

6. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Pada bab ini akan dikemukakan kesimpulan untuk menjawab pertanyaan penelitian berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh penulis pada bab sebelumnya. Pada bab ini juga akan dibahas mengenai diskusi hasil penelitian dan keterbatasan penelitian. Di akhir bab akan dikemukakan mengenai saran penelitian yang terdiri atas saran metodologis dan saran praktis.

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan data statistik korelasi Pearson antara kreativitas dengan stres pada mahasiswa tahun pertama jurusan arsitektur didapatkan bahwa $r = -0,108$, $p > 0,05$. Angka tersebut berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kreativitas dengan variabel stres. Dengan demikian, hipotesis *null* yang menyatakan bahwa “tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kreativitas dengan stres pada mahasiswa tahun pertama jurusan arsitektur” dapat diterima. Dengan kata lain, kreativitas tidak berkaitan dengan tingkat stres yang dialami oleh seseorang.

6.2. Diskusi

Tujuan utama dari penelitian adalah untuk melihat hubungan kreativitas dan stres pada mahasiswa tahun pertama jurusan arsitektur. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kreativitas dan stres pada mahasiswa tahun pertama arsitektur. Hal ini menunjukkan kreativitas bukan merupakan variabel dalam diri individu yang dapat membantu seseorang dalam menurunkan stres. Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Nicol dan Long (1996) dan Wildhagen (2008), dimana dua penelitian ini menemukan adanya hubungan antara kreativitas dan stres.

Ada beberapa hal yang menjadi kemungkinan munculnya hasil tersebut. Pertama, adanya faktor-faktor lain yang berperan lebih besar dalam mempengaruhi stres yang dialami oleh seseorang selain faktor yang berasal dari variabel dalam diri individu. Faktor-faktor tersebut adalah karakteristik kepribadian, variabel sosial kognitif, hubungan dengan lingkungan sosial,

dukungan sosial yang diterima, dan integrasi dalam jaringan sosial, serta strategi *coping* (Smet, 1994). Konsep stres merupakan hasil interaksi antara sistem biologis, psikologis, dan sosial (Sarafino, 1998). Sehingga banyak faktor yang akan mempengaruhi penelitian ini. Hal ini sekaligus menjadi kelemahan pada penelitian ini dimana faktor-faktor tersebut tidak dikontrol dengan baik.

Kedua, pada penelitian Nicol dan Long (1996) dan Wildhagen (2008) dilakukan pada negara-negara barat sedangkan pada penelitian ini dilakukan pada Indonesia yang termasuk negara timur. Perbedaan budaya antara budaya barat dan timur dapat berkontribusi pada perbedaan hasil penelitian ini. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hofstede (dalam Berry, Poortinga, Segall, & Dasen, 2002) menunjukkan budaya Indonesia lebih bersifat kolektif sedangkan negara-negara barat lebih bersifat individualis. Menurut Triandis (dalam Berry, Poortinga, Segall, & Dasen, 2002) pada budaya kolektif lebih menekankan pada pentingnya kesesuaian perilaku seseorang dengan norma sosial dibandingkan budaya individualis. Sebaliknya, pada budaya individualis lebih mementingkan sikap individu itu sendiri dan meletakkan kepentingan pribadi di atas kepentingan kelompok. Dengan demikian, stres yang dirasakan tinggi pada orang-orang di negara barat mungkin berbeda dengan orang di Indonesia. Hal ini juga didukung oleh Smet (1994) bahwa perbedaan budaya dapat menyebabkan penafsiran yang berbeda terhadap gejala-gejala yang menimbulkan stres. Sebagai contoh, *stressor* seperti tekanan dari teman kelompok atau masalah penerimaan sosial akan dirasakan stres yang lebih tinggi pada orang Indonesia dibandingkan dengan orang barat. Dengan adanya perbedaan penafsiran terhadap gejala-gejala tersebut, mungkin faktor-faktor yang dianggap bisa menurunkan stres pada budaya barat bisa berbeda pada budaya Indonesia.

