

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Karakteristik Lokasi Penelitian

Program Studi Ilmu Keperawatan merupakan salah satu jurusan yang ada di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Tidak kurang dari 200 mahasiswa mendaftar dan belajar di program studi ini tiap tahunnya. Mahasiswanya juga tidak hanya berasal dari kota Yogyakarta, akan tetapi berasal dari berbagai daerah yang ada di seluruh penjuru Indonesia.

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY yang sebagian besar berasal dari luar Yogyakarta atau bahkan dari luar pulau Jawa memilih untuk tinggal dikontrakan rumah atau kos-kosan yang ada disekitar kampus UMY. Hal ini yang mewajibkan mahasiswa-mahasiswanya untuk berinteraksi dengan teman dan lingkungan sekitar, yang mungkin sangat jauh berbeda dengan lingkungan asal mahasiswa tersebut. Sehingga, hal ini dapat menimbulkan potensi stres pada mahasiswa yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitarnya. Oleh karena itu, untuk menghindari kejadian stres tersebut maka mahasiswa dituntut untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Proses sosialisasi yang dilakukan dapat berupa interaksi

langsung maupun interaksi tidak langsung yang dapat dilakukan melalui penggunaan jejaring sosial.

Penggunaan jejaring sosial yang mahasiswa lakukan tidak hanya membantunya dalam proses sosialisasi, tetapi kebutuhan akan akademiknya yang berupa informasi perkuliahan maupun tugas-tugas perkuliahannya juga dapat terpenuhi. Oleh karena itu, untuk menunjang segala kebutuhan tersebut, maka pihak kampus khususnya Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY menyiapkan beberapa fasilitas seperti *wifi* untuk penggunaan internet di lingkungan kampus serta laboratorium komputer yang bisa dimanfaatkan oleh mahasiswa. Sehingga, hal tersebut dapat memberikan kemudahan bagi mahasiswanya untuk bersosialisasi.

Pemberian beberapa fasilitas penunjang bagi mahasiswa, tentunya bukan menjadi satu-satunya upaya pihak kampus khususnya Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY untuk menunjang kegiatan belajar mengajar mahasiswanya. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa tidak saja hanya membutuhkan pelajaran-pelajaran yang terkait dengan perkuliahannya, akan tetapi pelajaran terkait dengan kesehatan mentalnya juga perlu didapatkan. Sehingga, untuk menunjang hal tersebut pihak prodi melakukan beberapa upaya seperti memasukkan mata kuliah psikologi dan ketrampilan belajar di masa awal perkuliahannya, dan di masa akhir perkuliahannya juga mahasiswa di bekali dengan pelatihan *soft skill*.

2. Karakteristik Responden

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, dan Tempat Tinggal

No.	Karakteristik	Frekuensi N=98	Persentase (%)
1.	Umur		
	20 – 22 th	90	91,8
	23 – 26 th	8	8,2
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	32	32,7
	Perempuan	66	67,3
3.	Tempat Tinggal		
	Rumah Pribadi	31	31,6
	Selain Rumah Pribadi	67	68,4

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa mayoritas responden berada pada umur 20-22 sebesar 90 orang (91,8%). Diketahui juga bahwa responden perempuan dengan persentase sebesar 67,3%, lebih banyak dari pada responden laki-laki. Selain itu, untuk tempat tinggal didominasi oleh responden yang tinggal di selain rumah pribadi seperti kos-kosan, asrama, maupun rumah kontrakan, dengan persentase sebesar 68,4%.

3. Karakteristik Penggunaan Jejaring Sosial

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Jenis dan Alat Jejaring Sosial yang Digunakan Responden

No.	Kategori	Frekuensi N=98	Persentase (%)
1.	Jenis Jejaring Sosial		
	Facebook	84	85,7
	Twitter	55	56,1
	Path	20	20,4
	Instagram	22	22,4
	Whatsapp	18	18,4
2.	Alat yang Digunakan		
	Ponsel	79	80,6
	Tablet	17	17,3
	I-Pad	13	13,3
	Laptop	10	10,2
	Komputer	63	64,3

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa jenis jejaring sosial yang banyak digunakan adalah *facebook*, dengan pengguna sebanyak 84 orang (85,7%), sedangkan alat untuk penggunaan didominasi oleh ponsel sebanyak 79 orang (80,6%).

4. Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial

Intensitas penggunaan jejaring sosial responden disajikan pada Tabel 5 sebagai berikut :

Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Responden

No.	Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Rendah	72	73,5
2.	Sedang	25	25,5
3.	Tinggi	1	1,0
	Total	98	100

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa untuk intensitas penggunaan jejaring sosial dalam kategori ringan lebih mendominasi, sebesar 72 orang (73,5%), sedangkan untuk intensitas penggunaan jejaring sosial dalam kategori tinggi lebih sedikit sebanyak 1 orang (1,0%).

5. Tingkat Stres

Tingkat stres yang dirasakan responden disajikan pada Tabel 6 sebagai berikut :

Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Kategori Tingkat Stres Responden

No.	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Normal	27	27,6
2.	Ringan	25	25,5
3.	Sedang	41	41,8
4.	Berat	5	5,1
Total		98	100

Berdasarkan Tabel 6, diketahui bahwa mayoritas responden mengalami stres sedang sebanyak 41 orang (41,8%), sedangkan yang mengalami stres berat berjumlah 5 orang (5,1%).

6. Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres

Hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres responden disajikan pada Tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7.1 Crosstabulation Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres Responden

Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial	Tingkat Stres								Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		N	%
	N	%	N	%	N	%	N	%		
Rendah	18	18,4	21	21,4	29	29,6	4	4,1	72	73,5
Sedang	8	8,2	4	4,1	12	12,2	1	1	25	25,5
Tinggi	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1
Total	27	27,6	25	25,5	41	41,8	5	5,1	98	100

Berdasarkan Tabel 7.1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya rendah mengalami tingkat stres sedang dengan persentase sebesar 29,6%, responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya tinggi tidak mengalami stres/ normal dengan persentase sebesar 1%, responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya sedang sebagian besar mengalami tingkat stres sedang dengan persentase sebesar 12,2%.

Tabel 7.2 Uji Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres Responden

	<i>Korelasi Kendal Tau (τ)</i>	<i>p</i>
Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres	-0,030	0,749
	N	98

Berdasarkan Tabel 76.2 diketahui juga bahwa *Korelasi Kendal Tau* dari uji hipotesis hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dan tingkat stres dengan tingkat toleransi kesalahan atau α sebesar 5%, dengan nilai $p=0.749$ maka H_0 diterima, dikarenakan nilai $p > \alpha = 0,05$. Ini berarti, dengan tingkat toleransi kesalahan sebesar 5% menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres.

B. Pembahasan

1. Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, sebanyak 73,5% responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya berada pada kategori rendah. *The Graphic, Visualization & Usability Center, the*

Georgia Institute of Technology dalam Michell dalam Chairunnisa (2010) pengguna internet seperti jejaring sosial yang tergolong rendah atau *light users* adalah penggunaan yang hanya menghabiskan waktu kurang dari 10 jam perbulan.

Penggunaan jejaring sosial yang rendah, tentunya didasari oleh aktivitas-aktivitas dalam penggunaan jejaring sosial yang dilakukan responden. Menurut Novianto (2013), internet berupa jejaring sosial menjadi media yang banyak digunakan oleh mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan informasi guna menunjang kebutuhan studi maupun menunjang aktivitasnya.

Pada Tabel 3 didapatkan hasil bahwa sebagian besar umur responden berkisar antara 20-22 tahun dengan persentase sebesar 91,8%. Kategori umur tersebut merupakan fase dimana responden telah memasuki masa remaja akhir. Oleh karena itu, interaksi sosial yang berupa jejaring sosial maupun interaksi dengan teman sebayanya tidak lagi menjadi fokus utamanya. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Krummel dkk dalam Ekasari dan Dharmawan (2012) menyatakan bahwa karakteristik remaja akhir umumnya merasa nyaman dengan nilai dirinya dan pengaruh teman sebaya sudah mulai berkurang.

