

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah rencana penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban untuk pertanyaan-pertanyaan penelitian (Kerlinger, 2004: 483). Dalam penelitian ini, permasalahan yang diteliti adalah hubungan antara kecerdasan emosional dengan pemilihan strategi *coping* stres pada mahasiswa baru JAFEB UB Malang. Karena untuk mendeskripsikan hubungan, menguji hipotesis, mengumpulkan data menggunakan teknik wawancara, juga dengan menggunakan kuesioner, maka penelitian ini dapat digolongkan kedalam jenis penelitian “deskriptif”. Metode deskriptif adalah suatu metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu obyek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki (Nazir, 2003: 54).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional, karena penelitian ini dilakukan untuk mencari hubungan antara kedua variabel (kecerdasan emosional dengan strategi *coping* stres), yang diukur dengan menggunakan kuesioner, yang dibuat berdasarkan *blue print* yang telah disiapkan terlebih dahulu, hasil dari pengukuran ini akan diolah

sehingga menghasilkan skor-skor dalam menentukan tingkat kategorisasi maupun nilai koefisien korelasi. Penelitian kuantitatif sendiri diartikan sebagai penelitian yang bekerja dengan angka, yang datanya berwujud bilangan (skor atau nilai, peringkat, atau frekuensi), yang dianalisis dengan menggunakan statistik untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian yang sifatnya spesifik dan untuk melakukan prediksi bahwa suatu variabel tertentu mempengaruhi variabel yang lain (Alsa, 2007: 13). Sedangkan penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Ciri dari penelitian korelasional adalah bahwa penelitian tersebut tidak menuntut subyek penelitian yang terlalu banyak. Menurut Donald Ary (1985), 50-100 subyek penelitian sudah dapat dianggap cukup (Arikunto, 2005: 247-248).

Dengan demikian, melalui pendekatan kuantitatif korelasional ini nantinya akan menghasilkan signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti, yaitu hubungan antara kecerdasan emosional dengan pemilihan strategi *coping* stres pada mahasiswa baru JAFEB UB Malang.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Hatch dan Farhady, mendefinisikan variabel sebagai atribut seseorang atau obyek yang mempunyai "variasi" antara satu dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain. Dalam penelitian terdapat dua variabel, yakni variabel bebas (x) dan variabel terikat (y). Variabel bebas merupakan variabel

yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen atau terikat (Sugiyono, 2008: 4).

Craig mengungkapkan bahwa orang-orang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi mampu mengasimilasi tingkat stres yang tinggi, dan mampu berada disekitar orang-orang pencemas tanpa menyerap maupun meneruskan kecemasan tersebut. Selain itu, orang-orang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi mempunyai kualitas belas kasih, mendahulukan kepentingan orang lain, disiplin diri, optimis, fleksibilitas dan kemampuan memecahkan berbagai masalah dan menangani stres (Craig, 2004: 25). Berdasarkan teori tersebut maka kecerdasan emosional ditetapkan sebagai variabel bebas. Sedangkan yang menjadi variabel terikatnya adalah strategi *coping* stres.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan batasan masalah secara operasional yang merupakan penegasan arti dari konstruk atau variabel yang dinyatakan dengan cara tertentu untuk mengukurnya, selain itu definisi operasional merupakan spesifikasi kegiatan dalam mengukur suatu variabel. Definisi operasional dapat disusun atas dasar kegiatan yang dilakukan atau sifat beroperasinya hal-hal yang didefinisikan (Nazir, 2003:126). Definisi operasional pada masing-masing variabelnya adalah:

1. Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungannya yang mencakup lima ranah

yang menyeluruh, diantaranya ranah intrapribadi, ranah antarpribadi, ranah penyesuaian diri, ranah pengendalian stres, dan ranah suasana hati umum.

