29.	0,5552	0,2407	Valid
30.	0,6065	0,2407	Valid
31.	0,5864	0,2407	Valid
32.	0,4988	0,2407	Valid
33.	0,2191	0,2407	Tidak Valid
34.	0,1369	0,2407	Tidak Valid
35.	0,1905	0,2407	Tidak Valid
36.	0,4516	0,2407	Valid
37.	0,0234	0,2407	Tidak Valid
38.	0,5146	0,2407	Valid
39.	0,3583	0,2407	Valid
40.	0,3331	0,2407	Valid
41.	0,2489	0,2407	Valid
42.	0,4180	0,2407	Valid
43.	0,3039	0,2407	Valid
44.	0,3744	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

### 3.4.1.5. Uji Validitas pernyataan Hubungan Sosial ( $X_5$ )

Pada putaran pertama, dari jumlah 11 butir pernyataan, didapat 6 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 45, 46, 47, 52, dan 54 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 6 butir yang valid saja, dan didapat keenam butir tersebut valid.

Tabel 3.6  
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Hubungan Sosial ( $X_5$ )

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
45.	0,2353	0,2407	Tidak Valid
46.	0,1992	0,2407	Tidak Valid
47.	0,0984	0,2407	Tidak Valid
48.	0,3477	0,2407	Valid
49.	0,4441	0,2407	Valid
50.	0,4668	0,2407	Valid
51.	0,2789	0,2407	Valid
52.	-0,071	0,2407	Tidak Valid
53.	0,5693	0,2407	Valid
54.	0,0611	0,2407	Tidak Valid
55.	0,2667	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

### 3.4.1.6. Uji Validitas Kinerja (Y)

Pada putaran pertama, dari jumlah 21 butir pernyataan, didapat 16 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 5, 8, 18, 19, dan 20 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 16 butir yang valid saja, dan didapat keseluruhan butir tersebut valid.

Tabel 3.7  
Hasil Pengukuran Validitas Kinerja (Y)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
1.	0,4660	0,2407	Valid
2.	0,5178	0,2407	Valid
3.	0,2898	0,2407	Valid
4.	0,6363	0,2407	Valid

5.	0,0836	0,2407	Tidak Valid
6.	0,5361	0,2407	Valid
7.	0,6300	0,2407	Valid
8.	0,1344	0,2407	Tidak Valid
9.	0,5888	0,2407	Valid
10.	0,7128	0,2407	Valid
11.	0,6058	0,2407	Valid
12.	0,6224	0,2407	Valid
13.	0,7483	0,2407	Valid
14.	0,5549	0,2407	Valid
15.	0,6717	0,2407	Valid
16.	0,7349	0,2407	Valid
17.	0,4073	0,2407	Valid
18.	0,1966	0,2407	Tidak Valid
19.	-0,0520	0,2407	Tidak Valid
20.	0,0564	0,2407	Tidak Valid
21.	0,4982	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

### 3.4.2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dimaksudkan untuk mengetahui tingkat konsistensi terhadap instrumen-instrumen yang mengukur konsep. Reliabilitas merupakan syarat untuk tercapainya validitas suatu kuisisioner dengan tujuan tertentu. Pengukuran reliabilitas untuk penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Apabila nilai *Cronbach's Alpha* semakin mendekati angka 1 berarti semakin tinggi konsistensi internal reliabilitasnya. Nilai *Cronbach's Alpha* antara 0,80-1, maka dikatakan reliabilitasnya baik. Nilai *Cronbach's Alpha* antara 0,60-0,79 dikatakan reliabilitasnya diterima, dan jika nilai *Cronbach Alpha* kurang dari 0,60 dikategorikan reliabilitas kurang baik (Sekaran, 1992; 312).

#### **3.4.2.1. Uji Reliabilitas pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif (X<sub>1</sub>)**

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,8843 yang artinya 5 butir pernyataan untuk mengukur variabel beban berlebih kuantitatif dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

#### **3.4.2.2. Uji Reliabilitas pernyataan Beban Berlebih Kualitatif (X<sub>2</sub>)**

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,6220 yang artinya 2 butir pernyataan untuk mengukur variabel beban berlebih kualitatif dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

#### **3.4.2.3. Uji Reliabilitas pernyataan Pengembangan Diri (X<sub>3</sub>)**

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,7240 yang artinya 6 butir pernyataan untuk mengukur variabel pengembangan diri dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

#### **3.4.2.4. Uji Reliabilitas pernyataan Kebijakan Dan Prasarana Fakultas (X<sub>4</sub>)**

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,8595 yang artinya 21 butir pernyataan untuk mengukur variabel kebijakan dan prasarana fakultas dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

#### **3.4.2.5. Uji Reliabilitas pernyataan Hubungan Sosial (X<sub>5</sub>)**

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,6587 yang artinya 6 butir pernyataan untuk mengukur variabel kebijaksanaan dan prasarana fakultas dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

#### **3.4.2.6. Uji Reliabilitas Kinerja (Y)**

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,9013 yang artinya 16 butir pernyataan untuk mengukur variabel pengembangan diri dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

### **3.5. Data dan Metode Pengambilan Data**

#### **3.5.1. Jenis Data**

Data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah:

- Data primer mencakup data stres dan kinerja mahasiswa yang diperoleh dari hasil pengisian jawaban atas pernyataan yang ada pada kuisioner oleh responden.
- Data sekunder yang merupakan data litelatur dan sumber lain yang relevan dengan obyek penelitian ini.

#### **3.5.2. Metode Pengambilan Data**

Dalam mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan penelitian, mulai dari latar belakang permasalahan, obyek permasalahan, dan data yang dapat diolah

untuk dapat menjawab pertanyaan yang ada, penulis menggunakan beberapa metode pengambilan data. Berikut metode yang digunakan, yaitu:

#### 1. Kuisisioner

Alat yang dipergunakan untuk pengambilan data adalah alat berupa kuisisioner atau angket yang berisikan daftar pernyataan sebagai metode utama dalam rangka memperoleh kelengkapan data. Terdapat dua angket kuisisioner yang disebarkan kepada responden pada penelitian ini, yaitu kuisisioner tingkat stres dan kuisisioner evaluasi kinerja mahasiswa.

Skala yang digunakan untuk mengukur variabel stres dan kinerja adalah dengan menggunakan rentang skala *Likert*. Menurut Kinnear dalam Umar (2001, 132), skala *Likert* ini berhubungan dengan sikap seseorang terhadap sesuatu. Namun, dalam penelitian ini dilakukan modifikasi yaitu setiap pernyataan disediakan empat alternatif jawaban. Responden diminta untuk memilih salah satu jawaban. Pilihan jawaban pada kuisisioner stres yaitu: SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), dan STS (sangat tidak setuju). Sedangkan pilihan jawaban pada kuisisioner kinerja yaitu: SB (sangat baik), B (baik), K (kurang), dan KS (kurang sekali). Untuk pilihan jawaban N (netral) tidak dimasukkan untuk menghindari kecenderungan memberi jawaban yang netral.

Setiap nilai diberi skor numerik. Skor numerik atas jawaban responden terdiri dari 4 (empat) poin, yaitu skor yang berurutan dari angka 1 sampai dengan

4. Penilaian untuk masing-masing pilihan jawaban diberi skor sebagai berikut:

SS dan SB = diberi bobot jawaban 4

S dan TS = diberi bobot jawaban 3

TS dan K = diberi bobot jawaban 2

STS dan KS = diberi bobot jawaban 1

Semakin tinggi nilai stres yang dimiliki oleh responden, maka akan semakin tinggi pula nilai stres yang dialami oleh responden tersebut. Dan semakin tinggi nilai kinerja, maka semakin tinggi pula kinerja mahasiswa tersebut.

## 2. Metode Kepustakaan

Studi pustaka dimaksudkan untuk mendukung landasan teori dan membantu berpikir secara komprehensif untuk menganalisis data yang diperoleh dalam penelitian.

### 3.6. Populasi dan Sampel.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia tahun angkatan 2002 hingga 2004 yang berjumlah 683 orang, dengan rincian: angkatan 2002 sejumlah 164 orang, angkatan 2003 sejumlah 191 orang, dan angkatan 2004 sejumlah 328 orang. Pada penelitian ini untuk memilih responden digunakan metode *Stratified Random Sampling* (Umar, 2001: 114). Dengan metode ini dilakukan proses pembagian atau pengelompokan populasi, yang kemudian diikuti dengan pemilihan secara acak pada subyek dari setiap kelompok tersebut. Pembagian kelompok dari populasi yang dipilih dalam penelitian ini dilakukan dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu yaitu berdasarkan tahun angkatan mahasiswa, yang kemudian diambil beberapa responden sebagai sampel penelitian.

Menurut Arikunto (1983: 94), dalam menentukan jumlah sampel yang dikehendaki sebagai responden, apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika subjeknya besar, dapat diambil antara 10%-15%, atau 20%-25% atau lebih, tergantung setidaknya dari:

- a. Kemampuan peneliti dilihat dari segi waktu, biaya, dan tenaga
- b. Sempitnya luas wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data.
- c. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti.

Pada penelitian ini, responden yang akan diambil sebagai sampel sejumlah 100 orang mahasiswa dari total populasi sebesar 683 mahasiswa, dan pengambilan sejumlah sampel tersebut dinilai telah dapat mewakili populasi yang ada. Meskipun pengambilan sampel secara acak, tetapi tetap diperhatikan jumlah populasi mahasiswa pria dan wanita agar perbandingan jumlahnya cukup seimbang. Hal ini diperlukan, mengingat salah satu hipotesis dalam penelitian ini adalah menyangkut perbandingan tingkat stres mahasiswa pria dan wanita. Untuk mengambil sampel sebesar 100 orang perlu dicari faktor pembanding dari tiap subpopulasi yang sering disebut *sample fraction (f)*. *Sample fraction* didapat dengan cara membandingkan jumlah elemen tiap subpopulasi dengan jumlah seluruh elemen populasi sehingga didapat masing-masing *sample fraction*-nya

Tabel 3.8  
Perbandingan Jumlah Populasi dan Sampel

Sub populasi	Nilai f	Populasi	Sampel
Mahasiswa Angkatan 2002	0,24	164	24
Mahasiswa Angkatan 2003	0,28	191	28
Mahasiswa Angkatan 2004	0,48	328	48
JUMLAH	1	683	100

*f = sample fraction*

### 3.7. Metode Analisis

Penelitian yang akan dilakukan ini didasarkan pada dua metode analisis yaitu:

#### 1. Analisis Kualitatif

Analisis ini berdasarkan pada data yang dikumpulkan dari daftar pernyataan (kuisisioner) yang diedarkan kepada para mahasiswa sebagai obyek dari penelitian. Selain itu, data dikumpulkan pula dari studi pustaka untuk membantu berpikir secara komprehensif dan mendukung landasan teori dalam menganalisis data.

#### 2. Analisis Kuantitatif

Analisis kuantitatif adalah analisa data secara matematis statistika dengan menggunakan bentuk-bentuk perhitungan. Dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres kerja dan kinerja pada mahasiswa Fakultas Psikologi UII.

### 3.8. Alat Analisis

Alat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

#### 1. Analisis Regresi Berganda

Dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda untuk menguji apakah stres mempengaruhi secara signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta. Pengujian ini dengan memasukkan nilai variabel stres kerja ke dalam model sebagai prediktor terhadap kinerja karyawan. Jika terdapat nilai  $R^2$  yang signifikan, berarti tingkat stres kerja berpengaruh secara signifikan terhadap kinerja. Rumus regresi berganda (Umar, 2001: 188) adalah:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5$$

Keterangan: X	= variabel bebas (stres)
$X_1$	= Beban berlebih kuantitatif
$X_2$	= Beban berlebih kualitatif
$X_3$	= Pengembangan diri
$X_4$	= Kebijakan dan prasarana fakultas
$X_5$	= Hubungan sosial
Y	= variabel tidak bebas (kinerja)
$\beta_0$	= konstanta regresi
$\beta_{1, 2, 3, 4, 5}$	= koefisien regresi

## 2. Uji Tingkat Rata- Rata

Uji ini dilakukan dengan mengukur nilai tengah atau rata-rata (mean) dari tiap-tiap butir pernyataan dalam kuisioner. Penentuan nilai rata-rata pada kriteria yang merupakan variabel dari stres terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta dilakukan dengan cara membagi jumlah nilai total tiap-tiap kriteria yang didapat dengan jumlah responden dalam penelitian.

Uji tingkat rata-rata (mean ranking) ini bertujuan untuk mengukur derajat atau tingkat stres pada tiap-tiap butir pernyataan yang berkaitan dengan tingkat stres yang dirasakan paling dominan.

## 3. Uji ANOVA (*Analysis of Variance*)

Analisis ini digunakan untuk menguji apakah terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita. Uji ini dilakukan dengan menggolongkan sampel menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pria dan kelompok wanita untuk mengetahui tingkat stres masing-masing kelompok dan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat stres dari dua kelompok tersebut.

Dalam analisis variansi untuk melakukan pengujian hipotesis, menggunakan nilai fungsi F. Nilai F ditentukan oleh  $\alpha$  dan df (*degrees of freedom*). Harga F diperoleh dari rata-rata jumlah kuadrat (*mean square*) antar grup dengan  $df = (\text{jumlah variabel}-1)$  dan  $(\text{jumlah kasus}-\text{jumlah variabel})$ .

### 3.9. Uji Hipotesis

Melihat data-data yang berhasil dikumpulkan dengan berdasar hipotesis yang sudah ditetapkan, maka untuk membuktikan perlu dilakukan suatu pengujian.

