

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

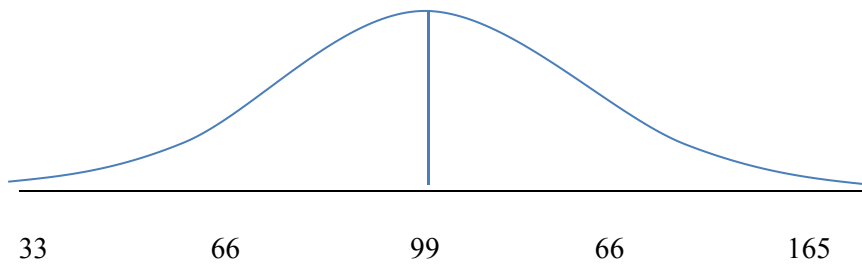
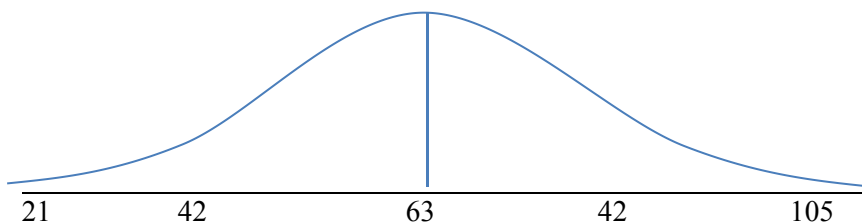
Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 14-15 September 2019 dengan menyebarkan angket kuesioner dengan bantuan *google form*. Kuesioner tersebut diberikan kepada 54 mahasiswa Fakultas Teknik Untag Surabaya semester lima. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala Likert untuk pengambilan data. Penggunaan skala tersebut untuk memperoleh informasi yang lebih mengenai hubungan antara *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa Fakultas Teknik Untag Surabaya yang berada di semester lima. Uji hipotetis penelitian ini menggunakan analisis Korelasi *Person* dengan menggunakan bantuan *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 23 *for Windows*.

Hasil analisis data yang menggunakan dengan Korelasi *Pearson* dengan bantuan *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 23 *for Windows* diperoleh skor  $r_{xy}$  -0,629 dan taraf signifikansi sebesar  $p=0,000$  ( $p < 0,001$ ). Artinya terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa. Tanda negatif pada skor korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif, artinya semakin tinggi *sese of humour* maka akan dibarengi semakin rendahnya stres pada mahasiswa. Sebaliknya, jika mahasiswa tersebut memiliki *sense of humour* yang rendah maka tingkat stres yang dialami juga semakin tinggi.

Untuk menguatkan hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa. Dimana hasil uji analisis menunjukkan bahwa variabel *sense of humour* memiliki hubungan negatif yang sangat signifikan dengan stres pada mahasiswa. Artinya, semakin tinggi *sense of humour* yang dimiliki maka semakin rendah tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa, maka peneliti melakukan perhitungan hasil mean empiris dan mean teoritis.

**Tabel 9 Hasil Perhitungan Mean Empiris dan Teoritis**

Variabel	Mean Empiris	Mean Teoritis	Kategori
<i>Sense of Humour</i>	119.85	99	Tinggi
Stres	52.06	63	Rendah

**Tabel 10 Kurva *Sense of Humour*****Tabel 11 Kurva Stres Pada Mahasiswa**

Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa mean empiris *sense of humour* lebih tinggi dari mean teoritis. Variabel stres juga menunjukkan hasil mean empiris yang lebih rendah dari pada mea teoritis.

## B. Pembahasan

Hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa : a) terdapat hubungan negatif antara *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan jika mahasiswa yang memiliki kemampuan *sense of humour* tinggi, maka tingkat stres yang dialami akan semakin rendah. Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa Fakultas Teknik Untag Surabaya semester lima.

Penelitian ini menunjukkan, bahwa mahasiswa yang memiliki *sense of humour* dapat mengendalikan stres yang dialaminya. Mahasiswa yang memiliki *sense of humour* dapat berfikir jauh lebih rasional karena dapat mengendalikan situasi yang membuatnya tertekan. Dengan kemampuan tersebut, maka untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya menjadi lebih mudah dan dapat terselesaikan dengan baik.

Penelitian ini menunjukkan bahwa *sense of humour* yang dimiliki oleh mahasiswa dapat membuat dirinya menjadi lebih sehat secara fisiologis. Karena dapat mengendalikan kondisi yang membuat dirinya stres menjadi lebih rileks, maka kondisi fisiologisnya juga tidak mudah mengalami sakit perut, sakit kepala, tekanan darah naik dan sebagainya.

Mahasiswa yang memiliki *sense of humour* bisa merubah kondisi yang mengangkan, tidak nyaman menjadi kondisi yang cair dan nyaman. Dengan kemampuan *sense of humour* yang baik mereka bisa berinteraksi dengan lingkungan sosial dengan lebih mudah, tanpa merasakan malu dan cemas yang berlebihan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *sense of humour* dapat menghargai siapapun yang membuat dirinya menjadi senang dan bahagia. Karena dengan perasaan senang dan bahagia, maka permasalahan yang dialaminya lebih mudah untuk diselesaikan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Thorson dkk (1997) yang menyatakan bahwa *sense of humour* berkorelasi negatif dengan *distress* dan berhubungan positif dengan *self-esteem*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tariq dan Nalma (2013) mengatakan bahwa

individu yang memiliki ide dan pandangan lucu tentang kehidupan akan menungurangi *emotional distress*, pengamalaman *stress* dapat diminimalkan dan membantu dalam mengubah pola pikir yang negatif.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa *sense of humour* memberikan sumbangan 62.90% terhadap tingkat stres pada mahasiswa. Artinya terdapat faktor lain sebesar 37.10% selain *sense of humour* yang mempengaruhi stres pada mahasiswa. Kemungkinan faktor lain yang mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa adalah kematangan usia mental, pengalaman menghadapi kondisi stres dan sebagainya.