2. Strategi *coping* stres adalah segala usaha, cara, kesiapan individu baik disadari maupun tidak, dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya, yang dalam prosesnya adakalanya berorientasi kepada emosi (*emotional focused coping*) dan adakalanya lebih berorientasi kepada masalah (*problem focused coping*).
 - a. *Emotional focused coping* adalah usaha untuk mengatur respon emosional terhadap stres dengan mengubah cara dalam merasakan permasalahan yang mendatangkan stres, yang meliputi kontrol diri, membuat jarak, menilai masalah secara positif, menerima tanggung jawab, melarikan diri dari masalah, meringankan beban masalah, menyalahkan diri sendiri, dan mencari arti.
 - b. *Problem focused coping* adalah usaha untuk mengurangi stres dengan mempelajari cara-cara atau ketrampilan-ketrampilan baru untuk memodifikasi permasalahan yang mendatangkan stres, yang meliputi konfrontasi, mencari dukungan sosial, merencanakan pemecahan masalah, tindakan langsung, berhati-hati, dan bernegosiasi.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi oleh Azwar (2007: 77) dinyatakan sebagai kelompok subjek yang memiliki ciri-ciri tertentu. Sedangkan Gulo (2005: 77)

menyatakan populasi sebagai keseluruhan analisis yang merupakan sasaran dari penelitian. Dalam metode penelitian, kata populasi sendiri, digunakan untuk menyebutkan serumpun atau sekelompok objek yang menjadi masalah sasaran penelitian. Oleh karenanya, populasi penelitian merupakan keseluruhan (*universum*) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian (Zainuddin, 2008).

Sesuai dengan kepentingan penelitian, populasi penelitian ini adalah mahasiswa tingkat awal di JAFEB UB Malang. Pada saat penelitian ini dilakukan, sesuai data yang diperoleh dari bagian akademik FEB UB, terdapat mahasiswa baru tahun akademik 2014/2015 sebanyak 240 orang, baik laki-laki maupun perempuan. Adapun total mahasiswa aktif pada tahun akademik 2014/2015 adalah sejumlah 1181 mahasiswa. Penentuan populasi menggunakan jumlah mahasiswa baru didasarkan pada tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan pemilihan strategi coping pada mahasiswa baru. Maka, dapat disimpulkan bahwa populasi penelitian ini adalah sebanyak 240 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki sifat-sifat yang sama dari obyek yang merupakan sumber data (Sukandarrumidi, 2012: 50). Berapa jumlah sampel yang memadai tergantung pada sifat populasi

dan tujuan penelitian. Semakin besar sampel akan semakin kecil kemungkinan salah menarik kesimpulan tentang populasi. Baiky, 1982 (dalam Sukandarrumidi, 2012: 54) mengemukakan bahwa, untuk penelitian yang akan menggunakan analisis data dengan statistik, jumlah sampel paling sedikit adalah 30, walaupun diakui juga bahwa banyak penelitian menganggap jumlah sampel sebesar 100 merupakan jumlah minimum.

E. Teknik Pengambilan Sampel

Metode pengambilan sampel yang dipakai pada penelitian ini adalah menggunakan teknik *proportional random sampling*. Menurut Sutrisno Hadi, alasan peneliti menggunakan random sampling ini adalah memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Selain itu, Sutrisno Hadi juga mengatakan bahwa suatu cara disebut random, apabila peneliti tidak memilih-milih individu yang akan ditugaskan untuk menjadi sampel penelitian (Hadi, 2000: 223). Dengan memperhatikan syarat dalam penelitian ini; mahasiswa baru angkatan pertama sebanyak 240 orang (populasi), serta dengan mengikuti pendapat Baiky, 1982 (dalam Sukandarrumidi, 2012: 54), yang mengemukakan bahwa untuk penelitian yang akan menggunakan analisis data dengan statistik, jumlah sampel paling sedikit adalah 30 orang. Tahap pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan mengidentifikasi kelas-kelas dimana mahasiswa baru sedang mengikuti perkuliahan. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar memperoleh kuantitas

mahasiswa yang cukup banyak pada satu waktu yang bersamaan. Pengambilannya dilakukan dengan *proportional random sampling*, yakni pengambilan sampel secara random dengan proporsi yang sama pada setiap kelasnya. Maka, ketika perkuliahan selesai, peneliti membagikan kuesioner kepada mahasiswa dengan acak dan menjelaskan secara ringkas maksud dan tujuan penelitian serta meminta mahasiswa untuk mengisi kuesioner dengan sebenar-benarnya, masing-masing kelas membutuhkan waktu kurang lebih selama 30 menit. Setelah kuesioner terisi dengan lengkap selanjutnya kuesioner ditarik kembali. Dari 130 kuesioner yang dibagikan, yang kembali adalah sejumlah 95 kuesioner.

F. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian kuantitatif data sangat dipentingkan agar data yang diperoleh menjadi valid. Dari sini peneliti dalam melakukan penelitian menggunakan teknik pengumpulan data berupa:

1. Metode wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis, dan berlandaskan kepada tujuan penyelidikan (Hadi, 1993). Teknik ini berfungsi sebagai pembanding dari alat ukur lain. Hal ini dilakukan untuk menguatkan data yang diperoleh melalui cara lain (Rahayu, 2004: 66). Wawancara dilakukan ketika jam perkuliahan telah selesai, dengan menggunakan wawancara “bebas terpimpin”, karena pewawancara menggunakan pedoman

wawancara yang dibuat dalam bentuk daftar-daftar pertanyaan, tetapi tidak berupa kalimat yang permanen (Rahayu, 2004: 79). Hal tersebut dimaksudkan selain agar proses wawancara tidak menyimpang dari informasi yang ingin digali, yang sebagian pertanyaannya diambil dari *blue print*, juga supaya kekakuan proses wawancara tetap terkontrol. Pada wawancara ini peneliti mencoba menggali tentang gejala stres, dan apa *coping* yang biasa digunakan. Sehingga nantinya akan diperoleh hasil apakah pada mahasiswa baru di JAFEB UB Malang telah menunjukkan gejala-gejala stres seperti pada *blue print*, dan apa strategi *coping* yang biasa digunakannya.

Tabel 3.1
***Blue Print* Gejala Stres**

No	Gejala stres muncul	
1	Fisik	Sakit kepala
		Jantung berdebar-debar
		Insomnia (susah tidur)
		Mudah lelah
		Keluar keringat dingin
		Berkurangnya selera makan
2	Psikis	Gelisah atau cemas
		Konsentrasi belajar menurun
		Kehilangan rasa humor
		Malas belajar
		Sering melamun
		Sering marah-marah

2. Metode Kuesioner (*Questioner*)

Kuesioner disebut pula sebagai angket atau *self administrated questioner* adalah teknik pengumpulan data dengan cara mengirimkan suatu daftar pertanyaan kepada responden untuk diisi. Penyusunan pertanyaannya dengan cara pertanyaan tertutup (*closed end items*), adalah suatu kuesioner dimana pertanyaan-pertanyaan yang dituliskan telah disediakan jawaban pilihan, sehingga responden tinggal memilih salah satu dari jawaban yang telah disediakan (Sukandarrumidi, 2004: 78-79).

Data untuk kecerdasan emosional diperoleh melalui alat tes *Emotional Quotient Inventory* (EQ-i) ciptaan Reuven Bar-On yang terdiri atas 133 pertanyaan, yang kemudian oleh peneliti disederhanakan kembali menjadi 40 aitem pernyataan yang tersebar pada tiap-tiap ranah kecerdasan emosional. Pengambilan data untuk strategi *coping stres* diperoleh melalui kuesioner yang berasal dari *blue print*, yang disusun berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lazarus, Folkman, serta Aldwin & Revenson.

Kuesioner dibagikan pada jam pergantian kuliah, atau pada saat jam kosong. Dalam pembagian kuesioner ini peneliti akan meminta kepada mahasiswa baru untuk mengisi kuesioner dengan sebenar-benarnya, dengan penjelasan tertulis bahwa tidak jawaban yang salah, agar data yang peneliti dapatkan menjadi valid.

a. *Blue print* dan sebaran aitem kecerdasan emosional.