1. Pada hipotesis pertama, diduga ada pengaruh stres yang signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

Penulis memilih alat analisis regresi berganda yaitu dengan memasukkan nilai variabel stres kerja kedalam model sebagai prediktor terhadap kinerja karyawan. Untuk membuktikan hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan perhitungan uji F, yaitu untuk menguji pengaruh semua variabel bebas terhadap variabel terikatnya. Jika terdapat  $R^2$  yang signifikan, berarti tingkat stres kerja berpengaruh secara signifikan terhadap kinerja mahasiswa. Hipotesis yang diajukan yaitu:

$h_0: b_1 = b_2 = 0$ , Tidak terdapat pengaruh stres yang signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$h_a : b_1 \neq b_2 \neq 0$ , Terdapat pengaruh stres yang signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

2. Hipotesis kedua, diduga variabel pengembangan diri yang paling dominan mempengaruhi kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

Untuk membuktikan kebenaran hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan penghitungan uji t, dimana:

$h_0 : b_1 = b_2 = 0$ , tidak ada pengaruh yang signifikan dari variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

$h_a : b_1 \neq b_2 \neq 0$ , terdapat pengaruh yang signifikan dari variabel bebas secara bersama-sama atau minimal satu variabel bebas terhadap variabel terikat.

Pengujian dilakukan dengan uji t, dengan membandingkan t hitung dengan tabel pada  $\alpha = 0,05$  apabila hasil pengujian menunjukkan:

- a.  $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ , maka  $h_0$  ditolak dan  $h_a$  diterima, artinya variabel bebas dapat menerangkan variabel terikatnya dan ada pengaruh diantara dua variabel yang di uji.
  - b.  $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$ , maka  $h_0$  diterima dan  $h_a$  ditolak, artinya variabel bebas tidak dapat menerangkan variabel terikatnya dan tidak ada pengaruh diantara dua variabel yang diuji.
3. Sedangkan pada hipotesis ketiga, diduga terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

Hipotesis yang diajukan adalah:

$h_0 : b_1 = b_2 = 0$ , tidak terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

$h_a : b_1 \neq b_2 \neq 0$ , terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

Untuk membuktikan kebenaran hipotesis ini dilakukan dengan penghitungan nilai  $F_o$  yang dihitung berdasarkan nilai observasi dari sampel dan  $F$  dari tabel, apabila pengujian menunjukkan:

- a.  $F_o > F$ , maka  $h_0$  ditolak dan  $h_a$  diterima, artinya terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

- b.  $F_o \leq F$ , maka  $h_a$  ditolak dan  $h_o$  diterima, artinya tidak terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

## **BAB IV**

### **ANALISIS DATA**

Pada bab ini akan membahas mengenai analisis data dari kuisisioner yang telah terkumpul sebelumnya. Dalam penelitian ini telah berhasil disebarkan kuisisioner sebanyak 100 buah dengan item pernyataan sebanyak 55 untuk kuisisioner stres dan 21 item untuk kuisisioner evaluasi kinerja. Dari 100 kuisisioner yang disebar berhasil terkumpul kembali semuanya dan semua kuisisioner diisi secara lengkap dan benar oleh responden, yang dalam hal ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta angkatan 2002, 2003, dan 2004.

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan analisis kuantitatif. Analisis deskriptif merupakan analisis yang diutamakan pada jawaban yang diberi responden terhadap pernyataan yang diajukan, kemudian dijabarkan mengenai hasil jawabannya. Analisis kuantitatif digunakan untuk mengetahui bagaimana pengaruh stres terhadap kinerja mahasiswa, serta untuk mengetahui perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

#### **4.1. Analisis Deskriptif**

Analisis deskriptif akan menjabarkan hasil penelitian yang telah dilakukan berdasarkan atas jawaban responden. Dalam hal ini akan dijelaskan mengenai karakteristik responden secara umum dan persepsi mahasiswa terhadap faktor-faktor penyebab stres yaitu faktor beban berlebih kuantitatif, beban berlebih kualitatif,

pengembangan diri, kebijakan dan prasarana fakultas, dan hubungan sosial, terhadap kinerja mahasiswa di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

#### 4.1.1. Karakteristik Responden

Jumlah keseluruhan populasi dalam penelitian ini adalah 683 orang, yang mana jumlah tersebut merupakan jumlah seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta angkatan 2002-2004. Dari 683 orang ini diambil beberapa orang sebagai sampel. Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah 100 orang responden, yang mana jumlah 100 responden ini diambil dengan cara *Stratified Random Sampling*.

Tabel 4.1  
Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	(%)
Pria	50	50
Wanita	50	50
Jumlah	100	100

Dari tabel diatas diketahui bahwa jumlah responden yang digunakan dalam penelitian ini jumlahnya seimbang antara responden pria dan wanita, hal tersebut disesuaikan dengan hipotesis kedua yang meneliti tentang perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

**4.1.2 Persepsi mahasiswa terhadap faktor-faktor penyebab stres yaitu beban berlebih kuantitatif, beban berlebih kualitatif, pengembangan diri, kebijakan dan prasarana fakultas, dan hubungan sosial, terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.**

**1. Variabel Beban Berlebih Kuantitatif ( $X_1$ )**

Persepsi mahasiswa mengenai tingkat stres berdasar pernyataan beban berlebih kuantitatif ini diukur melalui kuisioner yang berjumlah 5 butir pernyataan yang diperoleh dari hasil jawaban 100 orang responden. Hasil pemberian skor untuk jawaban yang terkumpul diperoleh distribusi frekuensi untuk tingkat stres berdasar pernyataan beban berlebih kuantitatif yang hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.2  
Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif ( $X_1$ )

No	Kelompok Jawaban	Skor Nilai	Frekuensi	Persentase
1.	Stres Sangat Tinggi	16,5 sd $\leq$ 20	23	23%
2.	Stres Tinggi	12,5 sd $\leq$ 16,5	52	52%
3.	Stres Rendah	8,75 sd $\leq$ 12,5	23	23%
4.	Stres Sangat Rendah	5 sd $\leq$ 8,75	2	2%
	Jumlah		100	100%

Sumber: Data Primer

Keterangan:

Batas Maksimum	: 20	Range	: 15
Batas Minimum	: 5	Interval	: $15/4 = 3,75$
Mean	: 14,30	Persepsi nyata	: 71,5%
Nilai harapan	: 2000		
Nilai nyata	: 1430		

Dari hasil distribusi yang terangkum dalam tabel diatas terlihat bahwa mahasiswa memiliki persepsi yang berbeda mengenai tingkat stres berdasarkan

variabel beban berlebih kuantitatif. Mahasiswa yang mengalami stres sangat rendah sebesar 2 persen, yang mengalami stres rendah sebesar 23 persen, yang mengalami stres tinggi sebesar 52 persen, dan yang mengalami stres sangat tinggi sebesar 23 persen. Sehingga, secara umum mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta memiliki persepsi bahwa mereka mengalami tingkat stres yang tinggi ditinjau dari variabel beban berlebih kuantitatif.

## 2. Variabel Beban Berlebih Kualitatif ( $X_2$ )

Persepsi mahasiswa mengenai tingkat stres berdasar pernyataan beban berlebih kualitatif ini diukur melalui kuisioner yang berjumlah 2 butir pernyataan yang diperoleh dari hasil jawaban 100 orang responden. Hasil pemberian skor untuk jawaban yang terkumpul diperoleh distribusi frekuensi untuk tingkat stres berdasar pernyataan beban berlebih kualitatif yang hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.3  
Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Beban Berlebih Kualitatif ( $X_2$ )

No	Kelompok Jawaban	Skor Nilai	Frekuensi	Persentase
1.	Stres Sangat Tinggi	6,5 sd $\leq$ 8	5	5%
2.	Stres Tinggi	5 sd $\leq$ 6,5	14	14%
3.	Stres Rendah	3,5 sd $\leq$ 5	72	72%
4.	Stres Sangat Rendah	2 sd $\leq$ 3,5	9	9%
	Jumlah		100	100%

Sumber: Data Primer

Keterangan:

Batas Maksimum	: 8	Range	: 6
Batas Minimum	: 2	Interval	: $6/4 = 1,5$
Mean	: 4,67	Persepsi nyata	: 58,3 %
Nilai harapan	: 800		
Nilai nyata	: 467		

Dari hasil distribusi yang terangkum dalam tabel diatas terlihat bahwa mahasiswa memiliki persepsi yang berbeda mengenai tingkat stres berdasarkan variabel beban berlebih kualitatif. Mahasiswa yang mengalami stres sangat rendah sebesar 9 persen, yang mengalami stres rendah sebesar 72 persen, yang mengalami stres tinggi sebesar 14 persen, dan yang mengalami stres sangat tinggi sebesar 5 persen. Sehingga, secara umum mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta memiliki persepsi bahwa mereka mengalami tingkat stres yang rendah ditinjau dari beban berlebih kualitatif.

### 3. Variabel Pengembangan Diri ( $X_3$ )

Persepsi mahasiswa mengenai tingkat stres berdasar pernyataan pengembangan diri ini diukur melalui kuisisioner yang berjumlah 6 butir pernyataan yang diperoleh dari hasil jawaban 100 orang responden. Hasil pemberian skor untuk jawaban yang terkumpul diperoleh distribusi frekuensi untuk tingkat stres berdasar pernyataan pengembangan diri yang hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.4  
Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Pengembangan Diri ( $X_3$ )

No	Kelompok Jawaban	Skor Nilai	Frekuensi	Persentase
1.	Stres Sangat Tinggi	19,5 sd $\leq$ 24	22	22%
2.	Stres Tinggi	15 sd $\leq$ 19,5	64	64%
3.	Stres Rendah	10,5 sd $\leq$ 15	13	13%
4.	Stres Sangat Rendah	6 sd $\leq$ 10,5	2	2%
	Jumlah		100	100%

Sumber: Data Primer

Keterangan:

Batas Maksimum : 24

Range : 6

Batas Minimum : 6

Interval :  $6/4 = 1,5$

Mean	: 17,63	Persepsi nyata	: 73,45 %
Nilai harapan	: 2400		
Nilai nyata	: 1763		

Dari hasil distribusi yang terangkum dalam tabel diatas terlihat bahwa mahasiswa memiliki persepsi yang berbeda mengenai tingkat stres berdasarkan variabel pengembangan diri. Mahasiswa yang mengalami stres sangat rendah sebesar 2 persen, yang mengalami stres rendah sebesar 13 persen, yang mengalami stres tinggi sebesar 64 persen, dan yang mengalami stres sangat tinggi sebesar 22 persen. Sehingga, secara umum mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta memiliki persepsi bahwa mereka mengalami tingkat stres yang tinggi ditinjau dari pengembangan diri.

#### 4. Variabel Kebijakan dan Prasarana Fakultas ( $X_4$ )

Persepsi mahasiswa mengenai tingkat stres berdasar pernyataan kebijaksanaan dan prasarana fakultas ini diukur melalui kuisioner yang berjumlah 21 butir pernyataan yang diperoleh dari hasil jawaban 100 orang responden. Hasil pemberian skor untuk jawaban yang terkumpul diperoleh distribusi frekuensi untuk tingkat stres berdasar pernyataan kebijakan dan prasarana fakultas yang hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.5  
Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Kebijakan dan Prasarana  
Fakultas ( $X_4$ )

No	Kelompok Jawaban	Skor Nilai	Frekuensi	Persentase
1.	Stres Sangat Tinggi	68,25 sd $\leq$ 84	6	6%
2.	Stres Tinggi	52,5 sd $\leq$ 68,25	68	68%
3.	Stres Rendah	36,75 sd $\leq$ 52,5	26	26%
4.	Stres Sangat Rendah	21 sd $\leq$ 36,75	0	0
	Jumlah			

Sumber: Data Primer

Keterangan:

Batas Maksimum	: 84	Range	: 63
Batas Minimum	: 21	Interval	: $63/4 = 15,75$
Mean	: 57,17	Persepsi nyata	: 68,06 %
Nilai harapan	: 8400		
Nilai nyata	: 5717		

Dari hasil distribusi yang terangkum dalam tabel diatas terlihat bahwa mahasiswa memiliki persepsi yang berbeda mengenai tingkat stres berdasarkan variabel kebijakan dan prasarana fakultas. Mahasiswa yang mengalami stres rendah sebesar 26 persen, yang mengalami stres tinggi sebesar 68 persen, dan yang mengalami stres sangat tinggi sebesar 6 persen. Sehingga, secara umum mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta memiliki persepsi bahwa mereka mengalami tingkat stres yang tinggi ditinjau dari kebijakan dan prasarana fakultas.