Mahasiswa tahun pertama jurusan arsitektur pada Universitas Indonesia merupakan bagian dari budaya kolektif, sehingga ada kemungkinan kemampuan kreativitas kurang berperan dalam menurunkan stres. Mereka bisa jadi lebih banyak menggunakan upaya-upaya lain untuk mengatasi stres. Sesuai dengan pernyataan Rice (1999), ada banyak upaya untuk melakukan *coping* (*coping efforts*). Diantara upaya-upaya tersebut terdapat empat cara yang memiliki dampak paling kuat pada hasil *coping*, yaitu pelepasan tegangan (*tension reduction*),

restrukturisasi kognitif (*cognitive restructuring*), pemecahan masalah (*problem solving*), dan kemampuan sosial (*social skill*). Kemampuan kreativitas hanyalah salah satu karakteristik kognitif yang berkaitan dengan pemecahan masalah.

Hasil penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh waktu pengambilan data, yaitu pada bulan Mei tepat pada akhir tahun pertama dalam kondisi yang menjelang ujian akhir. Dengan demikian, stres yang ada pada mahasiswa tersebut mungkin tidak berasal dari masalah penyesuaian diri tetapi lebih pada masalah akademis. Untuk tingkat stres yang tinggi pada subjek penelitian bisa juga disebabkan dari tingkat kreativitas yang dibawah rata-rata. Dimana dari hasil wawancara 3 orang mahasiswa tahun pertama jurusan arsitektur Universitas Indonesia diketahui bahwa mereka sangat membutuhkan kreativitas dalam menghadapi tugas-tugas yang ada.

Pada penelitian ini hanya terbatas pada ciri-ciri bakat dari kreativitas, ciri-ciri non-bakat dari kreativitas menarik untuk diteliti lebih lanjut dalam hubungannya dengan stres. Pada ciri-ciri non-bakat terlihat beberapa karakteristik yang mungkin dapat menurunkan stres. Adapun ciri-ciri tersebut adalah rasa ingin tahu, bersifat imajinatif, merasa tertantang oleh situasi yang rumit, sifat berani mengambil resiko, dan sifat menghargai kemampuan dan bakat-bakat sendiri maupun orang lain (Munandar, 1999). Berkaitan dengan ciri-ciri tersebut, Csikszentmihalyi (dalam Munandar, 2002) juga mengemukakan bahwa pribadi yang kreatif biasanya tenang dan rileks dalam suatu situasi. Individu yang lebih tenang biasanya jarang menampilkan stres yang tinggi (Taylor, 1999). Ada kemungkinan bahwa sikap kreatif lebih mencerminkan perilaku pemecahan masalah dalam hubungannya dengan stres.

Pada analisis tambahan, hasil perhitungan *t-test* pada variabel jenis kelamin dengan stres menunjukkan hasil yang tidak signifikan. Hal ini berarti tidak ada perbedaan tingkat stres antara mahasiswa berjenis kelamin pria dan wanita. Hasil penelitian berbeda dengan teori yang dikemukakan oleh Greenglass & Noguchi (dalam Sarafino, 1998) bahwa jenis kelamin wanita mengalami stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Hal ini mungkin disebabkan oleh pergeseran peran gender yang ada di masyarakat. Saat ini, wanita dan pria sudah memiliki hak yang sama untuk mendapatkan kesempatan untuk berkembang.

Begitu juga halnya dengan hasil analisis tambahan variabel jenis kelamin dengan kreativitas, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan. Beda dengan Hurlock (1994) yang menyatakan anak laki-laki cenderung lebih kreatif daripada anak perempuan, terutama pada masa kecilnya. Perbedaan hasil penelitian dengan Hurlock (1994) mungkin disebabkan tidak terdapat perbedaan perlakuan terhadap pria dan wanita dalam hal pemberian kesempatan yang setara untuk mandiri, melakukan hal-hal yang berisiko, menunjukkan inisiatif, dan orisinalitas dalam lingkungan sekolah maupun keluarga.

Perbedaan yang tidak signifikan antara jenis kelamin pria dan wanita dalam kaitannya dengan stres dan kreativitas bisa juga dipengaruhi oleh perbedaan penyebaran jumlah sampel jenis kelamin pria dan wanita. Pada penelitian ini jumlah sampel yang berjenis kelamin wanita lebih banyak daripada jumlah sampel jenis kelamin pria yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Persentase jenis kelamin wanita mencapai 65,5% dan persentase pria sebanyak 34,5 %.