Adapun *blue print* untuk kecerdasan emosional dan strategi *coping* stres dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3.2
Blue Print Kecerdasan Emosional

No	Komponen Dasar	Indikator	Indikator Perilaku	Bobot
1	Ranah Intrapribadi	a.Kesadaran diri	<ul style="list-style-type: none"> mampu mengenali dan memilah-milah perasaan mampu memahami hal yang sedang kita rasakan 	25%
		b.Sikap Asertif	<ul style="list-style-type: none"> kemampuan menerima dan mengungkapkan kemampuan keyakinan dan pemikiran secara terbuka kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi 	
		c.Kemandirian	<ul style="list-style-type: none"> kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri sendiri dalam berpikir dan bertindak tidak bergantung pada orang lain secara emosional. 	
		d.Penghargaan diri	<ul style="list-style-type: none"> kemampuan untuk menghormati dan menerima diri sendiri sebagai pribadi yang pada dasarnya baik menyukai diri sendiri apa adanya mampu mensyukuri diri atas kelebihan dan kekurangan kita 	
		e.Aktualisasi diri	<ul style="list-style-type: none"> kemampuan mewujudkan potensi diri dan puas dengan prestasi yang kita raih berjuang mengembangkan kemampuan dan bakat kita secara maksimal berusaha dengan gigih dan sebaik mungkin untuk memperbaiki diri kita secara menyeluruh 	
2	Ranah Antar-pribadi	a.Empati	<ul style="list-style-type: none"> kemampuan untuk peka, menyadari, memahami, menghargai, perasaan dan pikiran orang lain kemampuan untuk melihat bagaimana, dan latar belakang dunia dari sudut pandang orang lain. 	27,5%
		b.Tanggung jawab sosial	<ul style="list-style-type: none"> kemampuan bekerja sama dan bermanfaat bagi kelompok masyarakatnya tanpa mengharapkan keuntungan mampu melakukan sesuatu untuk dan bersama orang lain bertindak sesuai dengan hati nurani dalam menjunjung tinggi norma yang berlaku dapat menggunakan bakatnya demi kebaikan bersama 	
		c.Hubungan antarpribadi	<ul style="list-style-type: none"> mampu membina dan memelihara hubungan yang saling memuaskan, penuh keakraban dan saling memberi serta menerima kasih sayang peduli pada sesama, membina persahabatan dan merasa tenang, nyaman berada dalam jalinan hubungan tersebut memiliki harapan positif dalam hal berhubungan dengan orang lain 	

Tabel 3.2

Blue Print Kecerdasan Emosional (Lanjutan)

3	Ranah Penyesuaian diri	a.Uji realitas	<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan untuk melihat sesuatu sesuai dengan kenyataannya, bukan seperti yang kita inginkan atau takuti • mampu secara akurat menilai, menyimak situasi yang ada di depan kita, dan melihat hal secara objektif (nyata) • mampu berkonsentrasi dan memusatkan perhatian dalam menilai dan menghadapi situasi yang ada di depan kita 	20%
		b.Sikap fleksibel	<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan untuk menyesuaikan perasaan, pikiran dan tindakan kita dengan keadaan yang berubah-ubah • kemampuan kita untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang tidak biasa, tidak terduga, dan dinamis, tangkas • mampu bekerja sama yang menghasilkan sinergi 	
		c.Pemecahan masalah	<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan untuk mengenali, merumuskan masalah, serta menemukan dan menerapkan pemecahan yang ampuh • memahami masalah dan percaya pada diri sendiri, serta termotivasi untuk memecahkan masalah secara efektif 	
4	Ranah Pengendalian stres	a.Ketahanan menanggung stres	<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan untuk tetap tenang dan berkonsentrasi • kemampuan memilih tindakan untuk menghadapi tekanan • percaya pada kemampuan sendiri untuk mengatasi masalah yang tengah dihadapi • mampu mengendalikan atau berperan dalam menangani tekanan dengan tetap tenang dan memegang kendali 	15%
		b.Pengendalian impuls	<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan untuk menahan atau menunda keinginan untuk bertindak • kemampuan menampung impuls agresif, tetap sabar dan mengendalikan sikap agresif, permusuhan, serta perilaku yang tidak bertanggung jawab. 	
5	Ranah Suasana hati umum	a.Optimisme	<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan untuk mempertahankan sikap positif yang realistis • mampu melihat harapan dalam menghadapi kehidupan 	12,5%
		b.Kebahagiaan	<ul style="list-style-type: none"> • kemampuan untuk bersyukur kehidupan • bersemangat serta bergairah dalam melakukan setiap kegiatan • menyukai diri sendiri dan orang lain 	
Jumlah				100%