##### 5. Variabel Hubungan Sosial ( $X_5$ )

Persepsi mahasiswa mengenai tingkat stres berdasar pernyataan hubungan sosial ini diukur melalui kuisisioner yang berjumlah 6 butir pernyataan yang diperoleh dari hasil jawaban 100 orang responden. Hasil pemberian skor untuk jawaban yang terkumpul diperoleh distribusi frekuensi untuk tingkat stres berdasar pernyataan hubungan sosial yang hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.6  
Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Hubungan Sosial ( $X_5$ )

No	Kelompok Jawaban	Skor Nilai	Frekuensi	Persentase
1.	Stres Sangat Tinggi	19,5 sd $\leq$ 24	7	7%
2.	Stres Tinggi	15 sd $\leq$ 19,5	70	70%
3.	Stres Rendah	10,5 sd $\leq$ 15	21	21%
4.	Stres Sangat Rendah	6 sd $\leq$ 10,5	2	2%
	Jumlah		100	100%

Sumber: Data Primer

Keterangan:

Batas Maksimum	: 24	Range	: 6
Batas Minimum	: 6	Interval	: $6/4 = 1,5$
Mean	: 15,93	Persepsi nyata	: 66,37 %
Nilai harapan	: 2400		
Nilai nyata	: 1593		

Dari hasil distribusi yang terangkum dalam tabel diatas terlihat bahwa mahasiswa memiliki persepsi yang berbeda mengenai tingkat stres berdasarkan variabel hubungan sosial. Mahasiswa yang mengalami stres sangat rendah sebesar 2 persen, yang mengalami stres rendah sebesar 21 persen, yang mengalami stres tinggi sebesar 70 persen, dan yang mengalami stres sangat tinggi sebesar 7 persen. Sehingga, secara umum mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta memiliki persepsi bahwa mereka mengalami tingkat stres yang tinggi ditinjau dari hubungan sosial.

#### 6. Variabel Kinerja (Y)

Persepsi mahasiswa mengenai kinerja ini diukur melalui kuisioner yang berjumlah 16 butir pernyataan yang diperoleh dari hasil jawaban 100 orang responden. Hasil pemberian skor untuk jawaban yang terkumpul diperoleh distribusi frekuensi untuk penilaian kinerja yang hasilnya sebagai berikut:

**Tabel 4.7**  
**Persepsi Mahasiswa Terhadap Pernyataan Kinerja (Y)**

No	Kelompok Jawaban	Skor Nilai	Frekuensi	Persentase
1.	Kinerja Sangat Tinggi	52 sd $\leq$ 64	12	12%
2.	Kinerja Tinggi	40 sd $\leq$ 52	66	66%
3.	Kinerja Rendah	28 sd $\leq$ 40	20	20%
4.	Kinerja Rendah	16 sd $\leq$ 28	2	2%
	Jumlah		100	100%

Sumber: Data Primer

Keterangan:

Batas Maksimum : 64	Range	: 48
Batas Minimum : 16	Interval	: $48/4 = 12$
Mean : 45,14	Persepsi nyata	: 70,53 %
Nilai harapan : 6400		
Nilai nyata : 4514		

Dari hasil distribusi yang terangkum dalam tabel diatas terlihat bahwa mahasiswa memiliki persepsi yang berbeda mengenai tingkat stres berdasarkan variabel hubungan sosial. Mahasiswa yang mengalami kinerja sangat rendah sebesar 2 persen, yang mengalami kinerja rendah sebesar 20 persen, yang mengalami kinerja tinggi sebesar 66 persen, dan yang mengalami kinerja sangat tinggi sebesar 12 persen. Sehingga, secara umum mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta memiliki persepsi bahwa mereka memiliki tingkat kinerja yang tinggi.

#### **4.2. Analisis Kuantitatif**

Analisis kuantitatif adalah analisis data yang dilakukan berdasar atas data deskriptif yang telah dijabarkan sebelumnya, kemudian dianalisis dengan menggunakan alat-alat analisis secara statistik.

Sebelumnya dilakukan analisis kuantitatif, terlebih dahulu menentukan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menentukan variabel yang diamati

Dalam penelitian ini, variabel yang diperhitungkan melalui:

a. Variabel Bebas (X)

Merupakan variabel yang mempengaruhi nilai variabel Y. Variabel X (stres) terdiri dari:

$X_1$  = Beban berlebih kuantitatif

$X_2$  = Beban berlebih kualitatif

$X_3$  = Pengembangan diri

$X_4$  = Kebijakan dan prasarana fakultas

$X_5$  = Hubungan sosial

b. Variabel Terikat (Y)

Merupakan kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

2. Menghitung nilai dari masing-masing variabel yang diamati.

Alat analisis yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan alat analisis regresi berganda untuk mengetahui hubungan variabel bebas terhadap variabel terikat secara bersama-sama, dan menggunakan alat analisis uji ANOVA untuk mengetahui perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin. Untuk mempermudah analisis, maka dalam penelitian ini menggunakan seri program *SPSS.11 for Windows*.

#### 4.2.1. Analisis Regresi Berganda

Analisis ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Dari data hasil olahan, kemudian dilakukan perhitungan regresi berganda dengan persamaan (Umar, 2001:188):

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5$$

Dari perhitungan regresi berganda diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.8  
Data Output untuk Regresi Linear Berganda

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	39.928	5.800		6.884	.000
	X1	-.683	.235	-.319	-2.910	.005
	X2	.663	.584	.114	1.135	.259
	X3	1.162	.267	.456	4.359	.000
	X4	-.146	.090	-.167	-1.620	.109
	X5	-1.71E-02	.248	-.007	-.069	.945

a. Dependent Variable: Y

Sumber: Data Primer Diolah (lampiran C, hal 113)

Melalui pengolahan data tersebut, maka diperoleh persamaan:

$$Y = 39,928 - 0,683X_1 + 0,663X_2 + 1,162X_3 - 0,146X_4 - 0,00171X_5$$

Dari persamaan regresi tersebut diketahui bahwa nilai  $\beta_1$  adalah -0,683; nilai  $\beta_2$  adalah 0,663; nilai  $\beta_3$  adalah 1,162; nilai  $\beta_4$  adalah -0,146; dan nilai  $\beta_5$  adalah -0,00171. Nilai-nilai tersebut merupakan koefisien regresi untuk masing-masing variabel bebas. Koefisien regresi untuk variabel pengembangan diri dan beban berlebih kualitatif bernilai positif, artinya variabel pengembangan diri dan beban berlebih kualitatif mempunyai pengaruh yang searah dengan kinerja. Bila variabel pengembangan diri dan beban berlebih kualitatif meningkat, maka akan diikuti

dengan peningkatan variabel kinerja, sedangkan bila variabel pengembangan diri dan beban berlebih kualitatif menurun, maka akan diikuti pula dengan penurunan variabel kinerja. Namun pada koefisien regresi untuk variabel beban berlebih kuantitatif, kebijakan dan prasarana fakultas, serta hubungan sosial bernilai negatif, yang artinya ketiga variabel stres tersebut mempunyai pengaruh yang berlawanan dengan variabel kinerja. Bila ketiga variabel stres tersebut meningkat maka akan terjadi penurunan variabel kinerja, dan bila ketiga variabel stres tersebut menurun maka variabel kinerja akan meningkat.

Dari data diatas dapat dilihat bahwa

- Variabel beban berlebih kuantitatif berpengaruh negatif terhadap kinerja, sehingga pengaruhnya tidak searah, artinya kinerja akan turun sebesar - 0,683 apabila stres berdasar variabel beban berlebih kuantitatif naik 1 (satuan) dan keempat variabel stres yang lain konstan.
- Variabel beban berlebih kualitatif berpengaruh positif terhadap kinerja, sehingga pengaruhnya searah, artinya kinerja akan naik sebesar 0,663 apabila stres berdasar variabel beban berlebih kualitatif naik 1 (satuan) dan keempat variabel stres yang lain konstan.
- Variabel pengembangan diri berpengaruh positif terhadap kinerja, sehingga pengaruhnya searah, artinya kinerja akan naik sebesar 1,162 apabila stres berdasar variabel pengembangan diri naik 1 (satuan) dan keempat variabel stres yang lain konstan.
- Variabel kebijakan dan prasarana fakultas berpengaruh negatif terhadap kinerja, sehingga pengaruhnya tidak searah, artinya kinerja akan turun sebesar -0,146

apabila stres berdasar variabel kebijaksanaan dan prasarana fakultas naik 1 (satuan) dan keempat variabel stres yang lain konstan.

- Variabel hubungan sosial berpengaruh negatif terhadap kinerja, sehingga pengaruhnya tidak searah, artinya kinerja akan turun sebesar  $-0,00171$  apabila stres berdasar variabel kebijaksanaan dan prasarana fakultas naik 1 (satuan) dan keempat variabel stres yang lain konstan.

#### 4.2.2. Pengujian dengan Uji F

Untuk pembuktian hipotesis pertama dalam penelitian ini dilakukan dengan uji signifikansi terhadap nilai-nilai diatas, yaitu menggunakan uji regresi secara serentak dengan Uji F. Pengujian ini dilakukan untuk mengetahui apakah variabel beban berlebih kuantitatif, beban berlebih kualitatif, pengembangan diri, kebijakan dan prasarana fakultas, dan hubungan sosial berpengaruh secara bersama-sama terhadap kinerja mahasiswa. Walaupun telah diketahui sebelumnya bahwa variabel beban berlebih kuantitatif, kebijakan dan prasarana fakultas, dan hubungan sosial berlawanan pengaruhnya tetapi dalam perhitungan ini tetap dimasukkan dengan asumsi belum diketahui.

Dari hasil perhitungan diketahui besarnya  $F_{hitung}$  adalah 9,001, sedangkan nilai  $F_{tabel}$  dengan menggunakan  $\alpha$  (5%) dan derajat kebebasan (5; 94) diperoleh nilai  $F_{tabel}$  sebesar 2,311.

##### a. Hipotesis:

$H_0$  = Secara bersama-sama kelima variabel stres tidak mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII.

$H_a$  = Secara bersama-sama kelima variabel stres mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII.

- b. Menentukan taraf signifikansi dengan menggunakan  $F_{tabel}$ , untuk dk pembilang =  $k = 5$ , dan dk penyebut =  $(n-k-1) = (100 -5-1) = 94$ . Dengan  $\alpha = 5\%$ , maka  $F_{tabel} = 2,311$  (lampiran E, hal. 130).
- c. Karena nilai  $F_{hitung} (9,001) > F_{tabel} (2,311)$ , dan tingkat signifikansi 0,000 , maka  $H_0$  ditolak.
- d. Kesimpulan: secara bersama-sama kelima variabel bebas stres mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta. Hal ini berarti hipotesis I yang menyatakan “ Terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta”, **terbukti**.

#### 4.2.3. Pengujian dengan Uji t statistik

Uji t bertujuan untuk menguji apakah variabel stres secara individual mampu mempengaruhi besarnya variabel kinerja pada mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

##### 1. Pengujian variabel beban berlebih kuantitatif ( $X_1$ )

- a. Menentukan formula hipotesis dan formula alternatif

$H_0$  = Variabel beban berlebih kuantitatif tidak mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$H_a$  = Variabel beban berlebih kuantitatif mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

b. Menentukan t hitung

Dari hasil perhitungan diperoleh besarnya t hitung adalah  $-2,910$ . Dengan menggunakan  $\alpha$  (5%) dan derajat kebebasan = 95, maka diperoleh nilai t tabel (lampiran E, hal. 129) sebesar 1,66.

- c. Karena nilai t hitung ( $-2,910$ ) < t tabel (1,66), maka  $H_0$  diterima, yang artinya secara signifikan variabel beban berlebih kuantitatif tidak berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

2. Pengujian variabel beban berlebih kualitatif ( $X_2$ )

a. Menentukan formula hipotesis dan formula alternatif

$H_0$  = Variabel beban berlebih kualitatif tidak mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$H_a$  = Variabel beban berlebih kualitatif mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

b. Menentukan t hitung

Dari hasil perhitungan diperoleh besarnya t hitung adalah 1,135. Dengan menggunakan  $\alpha$  (5%) dan derajat kebebasan = 95, maka diperoleh nilai t tabel (lampiran E, hal. 129) sebesar 1,66.

- c. Karena nilai t hitung (1,135) < t tabel (1,66), maka  $H_0$  diterima, yang artinya secara signifikan variabel beban berlebih kualitatif tidak

berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

3. Pengujian variabel pengembangan diri ( $X_3$ )

a. Menentukan formula hipotesis dan formula alternatif

$H_0$  = Variabel pengembangan diri tidak mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$H_a$  = Variabel pengembangan diri mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

b. Menentukan t hitung

Dari hasil perhitungan diperoleh besarnya t hitung adalah 4,359.

Dengan menggunakan  $\alpha$  (5%) dan derajat kebebasan = 95, maka diperoleh nilai t tabel (lampiran E, hal. 129) sebesar 1,66.

c. Karena nilai t hitung (4,359) > t tabel (1,66), maka  $H_0$  ditolak, yang artinya secara signifikan variabel pengembangan diri berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

4. Pengujian variabel kebijakan dan prasarana fakultas ( $X_4$ )

a. Menentukan formula hipotesis dan formula alternatif

$H_0$  = Variabel kebijaksanaan dan prasarana fakultas tidak mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$H_a$  = Variabel kebijaksanaan dan prasarana fakultas mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

b. Menentukan t hitung

Dari hasil perhitungan diperoleh besarnya t hitung adalah  $-1,620$ .

Dengan menggunakan  $\alpha$  (5%) dan derajat kebebasan = 95, maka diperoleh nilai t tabel (lampiran E, hal. 129) sebesar 1,66.

- c. Karena nilai t hitung ( $-1,620$ ) < t tabel (1,66), maka  $H_0$  diterima, yang artinya secara signifikan variabel kebijakan dan prasarana fakultas tidak berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

5. Pengujian variabel hubungan sosial ( $X_5$ )

a. Menentukan formula hipotesis dan formula alternatif

$H_0$  = Variabel hubungan sosial tidak mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$H_a$  = Variabel hubungan sosial mempunyai pengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

b. Menentukan t hitung

Dari hasil perhitungan (lampiran) diperoleh besarnya t hitung adalah  $-0,69$ . Dengan menggunakan  $\alpha$  (5%) dan derajat kebebasan = 95, maka diperoleh nilai t tabel (lampiran E, hal. 129) sebesar 1,66.

