

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di *International Program of International Relation* Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang bertempat di Jalan Lingkar Selatan, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183. *International Program of International Relation* masih menggunakan sistem kredit semester (SKS) dalam pembelajarannya.

Saat memasuki semester 5, mahasiswa program studi ini akan diberikan kebebasan untuk memilih konsentrasi ilmu yang akan mereka alami. Oleh karena itu, mahasiswa dibagi menjadi beberapa kelas terpisah. Kegiatan belajar mengajar diadakan setiap hari Senin hingga Sabtu mulai dari jam 7.00-17.00 WIB.

2. Distribusi Responden Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik non-eksperimental yang menggunakan metode cross-sectional. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 27 November 2016 sampai tanggal 3 Januari 2017 dengan subjek penelitian mahasiswa *International Programs of International Relation* Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tahun angkatan 2014 dengan jumlah sampel sebanyak 41 orang, adapun penyebaran sampel dapat dilihat pada tabel dibawah:

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki – Laki	20	48,8 %
Perempuan	21	51,2 %
Total	41	100 %

Pada tabel 1 dapat dilihat jumlah responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 20 orang (48,8 %). Sedangkan jumlah responden dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 21 orang (51.2 %).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Presentase
19 tahun	4	9,8 %
20 tahun	27	65,9 %
21 tahun	6	14,6 %
22 tahun	4	9,8 %
Total	41	100 %

Pada tabel 2 didapatkan untuk responden yang berusia 19 tahun berjumlah 4 orang (9,8 %), yang berusia 20 tahun berjumlah 27 orang (65,9 %), yang berusia 21 tahun berjumlah 6 orang (14,6 %), dan yang berusia 22 tahun berjumlah 4 orang (9,8 %)

B. Hasil Analisa Data Statistik

Pada uji normalitas Saphiro Wilk didapatkan bahwa skor kuesioner SMUIS dan kuesioner DASS 42 tidak berdistribusi normal (nilai $p < 0,05$). Dari hasil uji statistik korelasi Spearman rho didapatkan korelasi sebesar -

0,050 dengan signifikansi 0,775. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi tidak bermakna serta bersifat negatif dan sangat lemah.

Tabel. 3 Hasil Uji Korelasi Spearmen rho

	Intensitas Penggunaan Media Sosial	
Gangguan Cemas	R	-,050
	P	0,775
	N	41

C. Pembahasan

Hasil uji statistik korelasi menggunakan Spearman rho tidak menunjukkan korelasi yang bermakna antara intensitas penggunaan media social dengan gangguan cemas. Hal ini mungkin disebabkan karena faktor-faktor lain selain penggunaan media sosial yang mempengaruhi gangguan cemas.

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering kita jumpai dalam bermasyarakat dan merupakan suatu yang sering kita alami dari waktu kewaktu. Kecemasan dapat muncul pada banyak hal yang berbeda dan pada macam-macam situasi. Bentuk dari kecemasan pun setiap orang juga berbeda-beda. Kecemasan sendiri merupakan konsep yang rumit didalamnya terdapat dinamika yang bervariasi yang memiliki peranan besa dalam gangguan tertentu. Hampir semua orang mengalami kecemasan . tetapai hampir semua orang tidak dapat melukiskan secara obyektif apa yang dirasakannya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang meliputi beberapa aspek antara lain unsur instrinsik maupun unsur ekstrinsik, menurut Kaplan dan Saddock unsur instrinsik yang menyebabkan kecemasan ialah usia pasien, pengalaman pengobatan pasien dan konsep diri dan peran, sedangkan untuk unsur ekstrinsik terdiri dari kondisi medis, tingkat pendidikan, akses informasi, proses adaptasi, tingkat sosial ekonomi.

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat 3, dapat dilihat dari jarak umur responden yang berkisar 19 sampai 22 tahun. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012).

Sumber kecemasan yang biasanya dihadapi oleh mahasiswa, yaitu: (1) Tingginya tuntutan akademik, (2) Perubahan tempat tinggal, (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. (Widuri, dkk dalam Kholidah dan Alsa, 2012).

Sumber-sumber kecemasan yang telah dikemukakan di atas tentunya merupakan sumber stres yang terjadi pada mahasiswa pada umumnya. Ini

dikarenakan pada mahasiswa *International Programs of International Relations* mendapatkan banyak tugas pada masa perkuliahan, baik essay maupun presentasi. Selain banyaknya tugas mahasiswa juga sedang mengalami adaptasi dari semester 4 ke semester 5 karena menurut Kaplan dan Saddock salah satu dari unsur ekstrinsik yang dapat menyebabkan kecemasan adalah proses adaptasi.

Menurut Hendriyanto pada tahun 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, 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 media sosial. Pemanfaatan jejaring sosial sebagai sarana untuk berbagi pikiran atau mencurahkan perasaan dapat difungsikan sebagai dukungan bagi para penggunanya, ketika sedang mengalami stres (Putra, 2012).

Walaupun ditemukan tidak adanya hubungan antara kedua variabel, ada beberapa data yang menunjukkan semakin tingginya skor pada kuisisioner *SMUIS* maka semakin tinggi pula skor *DASS 42* pada bagian yang berkaitan dengan kecemasan, hal ini sejalan dengan penelitian dari Holly Scott (2015) hal ini berkaitan dengan pengguna media sosial yang membuka aplikasi pada malam hari dan mengganggu jam tidur mereka dan menyebabkan

kecemasan, selain itu juga mereka merasakan cemas bila tidak dapat membuka media sosial dan tidak dibalas dengan cepat pesan singkat mereka.

Selain itu, sampel yang kurang banyak dan kurang bervariasi juga mungkin mempengaruhi hasil uji statistik.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dari penelitian ini antara lain :

1. Penggunaan metode *cross-sectional* yang hanya menilai responden dalam satu waktu sehingga ada kemungkinan perubahan salah satu atau kedua variabel penelitian.
2. Pengambilan data menggunakan kuisioner membuat peneliti tidak dapat mengetahui dan menilai faktor-faktor lain yang mempengaruhi variabel penelitian sehingga dapat mempengaruhi keakuratannya.
3. Penelitian ini hanya menggunakan sampel dari satu tempat saja sehingga sampel yang didapatkan jumlahnya tidak terlalu banyak dan kurang bervariasi.