Tabel 3.3
Sebaran Aitem Kecerdasan Emosional

	Komponen Dasar	Indikator	No Item		Jumlah Soal	Bobot
			Fav	Unfav		
1	Ranah Intrapribadi	• Kesadaran diri	1	2	10	25%
		• Sikap Asertif	3,5	4		
		• Kemandirian		6,7		
		• Penghargaan diri	8,9, 10			
		• Aktualisasi diri	11,12	13		
2	Ranah Antarpribadi	• Empati	14	15	11	27,5%
		• Tanggung jawab sosial	16,18	17		
		• Hubungan antarpribadi	19,20, 21			
3	Ranah Penyesuaian diri	• Uji realitas	22	23,24	8	20%
		• Sikap fleksibel	25,27	26		
		• Pemecahan masalah	28	29		
4	Ranah Pengendalian stres	• Ketahanan	30,32,	31	6	15%
		menanggung stres	33			
		• Pengendalian impuls	34	35		
5	Ranah Suasana hati umum	• Optimisme	36,37		5	12,5%
		• Kebahagiaan	38,40	39		
Jumlah					40	100%

b. *Blue print* dan sebaran aitem strategi *coping* stres

Tabel 3.4.

Blue Print Emotional Focused Coping

No	Bentuk Strategi Coping	Indikator	Indikator Perilaku	Bobot
1	<i>Emotional Focused Coping</i>	1. Kontrol diri	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mampu menjaga keseimbangan emosi (marah, sedih) dalam dirinya ketika mengalami permasalahan ▪ mampu menahan emosi (marah, sedih) dalam dirinya 	15%
		2. Membuat jarak	<ul style="list-style-type: none"> ▪ menjauhkan diri dari teman-teman dan lingkungan sekitar 	15%
		3. Menilai masalah secara positif	<ul style="list-style-type: none"> ▪ dapat menerima permasalahan yang sedang terjadi ▪ berpikir positif dalam mengatasi masalah 	11%
		4. Menerima tanggung jawab	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mampu menerima tugas dalam keadaan apapun saat menghadapi masalah ▪ mampu mengemban tugas yang dibebankan kepadanya 	11%
		5. Melarikan diri dari masalah	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mengatasi stres dengan berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi ▪ mengandaikan dirinya berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya saat ini ▪ memilih untuk menghindari permasalahan yang sedang dialami 	15%
		6. Meringankan beban masalah	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mengatasi stres dengan menolak memikirkan masalah ▪ menganggap seakan-akan tidak ada masalah dan membuat masalah menjadi ringan 	11%
		7. Menyalahkan diri sendiri	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mengatasi stres dengan memunculkan perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi 	11%
		8. Mencari arti	<ul style="list-style-type: none"> ▪ mengatasi stres dengan mencari makna atau hikmah dari kegagalan yang dialaminya ▪ melihat hal-hal lain diluar masalah yang lebih penting dalam kehidupan 	11%
Jumlah				100%

Tabel 3.5.
Blue Print Problem Focused Coping

No	Bentuk Strategi Coping	Indikator	Indikator Perilaku	Bobot
2	<i>Problem Focused Coping</i>	1. Konfrontasi	a. berpegang teguh pada pendirian b. secara tegas mampu mengubah situasi yang menekan c. berani mengambil resiko	20%
		2. Mencari dukungan sosial	Berusaha untuk mendapatkan bantuan dari orang lain	13,3%
		3. Merencanakan pemecahan masalah	a. mampu memikirkan dan membuat pemecahan masalah yang sesuai b. mampu menyusun rencana untuk menyelesaikan masalah	13,3%
		4. Tindakan secara langsung	a. mampu melakukan usaha dan menetapkan langkah-langkah yang mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung b. menyusun rencana untuk bertindak dan melaksanakannya	20%
		5. Kehati-hatian	a. mampu berfikir, meninjau dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah b. berhati-hati dalam memutuskan atau dengan meminta pendapat orang lain tentang pemecahan masalah tersebut c. mengevaluasi tentang strategi yang pernah diterapkan	20%
		6. Negosiasi	Membicarakan serta mencari penyelesaian dengan orang lain yang terlibat dalam permasalahan yang dihadapinya agar masalah dapat terselesaikan.	13,3%
Jumlah				100%