- c. Karena nilai t hitung ( $-0,069$ ) < t tabel (1,66), maka  $H_0$  diterima, yang artinya secara signifikan variabel hubungan sosial tidak berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

Tabel 4.9  
Rangkuman hasil Uji t

Variabel	T hitung	T tabel	Keterangan
X <sub>1</sub>	- 2,910	1,66	Tidak signifikan
X <sub>2</sub>	1,135	1,66	Tidak signifikan
X <sub>3</sub>	4,359	1,66	Signifikan
X <sub>4</sub>	-1,620	1,66	Tidak signifikan
X <sub>5</sub>	- 0,069	1,66	Tidak signifikan

Sumber: Data diolah (lampiran C, hal. 113)

Dari tabel diatas terlihat bahwa variabel X<sub>1</sub>, X<sub>2</sub>, X<sub>4</sub>, dan X<sub>5</sub> mempunyai t hitung yang lebih kecil dibandingkan nilai t tabel, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel beban berlebih kuantitatif, beban berlebih kualitatif, kebijakan dan prasarana fakultas, serta hubungan sosial tidak berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa pada Fakultas Psikologi UII Yogyakarta. Sedangkan berhubungan dengan hipotesis kedua, ternyata variabel pengembangan diri mempunyai nilai t hitung lebih besar dari t tabel, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel pengembangan diri berpengaruh paling dominan terhadap kinerja mahasiswa pada Fakultas Psikologi UII Yogyakarta, maka hipotesis kedua, **terbukti**.

#### 4.2.4. Uji Tingkat Rata-Rata

Uji ini dilakukan dengan mengukur nilai tengah atau rata-rata (mean) dari tiap-tiap butir pernyataan dalam kuisisioner. Penentuan nilai rata-rata pada kriteria yang merupakan variabel dari stres terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta dilakukan dengan cara membagi jumlah

nilai total tiap-tiap kriteria yang didapat dengan jumlah responden dalam penelitian.

Melalui uji tingkat rata-rata ini dapat diketahui nilai stres pada tiap-tiap butir pernyataan yang berkaitan dengan tingkat stres yang dirasakan paling dominan.

Tabel 4.10  
Nilai Rata-Rata Pernyataan Variabel Stres

No	Pernyataan	Mean	Standar Deviasi	Ranking
<b>Beban Berlebih Kuantitatif (X1)</b>				
1.	Saya tertekan ketika harus mengerjakan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus.	2,73	0,6397	18
2.	Saya tertekan ketika dituntut untuk mengumpulkan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus pada waktu yang bersamaan	2,86	0,6814	14
4.	Tuntutan untuk mengerjakan dan mengumpulkan tugas kuliah secara tepat dan cermat dalam waktu yang cepat membuat saya tertekan.	2,56	0,7739	26
6.	Saya merasa tertekan ketika <i>deadline</i> pengumpulan tugas sudah dekat.	2,70	0,7022	22
7.	Saya merasa tertekan ketika diharuskan mencari bahan kuliah/ literatur dalam jumlah yang banyak untuk keperluan mengerjakan tugas-tugas kuliah.	2,50	0,6823	30
<b>Beban Berlebih Kualitatif (X2)</b>				
8.	Saya merasa soal-soal ujian/ kuis terlalu sulit untuk dikerjakan.	2,53	0,6814	29
10.	Saya dituntut untuk menyelesaikan tugas kuliah dengan tingkat mutu yang sulit dicapai.	2,16	0,5921	37
<b>Pengembangan Diri (X3)</b>				
11.	Dengan mengikuti les bahasa Inggris, kemampuan intelektual dan <i>skill</i> berbahasa Inggris saya dapat meningkat.	3,06	0,7849	8
12.	Dengan mempelajari bahasa asing lainnya, wawasan berbahasa dan intelektual saya dapat lebih meningkat.	3,13	0,5074	6
13.	Saya mampu menguasai dan mengoperasikan komputer dengan baik.	2,73	0,6397	19
15.	Saya sering melakukan <i>browsing</i> internet untuk menambah referensi kuliah saya.	2,86	0,7303	13

16	Saya tidak boleh merasa puas dengan prestasi kuliah saya sekarang ini.	3,23	0,6789	2
17.	Saya banyak bertanya kepada dosen ketika jam kuliah maupun diluar jam kuliah.	2,56	0,7279	27
<b>Kebijakan dan Prasarana Fakultas (X4)</b>				
19.	Saya merasa keberatan dengan peraturan fakultas yang terlalu kaku.	2,26	0,9444	35
21.	Pelayanan fakultas secara umum yang kurang memuaskan.	2,73	0,6397	20
22.	Saya keberatan dengan peraturan mengenai busana yang digunakan dalam perkuliahan	1,70	0,8367	40
23.	Saya keberatan akan kewajiban lulus ujian agama (BTAQ) sebagai syarat kelulusan	1,96	0,8503	38
24.	Saya keberatan akan kewajiban nilai TOEFL minimal 400 sebagai syarat kelulusan	2,20	0,8867	36
25.	Jangka waktu untuk key-in terlalu singkat	2,90	0,7120	11
26.	Jangka waktu pembayaran kuliah terlalu singkat.	2,56	0,7279	28
27.	Menurut saya KKN tidak penting, karena hanya membuang-buang waktu dan mengeluarkan biaya besar.	2,43	0,9714	32
28.	Saya merasa keberatan karena ketika Semester Pendek tidak boleh mengambil mata kuliah baru.	3,10	0,6618	7
29.	Jangka waktu peminjaman buku di perpustakaan terlalu sebentar.	2,73	0,8683	16
30.	Jika terlambat mengembalikan buku di perpustakaan, denda yang berlaku terlalu besar (Rp1000,00/hari)	2,76	0,9353	15
31.	Lingkungan belajar di kampus tidak nyaman karena gangguan suara.	2,56	0,8584	25
32.	Lingkungan belajar di kampus tidak nyaman karena gangguan dalam suhu udara.	2,36	0,8087	33
36.	Kamar mandi yang bau dan kotor membuat tidak nyaman untuk dipakai.	3,16	0,7466	4
38.	Pindahnya lokasi perpustakaan menghambat kelancaran belajar.	2,46	0,7761	31
39.	Fasilitas hall (untuk bersantai) yang kurang nyaman karena tidak ada kursi.	2,56	0,8976	24
40.	Fasilitas kantin yang kurang memuaskan dalam pelayanan/ penyediaan macam makanan.	2,73	0,8277	17
41.	Mushola yang tidak tertutup mengganggu kekhusukan beribadah	3,16	0,8339	3
42.	Fasilitas internet yang disediakan kampus terlalu sedikit.	3,13	0,8604	5
43.	Jam buka perpustakaan kurang fleksible	3,06	0,6915	9
44.	Fasilitas laboratorium kurang memadai.	2,86	0,7303	12

	<b>Hubungan Sosial (X5)</b>			
48.	Saya kurang mengenal teman-teman di kampus secara mendalam.	2,36	0,7184	34
49.	Hubungan saya dengan dosen dalam proses belajar mengajar terlalu formal/resmi	2,70	0,7944	21
50.	Orang tua menuntut saya agar mendapatkan nilai yang tinggi dan prestasi baik di kampus	2,63	0,8087	23
51.	Orang tua selalu memotivasi saya dalam belajar.	<b>3,43</b>	<b>0,5040</b>	<b>1</b>
53.	Saya kuliah karena tuntutan orang tua.	1,86	0,5713	39
55.	Terkadang saya merasa bosan kuliah, karena suasana kuliah yang tidak kondusif.	2,93	0,6915	10

Sumber: Data Primer

Peringkat nilai rata-rata pada tabel 4.10 tersebut menunjukkan bahwa responden memilih butir mengenai motivasi orang tua terhadap responden dalam belajar sebagai faktor paling utama yang dapat menimbulkan stres sehingga pada akhirnya akan berpengaruh terhadap kinerja kuliahnya. Dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa mahasiswa tetap membutuhkan adanya motivasi dari orang tua supaya semangat untuk belajar dapat meningkat. Dalam hal ini hubungan antara orang tua dengan mahasiswa sangat berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa tersebut. Jika hubungan kedua pihak dapat terjalin dengan baik dan bersifat positif, tentunya kinerja mahasiswa akan menjadi baik pula bahkan dapat meningkat. Tetapi bila hubungan kedua belah pihak tidak harmonis dan bersifat negatif, maka akan berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa, akibatnya kinerja mahasiswa tersebut dapat menjadi turun. Meskipun saat ini, lebih banyak mahasiswa yang tidak tinggal satu rumah bersama orang tua tetapi mereka tetap menganggap bahwa motivasi dari orang tua merupakan hal yang penting dan sangat berpengaruh terhadap kinerja kuliah mereka. Pada umumnya mahasiswa memiliki persepsi bahwa mereka berusaha meraih prestasi sebaik mungkin melalui kinerjanya dalam kuliah, sebagai upaya untuk membahagiakan orang tua.

Sedangkan butir mengenai peraturan busana yang dikenakan dalam perkuliahan dianggap sebagai faktor paling akhir yang dapat menimbulkan stres. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa tidak keberatan terhadap peraturan dari fakultas mengenai pakaian yang sopan untuk dikenakan dalam perkuliahan. Hal tersebut dapat menunjukkan pula bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta secara umum telah menyadari pentingnya berpakaian secara sopan yang sesuai dengan syariat Islam.

#### 4.2.5. Uji ANOVA (*Analysis of Variance*)

Uji ANOVA ini dimaksudkan untuk melakukan pengujian yang signifikan untuk mencari hubungan antara faktor jenis kelamin terhadap tingkat stres mahasiswa Fakultas Psikologi UII.

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah:

Ho: Tidak terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan mahasiswa wanita pada Fakultas Psikologi UII.

Ha: Terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan mahasiswa wanita pada Fakultas Psikologi UII.

Melalui perhitungan dengan menggunakan program *SPSS.11 for Windows*, diperoleh hasil dari perhitungan ANOVA sebagai berikut:

Tabel 4.11  
Perhitungan ANOVA Mahasiswa Wanita

No	Tingkat Stres	N	Mean (X)	Standar Deviasi
1.	Stres Sangat Rendah (40 sd $\leq$ 70)	0	0	-
2.	Stres Rendah (70 sd $\leq$ 100)	14	94,43	4,957
3.	Stres Tinggi (100 sd $\leq$ 130)	33	109,52	6,992
4.	Stres Sangat Tinggi (130 sd $\leq$ 160)	3	136,67	6,351
	Total Mean Wanita		106,92	

Sumber: Data Primer Diolah (lampiran C, hal. 116)

Keterangan:

Batas maksimal : 160                      Range : 120

Batas minimal : 40                      Interval :  $120/4 = 30$

Hasil analisis ANOVA pada mahasiswa wanita diperoleh hasil bahwa mahasiswa wanita berada tingkat stres yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dari perhitungan hasil mean sebesar 106,92.

Tabel 4.12  
Perhitungan ANOVA Mahasiswa Pria

No	Tingkat Stres	N	Mean (X)	Standar Deviasi
1.	Stres Sangat Rendah (40 sd $\leq$ 70)	1	76,0	-
2.	Stres Rendah (70 sd $\leq$ 100)	5	99,4	0,894
3.	Stres Tinggi (100 sd $\leq$ 130)	43	113,84	7,198
4.	Stres Sangat Tinggi (130 sd $\leq$ 160)	1	146	-
	Total Mean Pria		112,28	

Sumber: Data Primer Diolah (Lampiran C, hal.116)

Penghitungan ANOVA pada mahasiswa pria diperoleh hasil yang sama, yaitu mahasiswa pria berada pada tingkat stres yang tinggi, dengan hasil perhitungan mean sebesar 112,28.

Jika dilihat dari nilai total mean, hasil nilai total mean mahasiswa pria lebih besar dari nilai total mean mahasiswa wanita, meskipun begitu stres yang dirasakan

oleh mahasiswa pria dan mahasiswa wanita berada pada tingkat yang sama, yaitu tingkat stres yang tinggi.

Dari hasil perhitungan, diketahui besarnya  $F_{hitung}$  adalah 0,210 sedangkan nilai  $F_{tabel}$  dengan menggunakan  $\alpha$  (5%) dan derajat kebebasan (3; 96) diperoleh nilai  $F_{tabel}$  sebesar 2,7 (lampiran C, hal 130).

a. Hipotesis:

$H_0$  = Tidak terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan mahasiswa wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$H_a$  = Terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan mahasiswa wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

b. Menentukan taraf signifikansi dengan menggunakan  $F_{tabel}$ , untuk  $df$  pembilang =  $(k-1) = 3$ , dan  $df$  penyebut =  $(N - k) = (100 - 4) = 96$ .

Dengan  $\alpha = 5\%$ , maka  $F_{tabel} = 2,7$  (lampiran E, hal. 130).

e. Karena nilai  $F_{hitung}$  (0,210) <  $F_{tabel}$  (2,7), dan tingkat signifikansi 0,811; maka  $H_0$  diterima.

Dari hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima atau tidak ada perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta, maka hipotesis II, **tidak terbukti**.