Pada analisis tambahan dengan asal SMA subjek penelitian, ditemukan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa dari luar Jabodetabek dan mahasiswa dari Jabodetabek dengan tingkat stres yang dirasakan. Hal ini mungkin disebabkan penelitian ini dilaksanakan pada akhir tahun pertama dimana mahasiswa tahun pertama sudah berada di lingkungan kampus hampir 10 bulan lebih. Dengan jangka waktu tersebut, mahasiswa yang berasal dari luar Jabodetabek sudah mengalami penyesuaian dengan lingkungan kampus, sehingga stres yang dirasakan sudah tidak begitu tinggi lagi. Hal lain yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini adalah ketidakseimbangan antara jumlah sampel mahasiswa yang berasal dari Jabodetabek maupun luar Jabodetabek. Dimana dalam penelitian ini subjek penelitian yang berasal dari Jabodetabek mencapai 72,7 % dan yang berasal dari luar Jabodetabek hanya sekitar 27,3 % sehingga hasil penelitian dapat disebabkan oleh penyebaran data yang tidak merata menjadi sangat mungkin dalam penelitian ini. Selain itu, jika dikaitkan dengan penyebaran skor stres yang berada di atas rata-rata skor stres bisa jadi stres yang dialami oleh mahasiswa dari luar Jabodetabek bukan berasal dari perbedaan

budaya tetapi pada perubahan sistem pendidikan dari tingkat SMA menuju Universitas.

Penelitian yang telah dilakukan ini memiliki beberapa keterbatasan. Pada penelitian ini, peneliti tidak mengontrol penyebaran data kontrol yang menyebabkan ketidakseimbangan karakteristik sampel penelitian seperti jenis kelamin dan asal SMA. Pada waktu pelaksanaan penelitian, kondisi subjek penelitian yang terburu-buru karena harus melanjutkan kuliah pada kelas berikutnya dapat mempengaruhi hasil penelitian. Karena hal ini bisa mengurangi keseriusan subjek penelitian dalam mengisi kuesioner ini.

6.3. Saran

6.3.1. Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran metodologis yang dapat penulis ajukan yang dapat menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya, antara lain:

1. Untuk penelitian selanjutnya, alat ukur stres *Hassles Assessment Scale for Students in College* dapat dibagi berdasarkan jenis *stressors*-nya. Dimana jenis *stressors*-nya dapat dikelompokkan dari sumber stres yaitu sumber stres dari individu, keluarga maupun masyarakat dan komunitas yang sesuai dengan teori Sarafino (1998). Dalam pembagiaan ini mungkin dapat menggunakan teknik elisitasi terhadap mahasiswa dalam kaitannya jenis-jenis *stressors* yang dialami. Dengan demikian, diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengetahui lebih jelas mengenai gambaran dinamika jenis *stressors* pada mahasiswa.
2. Mengadakan penelitian hubungan antara sikap kreatif (*non-aptitude trait*) dengan stres.
3. Menyeimbangkan persebaran partisipan penelitian berdasarkan data kontrol penelitian (misalnya, jenis kelamin, asal daerah, maupun tingkat sosial ekonomi).
4. Mengadakan penelitian mengenai topik kreativitas pada mahasiswa jurusan arsitektur tingkat yang lain (misalnya pada mahasiswa tingkat kedua).

5. Untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan mahasiswa, waktu penelitian sebaiknya disesuaikan dengan waktu luang yang dimiliki oleh subjek penelitian dimana mereka dapat mengisi kuesioner dengan maksimal.

6.3.2. Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui adanya stres yang cukup tinggi pada mahasiswa tahun pertama jurusan arsitektur Universitas Indonesia, maka konselor mahasiswa atau mahasiswa itu sendiri untuk dapat lebih memperhatikan dampak-dampak negatif dari stres. Tindakan pencegahan dapat berupa pelatihan ketrampilan manajemen stres pada mahasiswa tahun pertama. Selain itu, pihak universitas bisa mempublikasikan Bimbingan Konseling Mahasiswa (BKM) kepada mahasiswa tahun pertama sebagai fasilitas bagi mahasiswa dalam menghadapi masalah pribadi dan akademis dalam rangka mengantisipasi stres yang berlebihan pada mahasiswa tahun pertama.