Intensitas penggunaan jejaring sosial yang dilakukan oleh remaja khususnya mahasiswa, dapat dipengaruhi oleh kebutuhannya akan informasi-informasi baik itu informasi yang bersifat akademis maupun

non-akademis. Informasi yang bersifat akademis antara lain jadwal kuliah, jadwal ujian, pengumpulan tugas-tugas mata kuliah, dan lain-lainnya, sedangkan untuk informasi yang bersifat non-akademis seperti informasi terkait dengan pergaulan maupun interaksi sosialnya. Kebutuhan-kebutuhan lain seperti kebutuhan komunikasi juga merupakan hal yang dapat mempengaruhi intensitas penggunaan jejaring sosial tersebut. Kepentingan seseorang dalam menggunakan internet seperti jejaring sosial dapat dipengaruhi oleh kepentingannya untuk sebuah informasi, kesenangan, maupun kepentingannya untuk berkomunikasi (Buente dan Robbin dalam Sopiah, 2013).

2. Tingkat Stres

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami stres tingkat sedang dengan persentase sebesar 41,8%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang derajat stresnya sedang akan memiliki peningkatan performa dibidang pendidikan. Menurut Saryanti (2011) stres dengan derajat yang sedang akan meningkatkan perubahan yang secara keseluruhan kemudian akan meningkatkan performa mahasiswa agar termotivasi untuk belajar yang lebih baik untuk mencapai tujuannya. Penelitian yang dilakukan oleh Simbolon (2013) tentang gambaran stres mahasiswa keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara

Tahun 2012 menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres ringan sebanyak 62 orang (30,7%), stres sedang sebanyak 137 orang (60,8%), dan stres berat sebanyak 3 orang (1,5%). Hasil ini juga menjelaskan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa keperawatan didominasi oleh tingkat stres dalam kategori sedang.

Stres sedang yang dialami oleh sebagian besar responden dapat disebabkan oleh hal lain seperti skripsi. Skripsi dapat menjadi *stressor* yang dapat meningkatkan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir khususnya pada mahasiswa keperawatan. Hal ini dikarenakan, selain responden dituntut untuk penyelesaian skripsi, terdapat hal lain seperti praktek, kuliah lain, maupun kegiatan lain yang dilakukan yang menyita banyak waktu. Selain karena tuntutan waktu penyelesaian, materi yang dirasa sulit juga dapat menyebabkan *stressor*. Masalah dan tuntutan dapat menjadi *stressor* yang memicu timbulnya stres pada mahasiswa (Dayfiventy & Nurhidayah, 2012). Hal ini sesuai dengan teori-teori tentang *stressor* yang telah peneliti sampaikan pada bab sebelumnya. Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Agung dan Budiani (2013) juga dinyatakan bahwa mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi dapat menimbulkan stres karena beban yang dialaminya.

3. Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Dengan Tingkat Stres

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang intensitas penggunaan jejaring sosialnya rendah mengalami tingkat stres sedang dengan persentase sebesar 29,6%. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan jejaring sosial dapat mempengaruhi tingkat stres seseorang walaupun intensitasnya dalam kategori rendah. Menurut Smet dalam Gunawati (2005) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa salah satunya adalah hubungan dengan lingkungan sosial, yang dapat berupa dukungan sosial yang diterima, kontrol pribadi, dan jaringan sosial yang diterima.

Jaringan sosial yang berupa hubungan dengan orang lain baik secara langsung ataupun tidak, dapat menjadi sumber stres dan sumber penyelesaian stres. Hal ini dikarenakan, jaringan sosial memberikan dukungan kepada individu dan mengajarkan strategi mengatasi stres (Michener dan Delamater dalam Gunawati, 2005).

Berdasarkan hasil analisis uji statistik korelasi *Kendal Tau* diperoleh bahwa antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan tidak ada hubungan atau dapat dikatakan bahwa intensitas penggunaan jejaring sosial tidak berpengaruh

secara signifikan pada tingkat stres yang dialami mahasiswa keperawatan. Hasil ini bertolak belakang dengan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putra, Lestari, dkk (2012), yang menjelaskan bahwa ada pengaruh akses jejaring sosial secara kuantitas pada penurunan tingkat stres mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Brawijaya Malang.