## **PEMBAHASAN**

Dari hasil analisis yang dilakukan, apabila dilihat dari pengaruh masing-masing variabel stres terhadap kinerja mahasiswa, akan tampak satu hal yang menarik, karena tidak semua variabel stres mempengaruhi kinerja mahasiswa, dan terdapat dua variabel stres yaitu pengembangan diri dan beban berlebih kualitatif yang berpengaruh secara positif terhadap kinerja mahasiswa. Variabel pengembangan diri dan beban berlebih kualitatif mempunyai pengaruh yang searah dengan kinerja mahasiswa, artinya bagi mahasiswa faktor pengembangan diri dan beban berlebih kualitatif merupakan tantangan yang masih bisa dikendalikan oleh mereka, bahkan dapat menjadi suatu rangsangan sehat untuk mendorong mereka agar belajar lebih giat dan maksimal, sehingga kinerja dan prestasi mereka menjadi meningkat. Sedangkan untuk variabel beban berlebih kuantitatif, kebijakan dan prasarana fakultas, serta hubungan sosial mempunyai pengaruh yang berlawanan dengan kinerja mahasiswa, artinya bagi mahasiswa ketiga variabel tersebut merupakan tantangan yang terlalu besar dan berat sehingga sulit bagi mahasiswa untuk mengendalikannya, akibatnya stres tersebut menjadi pengganggu dalam kinerja mereka dan kinerja mereka akan menurun, bahkan bisa menjadi “nol”. Hal ini mungkin disebabkan karena mahasiswa merasa banyak menerima tugas-tugas yang terlalu berat dan berlebihan, serta kebijakan dan prasarana yang dirasakan kurang sesuai bagi mereka, seperti kebijakan mengenai jangka waktu *key-in* yang terlalu singkat, kebijakan yang berhubungan dengan pembayaran, ataupun sarana berupa fasilitas foto copy dan pemenuhan buku-buku di perpustakaan yang dinilai masih kurang, dan sebagainya. Selain itu, hubungan sosial masing-masing mahasiswa, baik

itu hubungan dengan sesama teman, hubungan dengan dosen, ataupun hubungan dengan orang tua dapat berpengaruh terhadap kinerja mereka berupa prestasi yang meningkat ataupun menurun tergantung dari baik buruknya hubungan tersebut.

Apabila dilihat dari nilai rata-rata tingkat stres menunjukkan bahwa motivasi orang tua dalam memberikan semangat untuk belajar merupakan faktor paling utama yang mempengaruhi kinerja kuliah mereka. Hal ini menunjukkan apabila hubungan kedua pihak dapat terjalin dengan baik dan bersifat positif, tentunya kinerja mahasiswa akan menjadi baik pula bahkan dapat meningkat. Tetapi bila hubungan kedua belah pihak tidak harmonis dan bersifat negatif, maka akan berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa, akibatnya kinerja mahasiswa tersebut dapat menjadi turun. Sedangkan yang dianggap sebagai faktor paling akhir yang dapat menimbulkan stres adalah peraturan mengenai busana yang dikenakan dalam perkuliahan. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa telah menyadari pentingnya berpakaian secara sopan yang sesuai dengan syariat Islam, dan tidak keberatan dengan peraturan tersebut.

Mengenai masalah perbedaan tingkat stres antara pria dan wanita dalam penelitian ini, didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita di Fakultas Psikologi UII. Tidak adanya perbedaan ini kemungkinan disebabkan karena peran mereka yang sama yaitu sebagai mahasiswa yang tujuan utamanya adalah menuntut ilmu untuk meraih prestasi sebaik mungkin.

Dari hasil keterangan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa seberapa besarnya tingkat stres yang dialami mahasiswa Fakultas Psikologi UII, pihak fakultas

harus tetap memperhatikan masalah tersebut mengingat dampak yang ditimbulkan lebih banyak bersifat negatif daripada positif. Sehingga kedua belah pihak, yaitu mahasiswa dan Fakultas Psikologi UII harus bisa saling mendukung dalam menangani stres tersebut.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Sebagai tahap akhir penelitian maka perlu dikemukakan hasil penelitian yang terkumpul dalam bab ini yang terdiri dari:

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data melalui kuisioner yang terkumpul dari mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Diketahui bahwa kelima variabel stres, yaitu variabel beban berlebih kuantitatif, variabel beban berlebih kualitatif, variabel pengembangan diri, variabel kebijakan dan prasarana fakultas, dan variabel hubungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap kinerja mahasiswa yang ditunjukkan oleh nilai  $F_{hitung} (9,001) > F_{tabel} (2,311)$ . Hal ini berarti secara bersama-sama kelima variabel stres mampu mempengaruhi kinerja mahasiswa.
2. Diantara kelima variabel stres yang berpengaruh tersebut, yaitu variabel beban berlebih kuantitatif, variabel beban berlebih kualitatif, variabel pengembangan diri, variabel kebijakan dan prasarana fakultas, dan variabel hubungan sosial, ternyata yang memiliki pengaruh paling dominan adalah variabel pengembangan diri. Hal ini ditunjukkan oleh nilai  $t$  hitung untuk variabel pengembangan diri sebesar 4,359. Nilai  $t$  hitung dari variabel

pengembangan diri merupakan nilai  $t$  hitung tertinggi dibandingkan dengan nilai  $t$  hitung keempat variabel stres yang lain.

3. Dari hasil perhitungan nilai rata-rata tingkat stres menunjukkan bahwa mahasiswa menganggap motivasi dari orang tua dalam memberikan semangat belajar sebagai faktor utama yang dapat mempengaruhi kinerja kuliah mereka. Sedangkan yang dinilai menjadi faktor paling akhir menimbulkan stres adalah peraturan mengenai busana yang dikenakan dalam perkuliahan.
4. Dari hasil uji ANOVA menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat stres. Artinya tidak ada perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

## **5.2. Saran**

Berdasar hasil penelitian yang telah disimpulkan sebelumnya, maka ada beberapa saran yang perlu diperhatikan berikut ini:

1. Penelitian ini hanya berhasil menunjukkan hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara stres dengan kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta tanpa bisa membuktikan apakah stres yang dialami mahasiswa ini berada pada titik optimal atau tidak. Dengan demikian untuk mengetahui tingkat stres yang optimal maka pihak Fakultas Psikologi UII Yogyakarta disarankan secara kontinyu mengukur dan memantau tingkat stres yang dialami mahasiswanya.

2. Diketahui yang menjadi stressor dominan yaitu pengembangan diri, maka pihak Fakultas Psikologi UII harus lebih memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan upaya pengembangan diri mahasiswa, misalnya dengan menambah jumlah komputer yang difungsikan sebagai internet ataupun menambah kegiatan keorganisasian/olahraga untuk meningkatkan wawasan dan *skill* mahasiswa. Hal-hal tersebut perlu diperhatikan, karena dapat berdampak pada kinerja mahasiswa dan secara tidak langsung juga akan mempengaruhi kinerja Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.
3. Dilihat dari nilai rata-rata tiap pernyataan variabel stres, diperoleh bahwa faktor utama yang mempengaruhi kinerja mahasiswa secara individu adalah motivasi dari orang tua dalam memberikan semangat belajar. Meskipun hal tersebut secara langsung tidak bersumber dari fakultas, tetap saja pihak fakultas tidak boleh lengah, sebab tingkat stres seseorang dapat berubah sewaktu-waktu tergantung dari faktor lingkungan sekitar yang mempengaruhinya. Sehingga bukanlah tidak mungkin jika di masa yang akan datang faktor dari fakultas akan menjadi faktor utama yang mempengaruhi kinerja mahasiswa tersebut, karena itu pihak fakultas disarankan secara kontinyu mengukur dan memantau tingkat stres yang dialami mahasiswanya.
4. Dari hasil penelitian menunjukkan perlunya memperhatikan masalah stres, karena stres bisa berakibat tidak hanya pada individu yang bersangkutan tapi juga pada organisasi di mana individu itu berada. Oleh sebab itu, pihak Fakultas Psikologi UII harus mulai memperhatikan masalah stres yang

terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UII secara kontinyu agar diketahui tingkat stres yang optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alhusin, S. (2003). *Aplikasi Statistik Praktis dengan SPSS.10 for Windows*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Anonim. (2005). "Keluhan Fisik karena Stres." *Kompas*, 17 April, 40.
- Arikunto, S. (1983). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Bina Aksara.
- Boedijoewono, N. (1999). *Pengantar Statistik Ekonomi dan Perusahaan*. Jilid 1. Edisi Ketiga. Yogyakarta: UPP AMP YKPN.
- Boediono. (1993). "Pendidikan dan Pembangunan dalam Periode Tinggal Landas". *Majalah Ilmiah UII (Unisia)*, No. 17 (Triwulan VI), 8-22.
- Dessler, G. (1997). *Human Resorce Management*, 7<sup>th</sup> edition. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Fahmi, I. (2001). *Pengaruh Nilai Kerja Terhadap Motivasi Berprestasi dalam Perspektif Jender pada Karyawan Administratif Fakultas Ekonomi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta*. Skripsi Sarjana (Tidak dipublikasikan). Yogyakarta: Fakultas Ekonomi UII.
- Ferijani, A. dan Rahutami, A. I. (2001). "Stres Kerja Karyawan BPR (Studi Kasus Perbarindo Komda Semarang)." *Dian Ekonomi*, No. 1 (Maret), 19-34.
- Fraser, T. M. (1992). *Stres & Kepuasan Kerja*. Jakarta: PT. Pustaka Binaman Presindo.
- Gibson, J. L., Ivancevich, J. M., Donelly, J. H. (1989). *Organisasi, Perilaku, Struktur, Proses* (terjemahan). Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Glueck, William F. (1978). *Personal: A Diagnostic Approach*. Dallas, Texas: Business Publication Inc.
- Handoko, H. (1993). *Manajemen Personalia dan Sumberdaya Manusia*. Edisi 2. Yogyakarta: BPFE.
- Idrus, M. (2001). "Pengaruh Jenis Kelamin Terhadap Agresivitas (Kajian Meta Analisis)". *Logika*, Vol.6, No.7, (Desember), 79-91.
- Kustituantto, B. (1988). *Statistika Untuk Ekonomi dan Bisnis*. Yogyakarta: BPFE.

- Luthans, F. (1995). *International edition of Organizational Behaviour, 7<sup>th</sup> edition*. Singapore: McGraw-Hill, Co.
- Mulyati, S. (2000). "Stres Dan Kinerja Implikasi Terhadap Manajemen Sumber daya Manusia." *Kajian Ekonomi dan Bisnis*, Vol.4 (Agustus), 40-48.
- Munandar, A. S. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: UI Press.
- Nurhayati, N. (2003). *Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Moderating*. Tesis Pasca Sarjana (Tidak dipublikasikan). Yogyakarta: Magister Manajemen UGM.
- Robbins, S.P. (1996). *Organizational Behavior: Concept, Controversies, and Application*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Santoso, S. (2004). *Mengatasi Berbagai Masalah Statistik dengan SPSS versi 11.5*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Sekaran, U. (2000). *Research method for business: A Skill-Building Approach, 3<sup>rd</sup> edition*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Schemerhorn, Jr., John R. (1996). *Manajemen* (terjemahan). Edisi Kelima. Yogyakarta: ANDI Offset.
- Umar, H. (2001). *Riset Sumber Daya Manusia Dalam Organisasi*. Jakarta: Gramedia.

# LAMPIRAN A

## KUISIONER

Yogyakarta, April 2005

Hal : Permohonan pengisian kuisisioner

Kepada Yth.  
Mahasiswa/ mahasiswi Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Indonesia  
Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka memenuhi tugas akhir sebagai mahasiswa Jurusan Manajemen Universitas Islam Indonesia, saya melakukan penulisan skripsi yang berjudul *“Analisis Stres Terhadap Kinerja (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta)”*. Untuk itu, saya mengharapkan kesediaan Anda untuk mengisi kuisisioner ini.

Informasi yang Anda sampaikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya akan dipergunakan dalam kaitannya dalam penelitian ini. Atas kerjasama, dukungan, dan perhatian Anda, saya ucapkan terima kasih.

Mahasiswa Peneliti,

Anna Riefqi Chandra Sekhar

## KUISIONER TINGKAT STRES

Anda diminta untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian kami. Mohon agar data yang Anda isikan bermanfaat, isilah dengan jujur dan sungguh-sungguh.

### A. Identitas responden

Nama : .....

Jenis kelamin : .....

No Mahasiswa : .....

Angkatan : .....

### B. Petunjuk Pengisian

Pilihlah salah satu dari empat pilihan yang tersedia sesuai dengan yang Anda alami dan Anda rasakan dengan memberikan tanda silang (X) pada tempat yang telah tersedia.

