

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 disebarkan 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 kuisioner 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 kuisioner 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 kuisisioner 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):

$$Y = \beta_0 + \beta_1X_1 + \beta_2X_2 + \beta_3X_3 + \beta_4X_4 + \beta_5X_5$$

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 β_1 adalah -0,683; nilai β_2 adalah 0,663; nilai β_3 adalah 1,162; nilai β_4 adalah -0,146; dan nilai β_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 α (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 α (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 α (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 α (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 α (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 α (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 ₁	-2,910	1,66	Tidak signifikan
X ₂	1,135	1,66	Tidak signifikan
X ₃	4,359	1,66	Signifikan
X ₄	-1,620	1,66	Tidak signifikan
X ₅	-0,069	1,66	Tidak signifikan

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

Dari tabel diatas terlihat bahwa variabel X₁, X₂, X₄, dan X₅ 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
Beban Berlebih Kuantitatif (X1)				
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
Beban Berlebih Kualitatif (X2)				
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
Pengembangan Diri (X3)				
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
Kebijakan dan Prasarana Fakultas (X4)				
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 kekhususan 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

	Hubungan Sosial (X5)			
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.	3,43	0,5040	1
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 < 70)	0	0	-
2.	Stres Rendah (70 sd < 100)	14	94,43	4,957
3.	Stres Tinggi (100 sd < 130)	33	109,52	6,992
4.	Stres Sangat Tinggi (130 sd < 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 < 70)	1	76,0	-
2.	Stres Rendah (70 sd < 100)	5	99,4	0,894
3.	Stres Tinggi (100 sd < 130)	43	113,84	7,198
4.	Stres Sangat Tinggi (130 sd < 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 α (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.