Tabel 3.6
Sebaran Aitem *Emotional Focused Coping*

No	Bentuk Strategi Coping	Indikator	No item		Jumlah Soal	Bobot
			Fav	Unfav		
1	<i>Emotional Focused Coping</i>	1. Kontrol diri	1,2	3	3	15%
		2. Membuat jarak	4,5	6	3	15%
		3. Menilai masalah secara positif	7	8	2	11%
		4. Menerima tanggung jawab	9,10		2	11%
		5. Melarikan diri dari masalah	11,13	12	3	15%
		6. Meringankan beban masalah	14	15	2	11%
		7. Menyalahkan diri sendiri	16,17		2	11%
		8. Mencari arti	18,19		2	11%
Jumlah					19	100%

Tabel 3.7
Sebaran Aitem *Problem Focused Coping*

No	Bentuk Strategi Coping	Indikator	No item		Jumlah Soal	Bobot
			Fav	Unfav		
2	<i>Problem Focused Coping</i>	1. Konfrontasi	20,21,22		3	20%
		2. Mencari dukungan sosial	24	23	2	13,3%
		3. Merencanakan pemecahan masalah	26	25	2	13,3%
		4. Tindakan secara langsung	28,29	27	3	20%
		5. Kehati-hatian	30,31,32		3	20%
		6. Negosiasi	33	34	2	13,3%
Jumlah					15	100%

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menurut Arikunto (2005:101) adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Dalam hal ini, instrumen penelitian yang digunakan adalah wawancara dan lembar kuesioner. Untuk instrumen wawancara, akan dilaksanakan pada saat sebelum memulai penelitian dengan tujuan untuk menggali permasalahan sebelum dilaksanakannya penelitian, dan caranya adalah dengan melakukan wawancara sesuai dengan pedoman-pedoman yang telah dipersiapkan sebelumnya.

Instrumen selanjutnya adalah lembar kuesioner yang menggunakan skala *Likert*. Menurut Azwar (2007: 97-98) skala sikap model *Likert* berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*), yaitu suatu pernyataan mengenai obyek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favourable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan pernyataan yang *un-favourable* (tidak mendukung objek sikap).

Subyek diminta untuk menyatakan kesetujuan atau ketidak-setujuan terhadap isi pernyataan. Setiap aitem akan diberikan empat pilihan respon, yakni sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Untuk pernyataan *favourable* penilaian bergerak dari angka 4 sampai 1, dan untuk pernyataan *un-favourable* penilaian bergerak dari angka 1 sampai 4.

Tabel 3.8
Skor untuk Jawaban Pernyataan

No	Respon	Skor	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur, sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2014: 8).

Dalam menentukan validitas suatu aitem, maka penelitian ini menggunakan Rasio validitas isi (*content validity ratio/ CVR*) sebagai statistik yang dirumuskan oleh Lawshe (1975). Statistik ini mencerminkan tingkat validitas isi aitem-aitem berdasarkan data empirik. Dalam pendekatannya sebuah panel yang terdiri dari para ahli yang disebut *subject matter expert* (SME) diminta untuk menyatakan apakah aitem dalam tes sifatnya esensial bagi operasionalisasi konstruk teoretik tes yang bersangkutan. Suatu aitem dinilai esensial bilamana aitem tersebut dapat merepresentasikan dengan baik tujuan pengukuran. Para SME diminta menilai

apakah suatu aitem esensial (yaitu diperlukan dan sangat penting bagi tujuan pengukuran yang bersangkutan) dalam tiga tingkatan *essensialitas* yaitu ‘Esensial’, ‘Berguna tapi tidak esensial’, dan ‘Tidak diperlukan’ (Azwar, 2014: 114-115).

Penguji validitas (SME) dalam penelitian ini adalah:

1. Dr. Rahmat Aziz, M. Si, bidang keahlian “Psikologi Pendidikan”
2. Dr. Iin Tri Rahayu, M. Si, bidang keahlian “Psikologi Klinis”
3. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si, bidang keahlian “Psikologi Sosial”

Content Validity Ratio dirumuskan sebagai berikut:

$$\text{CVR} = (2ne / n) - 1$$

Keterangan

CVR = Content Validity Ratio

ne = Banyaknya SME yang menilai suatu aitem ‘esensial’

n = Banyaknya SME yang melakukan penilaian

Angka CVR bergerak antara -1.00 sampai +1.00. bilamana $\text{CVR} > 0,00$ berarti bahwa 50% lebih dari SME dalam panel menyatakan aitem adalah *essensial*. Semakin lebih besar CVR dari angka 0, maka semakin esensial dan semakin tinggi validitas isinya.