1. *Sangat Setuju (SS)*, jika Anda merasa sangat setuju dengan pernyataan tersebut.
2. *Setuju (S)*, jika Anda merasa setuju dengan pernyataan tersebut.
3. *Tidak Setuju (TS)*, jika Anda merasa tidak setuju dengan pernyataan tersebut.
4. *Sangat Tidak Setuju (STS)*, jika Anda merasa sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

### C. Daftar Pernyataan

### Penilaian

1.	Saya tertekan ketika harus mengerjakan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus.	SS	S	TS	STS
2.	Saya tertekan ketika dituntut untuk mengumpulkan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus pada	SS	S	TS	STS

	waktu yang bersamaan.				
3.	Waktu saya untuk beristirahat sedikit, karena banyaknya tugas kuliah yang harus diselesaikan.	SS	S	TS	STS
4.	Tuntutan untuk mengerjakan dan mengumpulkan tugas kuliah secara tepat dan cermat dalam waktu yang cepat membuat saya tertekan.	SS	S	TS	STS
5.	Waktu saya untuk bergaul dengan teman-teman menjadi berkurang, karena banyaknya tugas kuliah yang harus dikerjakan	SS	S	TS	STS
6.	Saya merasa tertekan ketika <i>deadline</i> pengumpulan tugas sudah dekat.	SS	S	TS	STS
7.	Saya merasa tertekan ketika diharuskan mencari bahan kuliah/ literatur dalam jumlah yang banyak untuk keperluan mengerjakan tugas-tugas kuliah.	SS	S	TS	STS
8.	Saya merasa soal-soal ujian/ kuis terlalu sulit untuk dikerjakan.	SS	S	TS	STS
9.	Saya harus belajar dengan giat dan banyak membaca agar kualitas saya sebagai mahasiswa dapat meningkat.	SS	S	TS	STS
10.	Saya dituntut untuk menyelesaikan tugas kuliah dengan tingkat mutu yang sulit dicapai.	SS	S	TS	STS
11.	Dengan mengikuti les bahasa Inggris, kemampuan intelektual dan <i>skill</i> berbahasa Inggris saya dapat meningkat.	SS	S	TS	STS
12.	Dengan mempelajari bahasa asing lainnya, wawasan berbahasa dan intelektual saya dapat lebih meningkat.	SS	S	TS	STS
13.	Saya mampu menguasai dan mengoperasikan komputer dengan baik.	SS	S	TS	STS
14.	Saya lebih memilih bekerja sama dengan orang-orang yang lebih pintar dari saya dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.	SS	S	TS	STS

15.	Saya sering melakukan <i>browsing</i> internet untuk menambah referensi kuliah saya.	SS	S	TS	STS
16.	Saya tidak boleh merasa puas dengan prestasi kuliah saya sekarang ini.	SS	S	TS	STS
17.	Saya banyak bertanya kepada dosen ketika jam kuliah maupun diluar jam kuliah.	SS	S	TS	STS
18.	Saya mengikuti kegiatan keorganisasian/ olahraga dikampus untuk menambah wawasan dan <i>skill</i> saya.	SS	S	TS	STS
19.	Saya merasa keberatan dengan peraturan fakultas yang terlalu kaku.	SS	S	TS	STS
20.	Tingginya biaya kuliah mengganggu kelancaran kuliah saya.	SS	S	TS	STS
21.	Pelayanan fakultas secara umum yang kurang memuaskan.	SS	S	TS	STS
22.	Saya keberatan dengan peraturan mengenai busana yang digunakan dalam perkuliahan	SS	S	TS	STS
23.	Saya keberatan akan kewajiban lulus ujian agama (BTAQ) sebagai syarat kelulusan.	SS	S	TS	STS
24.	Saya keberatan akan kewajiban nilai TOEFL minimal 400 sebagai syarat kelulusan	SS	S	TS	STS
25.	Jangka waktu untuk key-in terlalu singkat.	SS	S	TS	STS
26.	Jangka waktu pembayaran kuliah terlalu singkat.	SS	S	TS	STS
27.	Menurut saya KKN tidak penting, karena hanya membuang-buang waktu dan mengeluarkan biaya besar.	SS	S	TS	STS
28.	Saya merasa keberatan karena ketika Semester Pendek tidak boleh mengambil mata kuliah baru.	SS	S	TS	STS
29.	Jangka waktu peminjaman buku di perpustakaan terlalu sebentar.	SS	S	TS	STS
30.	Jika terlambat mengembalikan buku di perpustakaan, denda yang berlaku terlalu besar (Rp1000,00/hari)	SS	S	TS	STS

31.	Lingkungan belajar di kampus tidak nyaman karena gangguan suara.	SS	S	TS	STS
32.	Lingkungan belajar di kampus tidak nyaman karena gangguan dalam suhu udara.	SS	S	TS	STS
33.	Lingkungan belajar di kampus tidak nyaman karena gangguan dalam penerangan.	SS	S	TS	STS
34.	Fasilitas foto copy yang ada di kampus tidak memuaskan.	SS	S	TS	STS
35.	Kursi yang dipakai untuk kuliah tidak nyaman.	SS	S	TS	STS
36.	Kamar mandi yang bau dan kotor membuat tidak nyaman untuk dipakai.	SS	S	TS	STS
37.	Koleksi buku-buku di perpustakaan tidak bisa memenuhi kebutuhan dalam mencari bahan kuliah.	SS	S	TS	STS
38.	Pindahnya lokasi perpustakaan menghambat kelancaran belajar.	SS	S	TS	STS
39.	Fasilitas hall (untuk bersantai) yang kurang nyaman karena tidak ada kursi.	SS	S	TS	STS
40.	Fasilitas kantin yang kurang memuaskan dalam pelayanan/ penyediaan macam makanan.	SS	S	TS	STS
41.	Mushola yang tidak tertutup mengganggu kekhusukan beribadah	SS	S	TS	STS
42.	Fasilitas internet yang disediakan kampus terlalu sedikit.	SS	S	TS	STS
43.	Jam buka perpustakaan kurang fleksible.	SS	S	TS	STS
44.	Fasilitas laboratorium kurang memadai.	SS	S	TS	STS
45.	Teman turut berpengaruh terhadap hasil belajar saya.	SS	S	TS	STS
46.	Hubungan saya dengan teman-teman kampus terlalu formal/kurang akrab.	SS	S	TS	STS
47.	Dalam mengerjakan tugas, beberapa teman tergantung kepada saya.	SS	S	TS	STS
48.	Saya kurang mengenal teman-teman di kampus secara	SS	S	TS	STS

	mendalam.				
49.	Hubungan saya dengan dosen dalam proses belajar mengajar terlalu formal/resmi.	SS	S	TS	STS
50.	Orang tua menuntut saya agar mendapatkan nilai yang tinggi dan prestasi baik di kampus	SS	S	TS	STS
51.	Orang tua selalu memotivasi saya dalam belajar.	SS	S	TS	STS
52.	Hubungan dengan orang tua yang tidak baik dapat berpengaruh terhadap prestasi kuliah saya.	SS	S	TS	STS
53.	Saya kuliah karena tuntutan orang tua.	SS	S	TS	STS
54.	Konsentrasi kuliah saya terganggu karena orang tua tidak memberikan fasilitas yang memadai.	SS	S	TS	STS
55.	Terkadang saya merasa bosan kuliah, karena suasana kuliah yang tidak kondusif.	SS	S	TS	STS

## LEMBAR EVALUASI KINERJA

Pada bagian ini Anda diminta untuk mengevaluasi diri Anda sendiri. Dalam hal ini kejujuran Anda sangat dibutuhkan. Untuk itu Anda dimohon agar mengisi lembar ini sesuai kondisi Anda sebenarnya.

### A. Klasifikasi Penilaian

Berilah tanda silang (X) pada salah satu dari empat pilihan berikut yang sesuai dengan kondisi Anda.

- a. **Baik sekali (BS)**, jika Anda merasa kinerja Anda baik sekali.
- b. **Baik (B)**, jika Anda merasa kinerja Anda baik.
- c. **Kurang (K)**, jika Anda merasa kinerja Anda kurang.
- a. **Kurang sekali (KS)**, jika Anda merasa kinerja Anda kurang sekali.

### Penjelasan:

1. Kehadiran di kelas
  - a. **Baik sekali**, jika kehadiran Anda di kelas sebesar 90% - 100%.
  - b. **Baik**, jika kehadiran Anda di kelas sebesar 75% - 89%.
  - c. **Kurang**, jika kehadiran Anda di kelas sebesar 65% - 74%.
  - d. **Kurang sekali**, jika kehadiran Anda di kelas sebesar 0% - 64%.
2. Perolehan IPK
  - a. **Baik sekali**, jika nilai IPK 3,5 – 4,00.
  - b. **Baik**, jika nilai IPK 3,0 – 3,5.
  - c. **Kurang**, jika nilai IPK 2,0 – 2,99.
  - d. **Kurang sekali**, jika nilai IPK 0 – 1,9.

### B. Daftar Pernyataan

### Penilaian

1.	Ketelitian dan kecermatan dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah. Tingkat kehadiran di kelas.	BS	B	K	KS
2.	Nilai Indeks Kumulatif Prestasi (IPK).	BS	B	K	KS
3.	Kerapihan dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS
4.	Kemampuan menyelesaikan dan melaksanakan tugas	BS	B	K	KS

	kuliah sesuai permintaan dosen.				
5.	Kesediaan lembur demi penyelesaian tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS
6.	Tingkat kehadiran di kelas.	BS	B	K	KS
7.	Tingkat pemahaman, penguasaan terhadap materi kuliah.	BS	B	K	KS
8	Tingkat kedisiplinan dalam mematuhi peraturan di fakultas.	BS	B	K	KS
9	Tingkat partisipasi dalam kegiatan belajar di kelas.	BS	B	K	KS
10	Kemampuan memanfaatkan waktu dengan baik dalam melaksanakan dan mengerjakan tugas-tugas kuliah.				
11.	Kemampuan dan kemauan dalam belajar.	BS	B	K	KS
12.	Kemandirian dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS
13.	Kepercayaan diri sendiri akan kemampuan mengerjakan tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS
14.	Tingkat kerajinan diri sendiri dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS
15.	Kecepatan berfikir dan bertindak.	BS	B	K	KS
16.	Inisiatif belajar tanpa paksaan.	BS	B	K	KS
17.	Kemampuan memberikan ide membangun dan saran-saran demi kelancaran pengerjaan tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS
18.	Kemampuan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan kampus, orang-orangnya, serta tugas-tugas kuliah yang diberikan.	BS	B	K	KS
19.	Kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS
20	Tingkat kesopanan dan rasa hormat (menghormati) terhadap teman ataupun dosen.	BS	B	K	KS
21.	Tanggung jawab dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.	BS	B	K	KS

# LAMPIRAN B

DATA 100 RESPONDEN

**Responden Wanita**

No	butir1	butir2	butir4	butir6	butir7	butir8	butir10	butir11	butir12	butir13	butir15	butir16	butir17	butir19	butir21	butir22	butir23	butir24	butir25	butir26	butir27	
1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	1	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	2	1
3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	2	4	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1
4	2	2	2	2	3	3	2	4	4	3	4	2	2	1	3	1	1	1	4	4	4	4
5	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3
6	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
7	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
8	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	4	4	3	4
9	2	2	2	3	2	1	1	4	4	2	2	4	3	2	3	2	3	1	3	3	3	1
10	3	3	2	2	1	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	1	1	1	3	3	2	2
11	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	3	1	3	3	3	3	3	3
12	4	4	4	4	2	2	1	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2
14	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
15	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	1	1	3	3	3	1	4
16	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	2	3	3	4	4	4	4
17	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2
18	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	1	3	1	1	4	3	2	3	3
19	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	1	2	2	4	2	2	2
20	2	2	1	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	1	2	1	1	2	2	2	2	3
21	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
22	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3
23	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	2	3	3	2	2
24	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	1	1	1	3	3	3	3
25	3	3	3	4	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
26	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3

27	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	3	3	4	2	2	1	2	2	3	2
28	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	1	2	2	3	2
29	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	1
30	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	1	1	2	2
31	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2
32	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	4	2
33	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2
34	3	4	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	4	2	2	2	2	3	4	1
35	2	2	2	2	1	1	4	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	1	2	4
36	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	3	4	3
37	2	2	3	2	2	2	4	2	2	4	3	3	2	1	1	1	1	2	2	1
38	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	1	1	1	2	2	1
39	3	3	3	3	2	2	4	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
40	2	3	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	3	4
41	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	1	1	1	4	2	2	2
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2
43	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	2	3	3	2	3	3	4	4	4
44	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	2	2	4	4	1
45	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3
46	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3
47	2	2	2	3	2	2	4	2	4	4	3	2	2	2	1	2	1	3	3	3
48	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	2	4	3	1	1	1	2	3	4	1
49	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2
50	2	2	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	2	1	2	2	4	3	2

butir28	butir29	butir30	butir31	butir32	butir36	butir38	butir39	butir40	butir41	butir42	butir43	butir44	butir48	butir49	butir50	Butir51	butir53	butir55	Total
3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	97
3	2	3	1	1	4	2	4	3	4	4	4	2	1	1	2	3	1	4	105
3	1	1	1	1	2	1	1	1	4	4	4	3	3	3	1	3	1	1	88
4	2	4	1	1	3	2	3	1	2	1	2	2	2	4	1	4	1	3	97
3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	107
2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	100
3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	99
4	4	3	4	2	3	2	2	2	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	117
3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	4	4	4	2	2	2	4	2	3	102
3	2	3	3	3	4	2	2	3	4	3	3	4	2	3	3	3	2	3	105
3	3	3	3	2	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	112
4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	144
3	2	3	2	2	4	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	1	3	98
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	87
4	4	3	2	2	2	1	3	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	3	115
3	2	4	2	4	4	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	118
3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	2	104
4	2	4	3	2	2	2	2	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	4	106
4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	2	3	114
2	2	2	2	2	3	2	1	4	3	2	3	3	2	2	2	4	2	1	89
3	2	2	3	3	2	2	4	2	4	4	2	2	3	2	3	3	2	3	103
3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	4	2	3	118
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	110
3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	106
4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	2	3	3	4	2	3	128
3	4	1	2	2	4	2	3	2	4	3	2	2	4	4	4	4	2	3	109
3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	3	102
2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	1	4	128