Hal diatas dapat dipengaruhi oleh terdapatnya variabel-variabel lain yang mempunyai hubungan terhadap tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Hal tersebut bisa dilihat dari sumber-sumber stres yang biasa terjadi pada mahasiswa. Menurut Widuri, dkk dalam Kholilah dan Alsa (2012) mengungkapkan bahwa sumber stres yang biasanya dihadapi oleh mahasiswa, yaitu: (1) Tingginya tuntutan akademik, seperti tugas kuliah yang mengandung instruksi kompleks, waktu yang sempit dan kesulitan yang cukup tinggi, (2) Perubahan tempat tinggal, dari yang tinggal bersama orang tua menjadi tinggal bersama orang lain, (3) Pergantian teman sebagai akibat dari perpindahan tempat tinggal atau studi, (4) Perubahan budaya asal dengan budaya tempat tinggal yang baru, (5) Penyesuaian dengan jurusan yang dipilih, (6) Mulai memikirkan dan mempersiapkan karier yang ingin ditempuh dan mencari pekerjaan setelah lulus nanti. *Stressor* yang ada dapat menjadi tekanan hidup dan memicu stres pada mahasiswa.

Sumber-sumber stres yang telah dikemukakan diatas tentunya merupakan sumber stres yang terjadi pada mahasiswa pada umumnya. Ini dikarenakan sumber stres yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir lebih

sering disebabkan oleh tuntutan menyelesaikan tugas akhir seperti skripsi harus tepat pada waktunya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syofia (2009), menunjukkan bahwa faktor eksternal lebih cenderung menyebabkan stres pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Faktor-faktor eksternal yang dapat menyebabkan stres saat menyelesaikan skripsi adalah dosen pembimbing, beban SKS yang ada, proses penelitian serta fasilitas dan literatur.

Menurut Hendriyanto, Sriati, dkk (2010) dalam kehidupan sehari-hari, mahasiswa tidak mungkin dapat terhindar dari banyaknya persoalan yang sering kali berujung pada stres. Banyaknya permasalahan dan tuntutan yang terjadi pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat akhir, pada akhirnya akan menimbulkan stres. Oleh karena itu, untuk mengatasi berbagai masalah tersebut mahasiswa perlu melakukan upaya-upaya pencegahan yang tepat dengan cara melakukan *coping stres* yang baik. Salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu dengan menggunakan jejaring sosial. Pemanfaatan jejaring sosial sebagai sarana untuk berbagi pikiran atau mencurahkan perasaan dapat difungsikan sebagai dukungan bagi para penggunanya, ketika sedang mengalami stres (Putra, Lestari, dkk, 2012).

Jejaring sosial yang dapat digunakan mahasiswa untuk menjalin komunikasi maupun interaksi dengan orang lain sehingga dapat terhindar dari banyaknya tuntutan yang dapat menimbulkan stres adalah *facebook* dan *twitter*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muffiddah (2013),

menyatakan bahwa situs jejaring sosial yang paling disukai mahasiswa adalah *facebook* dan *twitter*. Hal ini disebabkan karena *facebook* memiliki fitur yang kaya, sedangkan *twitter* dapat menyalurkan informasi dengan cepat dan ringkas. Selain itu, mahasiswa lebih menyukai *facebook* dan *twitter* karena teman-temannya lebih banyak yang menggunakan dua media sosial tersebut.

C. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian

1. Kekuatan

Pada penelitian ini, alat ukur atau instrument dari kedua variabel yang digunakan merupakan adopsi. Sehingga, setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti dengan hasil semua pertanyaannya dinyatakan valid dan hasil reliabilitasnya juga dinyatakan tinggi. Oleh karena itu, alat ukur tersebut dapat digunakan kembali untuk penelitian selanjutnya.

2. Kelemahan

Pada penelitian ini, peneliti tidak mengidentifikasi variabel-variabel pengganggu yang bisa saja mempengaruhi hasil penelitian. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu angkatan mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY. Sehingga, penelitian ini belum mampu mewakili secara keseluruhan mahasiswa ilmu keperawatan FKIK UMY.