2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2014: 114-115). Untuk mengetahui reliabilitas alat ukur

dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alfa* (α) dari Cronbach dengan bantuan program SPSS.

Rumus *Alfa*:

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right]$$

Keterangan:

α : reliabilitas

k : banyaknya aitem soal

$\sum \sigma_b^2$: jumlah varian aitem

σ_1^2 : varian total

Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas (r_{xx}) yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendahnya reliabilitas (Azwar, 2009: 7).

I. Metode Analisis Data

1. Tingkat Kecerdasan Emosional dan Strategi *Coping* Stres

Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional dan strategi *coping* stres, maka dalam perhitungannya menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Mencari Mean:

$$M = \frac{\sum FX}{N}$$

Keterangan:

M = Mean

N = Jumlah total

FX = frekuensi banyaknya nomor pada Variabel X

b. Mencari deviasi rata-rata, varians, dan deviasi standar:

1) Deviasi rata-rata:

$$\sum \frac{F(X - M)}{N}$$

2) Varians:

$$s^2 = \frac{\sum F(X - M)^2}{N - 1}$$

3) Deviasi standar:

$$s = \sqrt{\frac{\sum F(X - M)^2}{N - 1}}$$

Keterangan:

X : skor respon

F : frekuensi

M : rata-rata skor kelompok

s : deviasi standar skor kelompok

c. Menentukan kategorisasi:

- 1) Menentukan tingkat kategorisasi kecerdasan emosional dapat diperoleh dengan rumus:

$$\begin{array}{ll} X < (\mu - 1,0 \sigma) & \text{rendah} \\ (\mu - 1,0 \sigma) < X < (\mu + 1,0 \sigma) & \text{sedang} \\ (\mu + 1,0 \sigma) < X & \text{tinggi} \end{array}$$

- 2) Strategi *coping* stres terbagi atas *emotional focused coping* dan *problem focused coping*, sehingga ditempatkan pada kategorisasi “bukan jenjang” (nominal), karena tidak memiliki makna “tinggi” atau “rendah”. Tujuannya adalah untuk memisahkan individu menurut arah pusat kendalinya yakni pada arah *emotional focused coping* atau arah *problem focused coping*. Pemilihan strategi coping stres dapat diperoleh dengan rumus z-score (jarak nilai dari rerata/ mean diukur dengan standar deviasinya) sebagai berikut:

$$z = \frac{X - M}{s}$$

Keterangan:

z : z-score

X : skor mentah

M: mean

s : deviasi standar

Tabel 3.9
Kriteria Z-score

No	Kriteria	Kategori
1	$Z_{PF} \geq 0.5$ dan $Z_{EF} < 0$	Problem Focused Coping
2	$Z_{EF} \geq 0.5$ dan $Z_{PF} < 0$	Emotional Focused Coping

3) Analisis prosentase:

Setelah kategorisasi diketahui, maka selanjutnya menghitung rumus prosentase dengan cara sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Prosentase

f : Frekuensi

N : Jumlah objek

2. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Strategi *Coping* Stres

Metode analisis data yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecerdasan emosional dengan pemilihan strategi *coping* stres, pada mahasiswa baru Fakultas Ekonomi Universitas Brawijaya Malang adalah menggunakan korelasi *product-moment* Pearson dengan bantuan SPSS 17.

Rumus korelasi *product moment*:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

N = jumlah responden

x = nilai item

y = nilai total angket

r_{xy} = korelasi product moments

Tabel 3.10
Makna Nilai Korelasi Product Moment

Nilai	Makna
0,00-0,19	Sangat rendah
0,20-0,39	Rendah
0,40-0,59	Cukup
0,60-0,79	Kuat
0,80-1,00	Sangat kuat

Dengan ketentuan nilai r terbesar adalah +1 dan r terkecil adalah -1, r = +1 menunjukkan hubungan positif sempurna, sedangkan r = -1 menunjukkan hubungan negatif sempurna.