4	3	1	3	3	3	1	3	2	3	2	1	3	3	4	2	3	102
2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	102
3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	98	
3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	116	
3	2	3	2	2	4	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	108	
4	2	1	2	4	2	4	3	3	3	3	3	4	2	2	4	115	
3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	2	103	
4	3	3	1	2	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	120	
4	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	90	
3	2	3	2	3	4	2	3	4	4	4	2	2	4	4	1	103	
3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	98	
3	4	2	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	109	
4	1	4	1	3	4	1	4	1	1	2	2	3	4	4	1	87	
3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	111	
4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	3	3	4	4	133	
4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	133	
4	2	4	3	2	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	1	108	
4	1	3	2	2	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	2	107	
4	3	2	4	2	4	2	3	3	4	2	2	2	3	3	1	98	
2	2	2	2	2	4	2	2	3	4	2	2	3	4	3	2	100	
3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	96	
2	2	3	2	2	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	1	111	

**Responden Pria**

No.	butir1	butir2	butir4	butir6	butir7	butir8	butir10	butir11	butir12	butir13	butir15	butir16	butir17	butir19	butir21	butir22	butir23	butir24	butir25	butir26	butir27	
51	4	4	2	4	4	3	2	4	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2
52	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3
53	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3
54	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3
55	3	3	3	4	3	2	2	4	4	3	3	4	3	3	4	2	4	2	3	3	4	2
56	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	4	4	4	3
57	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	2	4	2	2	2	3	4	4	3
58	3	3	2	3	2	2	2	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	4	3
59	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2
60	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3
61	4	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	1	2	4	2	1	1	4	3	3	2
62	2	2	2	2	1	1	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	4
63	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	1	3	3	3	1
64	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3
65	4	4	4	3	4	4	2	3	2	2	3	4	3	2	1	1	2	2	3	3	4	4
66	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	4
67	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	1	1	3	4	4	4
68	4	3	3	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3
69	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	4	4	3
70	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	4	3	2	4	4	4	4	4	3
71	4	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	3	2	4	1	4	4	2	2	4	4	3
72	4	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	4	4	3	2
73	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	3	3	3	4
74	2	3	2	2	2	2	2	4	3	4	3	3	2	4	3	4	2	2	3	3	3	4
75	3	3	2	2	2	2	2	4	4	3	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	4
76	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2

77	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	2	2	3
78	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	4	4	3
79	3	2	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2
80	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3
81	3	3	2	2	2	3	3	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3
82	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	1	4	4	1	2	1	4	4	2
83	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2
84	1	1	1	3	3	1	4	4	3	3	1	4	4	3	2	2	2	3	4	1
85	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	4	1	3	4	4	4	4	4	2	1
86	1	1	1	1	1	1	4	4	2	4	1	4	4	1	1	1	1	4	2	1
87	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	4
88	2	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2
89	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	4	4
90	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	4	4	4	4
91	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	4	3	1
92	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3
93	3	2	2	2	2	1	4	3	4	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2
94	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	1	2	2	4	2	3
95	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2
96	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
97	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	3	3	2	2
98	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2
99	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2
100	4	4	4	4	4	4	3	3	2	1	3	3	4	2	2	4	2	4	4	2

butir28	butir29	butir30	butir31	butir32	butir36	butir38	butir39	butir40	butir41	butir42	butir43	butir44	Butir48	Butir49	Butir50	Butir51	Butir53	Butir55	Total
2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	1	3	108
3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	2	2	2	3	4	4	3	4	4	116
2	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	111
4	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	2	118
3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	4	2	3	124
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	114
3	2	4	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	126
3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	2	3	111
4	3	3	2	2	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	2	3	2	4	114
3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	108
4	4	4	4	2	4	1	1	1	4	4	2	3	1	2	4	1	3	4	111
3	2	4	3	2	3	2	3	3	4	4	4	3	2	3	3	2	2	1	103
2	3	3	3	2	3	2	4	3	2	4	2	4	2	2	4	3	2	3	121
4	3	3	4	4	2	2	3	4	4	4	2	4	1	4	4	4	3	3	123
4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	3	109
4	4	4	2	3	4	2	3	2	1	3	2	3	2	3	4	4	2	3	123
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	130
4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	146
4	4	4	2	3	2	2	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	114
4	3	4	2	1	3	2	1	1	2	4	3	3	3	2	3	3	1	1	109
4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	117
3	3	3	3	3	4	3	4	1	1	3	3	2	2	3	3	4	2	4	112
3	3	3	3	2	4	3	2	2	4	4	4	4	2	3	2	3	2	3	118
3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	4	2	3	112
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	1	3	111
3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	106
3	2	1	2	1	3	2	4	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	119

4	3	4	2	4	2	4	3	4	2	4	3	4	2	3	3	4	2	3	119
3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	109
2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	1	101
3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	98
4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	124
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	104
3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	1	3	105
4	4	2	1	3	2	3	2	3	4	4	4	3	1	1	1	3	1	4	108
4	4	2	1	3	2	4	3	4	4	4	4	2	2	1	4	4	1	3	100
1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	76
4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	128
4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	3	2	4	113
3	3	3	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	3	114
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	104
4	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	2	113
3	2	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	2	4	3	2	3	118
3	3	2	3	2	2	2	4	2	4	4	4	4	2	3	3	4	2	3	107
2	4	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	99
2	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	4	1	3	100
3	4	4	2	3	2	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	2	105
4	2	3	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	2	113
3	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	100
4	4	4	2	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	122

# LAMPIRAN C

**PERHITUNGAN ANALISIS REGRESI  
BERGANDA DAN UJI ANOVA**

**PERHITUNGAN REGRESI LINEAR BERGANDA**

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1413.606	5	282.721	9.001	.000 <sup>a</sup>
Residual	2952.434	94	31.409		
Total	4366.040	99			

a. Predictors: (Constant), X5, X2, X4, X3, X1

b. Dependent Variable: Y

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Std. Error	Standardized Coefficients		t	Sig.
	B			Beta			
1 (Constant)	39.928		5.800			6.884	.000
X1	-.683		.235	-.319		-2.910	.005
X2	.663		.584	.114		1.135	.259
X3	1.162		.267	.456		4.359	.000
X4	-.146		.090	-.167		-1.620	.109
X5	-1.71E-02		.248	-.007		-.069	.945

a. Dependent Variable: Y

Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics			
					R Square Change	F Change	Sig. F Change	
1	.569 <sup>a</sup>	.324	.288	5.604361867	.324	9.001	94	.000

a. Predictors: (Constant), X5, X2, X4, X3, X1

b. Dependent Variable: Y

### Univariate Analysis of Variance

Between-Subjects Factors

	Value Label	N
STRES	40 sd < 70	1
	70 sd < 100	19
	100 sd < 130	76
	130 sd < 160	4
GENDER	wanita	50
	pria	50

**Levene's Test of Equality of Error Variances<sup>a</sup>**

Dependent Variable: NILAI

F	df1	df2	Sig.
2.064	6	93	.065

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.

a. Design: Intercept+STRES+GENDER+STRES  
\* GENDER

**Descriptive Statistics**

Dependent Variable: NILAI

STRES	GENDER	Mean	Std. Deviation	N
40 sd < 70	pria	76.00	.	1
	Total	76.00	.	1
70 sd < 100	wanita	94.43	4.957	14
	pria	99.40	.894	5
	Total	95.74	4.794	19
100 sd < 130	wanita	109.52	6.992	33
	pria	113.84	7.198	43
	Total	111.96	7.384	76
130 sd < 160	wanita	136.67	6.351	3
	pria	146.00	.	1
	Total	139.00	6.976	4
Total	wanita	106.92	11.974	50
	pria	112.28	10.658	50
	Total	109.60	11.595	100

**Tests of Between-Subjects Effects**

Dependent Variable: NILAI

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	9166.602 <sup>a</sup>	6	1527.767	34.291	.000
Intercept	188674.149	1	188674.149	4234.856	.000
STRES	6794.256	3	2264.752	50.833	.000
GENDER	209.223	1	209.223	4.696	.033
STRES * GENDER	18.751	2	9.375	.210	.811
Error	4143.398	93	44.553		
Total	1214526.000	100			
Corrected Total	13310.000	99			

a. R Squared = .689 (Adjusted R Squared = .669)

# LAMPIRAN D

PERHITUNGAN VALIDITAS DAN  
RELIABILITAS

## Reliability X1 (Tahap 1)

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR1	2.7333	.6397	30.0
2.	BUTIR2	2.8667	.6814	30.0
3.	BUTIR3	2.5333	.7303	30.0
4.	BUTIR4	2.5667	.7739	30.0
5.	BUTIR5	2.2333	.7279	30.0
6.	BUTIR6	2.7000	.7022	30.0
7.	BUTIR7	2.5000	.6823	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	18.1333	11.0851	3.3294	7

#### Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR1	15.4000	8.2483	.6607	.7512
BUTIR2	15.2667	7.7885	.7446	.7332
BUTIR3	15.6000	9.8345	.1566	.8387
BUTIR4	15.5667	6.9437	.8686	.6996
BUTIR5	15.9000	8.8517	.3933	.7981
BUTIR6	15.4333	7.7713	.7205	.7366
BUTIR7	15.6333	9.4816	.2708	.8167

#### Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0                      N of Items = 7  
 Alpha = .7989

## Reliability X1 (Tahap 2)

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR1	2.7333	.6397	30.0
2.	BUTIR2	2.8667	.6814	30.0
3.	BUTIR4	2.5667	.7739	30.0
4.	BUTIR5	2.2333	.7279	30.0
5.	BUTIR6	2.7000	.7022	30.0
6.	BUTIR7	2.5000	.6823	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
----------------	------	----------	---------	----------------



Alpha = .8843

**Reliability X2 (Tahap 1)**

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

## - RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR8	2.5333	.6814	30.0
2.	BUTIR9	2.6667	.8023	30.0
3.	BUTIR10	2.1667	.5921	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	7.3667	1.8954	1.3767	3

## Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR8	4.8333	.9713	.3423	-.0473
BUTIR9	4.7000	1.1828	.0395	.6220
BUTIR10	5.2000	1.2000	.2658	.1533

## Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 3

Alpha = .3457

**Reliability X2 (Tahap 2)**

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

## - RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR8	2.5333	.6814	30.0
2.	BUTIR10	2.1667	.5921	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	4.7000	1.1828	1.0875	2

## Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR8	4.8333	.9713	.3423	-.0473
BUTIR10	5.2000	1.2000	.2658	.1533

BUTIR8	2.1667	.3506	.4558	.
BUTIR10	2.5333	.4644	.4558	.

## Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 2

Alpha = .6220

**Reliability X3 (Tahap 1)**

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

## RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR11	3.0667	.7849	30.0
2.	BUTIR12	3.1333	.5074	30.0
3.	BUTIR13	2.7333	.6397	30.0
4.	BUTIR14	2.7667	.7739	30.0
5.	BUTIR15	2.8667	.7303	30.0
6.	BUTIR16	3.2333	.6789	30.0
7.	BUTIR17	2.5667	.7279	30.0
8.	BUTIR18	2.8000	.8052	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	23.1667	8.9713	2.9952	8

## Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR11	20.1000	7.2655	.2575	.6146
BUTIR12	20.0333	7.4816	.4439	.5746
BUTIR13	20.4333	6.8057	.5262	.5419
BUTIR14	20.4000	7.5586	.1913	.6334
BUTIR15	20.3000	6.9069	.3989	.5720
BUTIR16	19.9333	6.8230	.4757	.5523
BUTIR17	20.6000	6.1103	.6477	.4938
BUTIR18	20.3667	8.9299	-.1261	.7217

## Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 8

Alpha = .6264

## Reliability X3 (Tahap 2)

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR11	3.0667	.7849	30.0
2.	BUTIR12	3.1333	.5074	30.0
3.	BUTIR13	2.7333	.6397	30.0
4.	BUTIR15	2.8667	.7303	30.0
5.	BUTIR16	3.2333	.6789	30.0
6.	BUTIR17	2.5667	.7279	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	17.6000	7.0759	2.6600	6

#### Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR11	14.5333	5.2920	.3234	.7325
BUTIR12	14.4667	5.7057	.4590	.6915
BUTIR13	14.8667	4.9471	.6043	.6442
BUTIR15	14.7333	5.0299	.4618	.6850
BUTIR16	14.3667	5.4126	.3806	.7082
BUTIR17	15.0333	4.7230	.5762	.6474

#### Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 6

Alpha = .7240

## Reliability X4 (Tahap 1)

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR19	2.2667	.9444	30.0
2.	BUTIR20	2.2333	.8172	30.0
3.	BUTIR21	2.7333	.6397	30.0
4.	BUTIR22	1.7000	.8367	30.0
5.	BUTIR23	1.9667	.8503	30.0
6.	BUTIR24	2.2000	.8867	30.0
7.	BUTIR25	2.9000	.7120	30.0
8.	BUTIR26	2.5667	.7279	30.0
9.	BUTIR27	2.4333	.9714	30.0
10.	BUTIR28	3.1000	.6618	30.0
11.	BUTIR29	2.7333	.8683	30.0
12.	BUTIR30	2.7667	.9353	30.0

13.	BUTIR31	2.5667	.8584	30.0
14.	BUTIR32	2.3667	.8087	30.0
15.	BUTIR33	1.9667	.5561	30.0
16.	BUTIR34	3.2000	.7611	30.0
17.	BUTIR35	2.7333	.7397	30.0
18.	BUTIR36	3.1667	.7466	30.0
19.	BUTIR37	3.1000	.6618	30.0
20.	BUTIR38	2.4667	.7761	30.0
21.	BUTIR39	2.5667	.8976	30.0
22.	BUTIR40	2.7333	.8277	30.0
23.	BUTIR41	3.1667	.8339	30.0
24.	BUTIR42	3.1333	.8604	30.0
25.	BUTIR43	3.0667	.6915	30.0
26.	BUTIR44	2.8667	.7303	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	68.7000	88.4241	9.4034	26

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR19	66.4333	79.0816	.5031	.8349
BUTIR20	66.4667	86.8782	.0576	.8508
BUTIR21	65.9667	79.8264	.7164	.8306
BUTIR22	67.0000	82.4138	.3496	.8409
BUTIR23	66.7333	79.8575	.5161	.8347
BUTIR24	66.5000	81.2241	.4013	.8390
BUTIR25	65.8000	80.2345	.6023	.8329
BUTIR26	66.1333	82.8092	.3838	.8397
BUTIR27	66.2667	81.5816	.3361	.8419
BUTIR28	65.6000	84.4552	.2903	.8425
BUTIR29	65.9667	79.2057	.5476	.8334
BUTIR30	65.9333	77.1678	.6318	.8296
BUTIR31	66.1333	79.1540	.5587	.8331
BUTIR32	66.3333	80.5747	.4956	.8357
BUTIR33	66.7333	85.8575	.2191	.8442
BUTIR34	65.5000	85.9138	.1369	.8476
BUTIR35	65.9667	85.2747	.1905	.8457
BUTIR36	65.5333	81.8437	.4458	.8376
BUTIR37	65.6000	87.6966	.0234	.8498
BUTIR38	66.2333	81.1506	.4771	.8365
BUTIR39	66.1333	81.4299	.3820	.8398
BUTIR40	65.9667	82.9299	.3190	.8419
BUTIR41	65.5333	83.7747	.2590	.8441
BUTIR42	65.5667	81.1506	.4215	.8382
BUTIR43	65.6333	84.5161	.2698	.8431
BUTIR44	65.8333	82.7644	.3858	.8396

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 26

Alpha = .8449

## Reliability X4 (Tahap 2)

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR19	2.2667	.9444	30.0
2.	BUTIR21	2.7333	.6397	30.0
3.	BUTIR22	1.7000	.8367	30.0
4.	BUTIR23	1.9667	.8503	30.0
5.	BUTIR24	2.2000	.8867	30.0
6.	BUTIR25	2.9000	.7120	30.0
7.	BUTIR26	2.5667	.7279	30.0
8.	BUTIR27	2.4333	.9714	30.0
9.	BUTIR28	3.1000	.6618	30.0
10.	BUTIR29	2.7333	.8683	30.0
11.	BUTIR30	2.7667	.9353	30.0
12.	BUTIR31	2.5667	.8584	30.0
13.	BUTIR32	2.3667	.8087	30.0
14.	BUTIR36	3.1667	.7466	30.0
15.	BUTIR38	2.4667	.7761	30.0
16.	BUTIR39	2.5667	.8976	30.0
17.	BUTIR40	2.7333	.8277	30.0
18.	BUTIR41	3.1667	.8339	30.0
19.	BUTIR42	3.1333	.8604	30.0
20.	BUTIR43	3.0667	.6915	30.0
21.	BUTIR44	2.8667	.7303	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	55.4667	77.4299	8.7994	21

### RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

#### Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR19	53.2000	68.0966	.5416	.8493
BUTIR21	52.7333	69.5816	.6971	.8463
BUTIR22	53.7667	71.5644	.3649	.8563
BUTIR23	53.5000	69.1552	.5340	.8498
BUTIR24	53.2667	70.8230	.3900	.8556
BUTIR25	52.5667	69.8402	.5952	.8486
BUTIR26	52.9000	72.0931	.3889	.8553
BUTIR27	53.0333	72.1713	.2614	.8615
BUTIR28	52.3667	73.5506	.3032	.8579
BUTIR29	52.7333	68.6851	.5552	.8489
BUTIR30	52.7000	67.2517	.6065	.8465
BUTIR31	52.9000	68.3690	.5864	.8477
BUTIR32	53.1000	70.0241	.4988	.8513
BUTIR36	52.3000	71.1828	.4516	.8532
BUTIR38	53.0000	70.1379	.5146	.8509
BUTIR39	52.9000	71.1966	.3583	.8569
BUTIR40	52.7333	72.0644	.3331	.8575
BUTIR41	52.3000	73.1828	.2489	.8606
BUTIR42	52.3333	70.6437	.4180	.8544

BUTIR43	52.4000	73.3517	.3039	.8579
BUTIR44	52.6000	72.2483	.3744	.8558

## Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0                      N of Items = 21

Alpha = .8595

**Reliability X5 (Tahap 1)**

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR45	3.1667	.7915	30.0
2.	BUTIR46	1.9333	.5833	30.0
3.	BUTIR47	2.2000	.6103	30.0
4.	BUTIR48	2.3667	.7184	30.0
5.	BUTIR49	2.7000	.7944	30.0
6.	BUTIR50	2.6333	.8087	30.0
7.	BUTIR51	3.4333	.5040	30.0
8.	BUTIR52	3.1667	.7466	30.0
9.	BUTIR53	1.8667	.5713	30.0
10.	BUTIR54	1.8667	.6288	30.0
11.	BUTIR55	2.9333	.6915	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	28.2667	11.0989	3.3315	11

## Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR45	25.1000	9.3345	.2353	.5725
BUTIR46	26.3333	10.0230	.1992	.5777
BUTIR47	26.0667	10.3402	.0984	.5975
BUTIR48	25.9000	9.4724	.2511	.5674
BUTIR49	25.5667	7.9092	.5726	.4760
BUTIR50	25.6333	8.3782	.4414	.5146
BUTIR51	24.8333	9.8678	.3085	.5596
BUTIR52	25.1000	10.5759	-.0071	.6284
BUTIR53	26.4000	9.4897	.3644	.5461
BUTIR54	26.4000	10.4552	.0611	.6056
BUTIR55	25.3333	9.1954	.3399	.5464

## Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0                      N of Items = 11

Alpha = .5894

## Reliability X5 (Tahap 2)

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR48	2.3667	.7184	30.0
2.	BUTIR49	2.7000	.7944	30.0
3.	BUTIR50	2.6333	.8087	30.0
4.	BUTIR51	3.4333	.5040	30.0
5.	BUTIR53	1.8667	.5713	30.0
6.	BUTIR55	2.9333	.6915	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	15.9333	6.3402	2.5180	6

### Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR48	13.5667	4.7368	.3477	.6315
BUTIR49	13.2333	4.2540	.4441	.5951
BUTIR50	13.3000	4.1483	.4668	.5853
BUTIR51	12.5000	5.4310	.2789	.6503
BUTIR53	14.0667	4.6161	.5693	.5640
BUTIR55	13.0000	5.0345	.2667	.6587

### Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0                      N of Items = 6

Alpha = .6587

## Reliability Y (Tahap 1)

\*\*\*\*\* Method 1 (space saver) will be used for this analysis \*\*\*\*\*

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

		Mean	Std Dev	Cases
1.	BUTIR1	2.7000	.6513	30.0
2.	BUTIR2	3.3000	.6513	30.0
3.	BUTIR3	2.9667	.5561	30.0
4.	BUTIR4	3.0333	.4901	30.0
5.	BUTIR5	2.8333	.8339	30.0
6.	BUTIR6	3.4667	.6288	30.0
7.	BUTIR7	2.9000	.4807	30.0
8.	BUTIR8	3.1000	.4807	30.0
9.	BUTIR9	2.8000	.7144	30.0
10.	BUTIR10	2.7000	.6513	30.0
11.	BUTIR11	2.7667	.8584	30.0
12.	BUTIR12	2.9333	.7849	30.0

13.	BUTIR13	2.9333	.7849	30.0
14.	BUTIR14	2.8667	.8604	30.0
15.	BUTIR15	2.6667	.6609	30.0
16.	BUTIR16	2.9667	.8087	30.0
17.	BUTIR17	2.6667	.7112	30.0
18.	BUTIR18	2.9333	.3651	30.0
19.	BUTIR19	3.0667	.5208	30.0
20.	BUTIR20	3.2333	.4302	30.0
21.	BUTIR21	3.1000	.5477	30.0

Statistics for	Mean	Variance	Std Dev	N of Variables
SCALE	61.9333	53.0989	7.2869	21

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
BUTIR1	59.2333	49.2195	.3781	.8675
BUTIR2	58.6333	48.3092	.4822	.8640
BUTIR3	58.9667	50.1713	.3324	.8686
BUTIR4	58.9000	48.5069	.6374	.8608
BUTIR5	59.1000	51.4034	.0836	.8809
BUTIR6	58.4667	48.2575	.5089	.8632
BUTIR7	59.0333	48.7920	.6070	.8617
BUTIR8	58.8333	51.9368	.1344	.8733
BUTIR9	59.1333	46.9471	.5763	.8605
BUTIR10	59.2333	46.4609	.6999	.8565
BUTIR11	59.1667	44.9023	.6485	.8570
BUTIR12	59.0000	46.0690	.6019	.8592
BUTIR13	59.0000	44.6207	.7497	.8530
BUTIR14	59.0667	46.1333	.5326	.8623
BUTIR15	59.2667	46.8920	.6375	.8586
BUTIR16	58.9667	44.5161	.7347	.8534
BUTIR17	59.2667	48.1333	.4520	.8651
BUTIR18	59.0000	51.9310	.1966	.8713
BUTIR19	58.8667	53.2230	-.0520	.8784
BUTIR20	58.7000	52.5621	.0564	.8745
BUTIR21	58.8333	48.9713	.4993	.8639

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 21

Alpha = .8704



# LAMPIRAN E

## DAFTAR TABEL

TABEL t

DF	5%	2.50%	1%
61	1.67	2	2.39
62	1.67	2	2.39
63	1.67	2	2.39
64	1.67	2	2.39
65	1.67	2	2.39
66	1.67	2	2.38
67	1.67	2	2.38
68	1.67	2	2.38
69	1.67	1.99	2.38
70	1.67	1.99	2.38
71	1.67	1.99	2.38
72	1.67	1.99	2.38
73	1.67	1.99	2.38
74	1.67	1.99	2.38
75	1.67	1.99	2.38
76	1.67	1.99	2.38
77	1.66	1.99	2.38
78	1.66	1.99	2.38
79	1.66	1.99	2.37
80	1.66	1.99	2.37
81	1.66	1.99	2.37
82	1.66	1.99	2.37
83	1.66	1.99	2.37
84	1.66	1.99	2.37
85	1.66	1.99	2.37
86	1.66	1.99	2.37
87	1.66	1.99	2.37
88	1.66	1.99	2.37
89	1.66	1.99	2.37
90	1.66	1.99	2.37
91	1.66	1.99	2.37
92	1.66	1.99	2.37
93	1.66	1.99	2.37
94	1.66	1.99	2.37
95	1.66	1.99	2.37
96	1.66	1.98	2.37
97	1.66	1.98	2.37
98	1.66	1.98	2.37
99	1.66	1.98	2.36
100	1.66	1.98	2.36

TABEL F (5%)

df	F_df1_5	F_df2_5	F_df3_5	F_df4_5	F_df5_5	F_df6_5
61	4	3.15	2.76	2.52	2.37	2.25
62	4	3.15	2.75	2.52	2.36	2.25
63	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.25
64	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.24
65	3.99	3.14	2.75	2.51	2.36	2.24
66	3.99	3.14	2.74	2.51	2.35	2.24
67	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24
68	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24
69	3.98	3.13	2.74	2.5	2.35	2.23
70	3.98	3.13	2.74	2.5	2.35	2.23
71	3.98	3.13	2.73	2.5	2.34	2.23
72	3.97	3.12	2.73	2.5	2.34	2.23
73	3.97	3.12	2.73	2.5	2.34	2.23
74	3.97	3.12	2.73	2.5	2.34	2.22
75	3.97	3.12	2.73	2.49	2.34	2.22
76	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22
77	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22
78	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22
79	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22
80	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.21
81	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21
82	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21
83	3.96	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21
84	3.95	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21
85	3.95	3.1	2.71	2.48	2.32	2.21
86	3.95	3.1	2.71	2.48	2.32	2.21
87	3.95	3.1	2.71	2.48	2.32	2.2
88	3.95	3.1	2.71	2.48	2.32	2.2
89	3.95	3.1	2.71	2.47	2.32	2.2
90	3.95	3.1	2.71	2.47	2.32	2.2
91	3.95	3.1	2.7	2.47	2.31	2.2
92	3.94	3.1	2.7	2.47	2.31	2.2
93	3.94	3.09	2.7	2.47	2.31	2.2
94	3.94	3.09	2.7	2.47	2.31	2.2
95	3.94	3.09	2.7	2.47	2.31	2.2
96	3.94	3.09	2.7	2.47	2.31	2.19
97	3.94	3.09	2.7	2.47	2.31	2.19
98	3.94	3.09	2.7	2.46	2.31	2.19
99	3.94	3.09	2.7	2.46	2.31	2.19
100	3.94	3.09	2.7	2.46	2.31	2.19

Tabel r

	df	r
11	11	0.3802
12	12	0.3646
13	13	0.3271
14	14	0.3383
15	15	0.3271
16	16	0.317
17	17	0.3077
18	18	0.2992
19	19	0.2914
20	20	0.2841
21	21	0.2774
22	22	0.2711
23	23	0.2653
24	24	0.2598
25	25	0.2546
26	26	0.2497
27	27	0.2451
28	28	0.2407
29	29	0.2336
30	30	0.2327