

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini, rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel ini diukur sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistic (Creswell, 2012 : 5). Menurut Azwar (2011: 5) Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Pada umumnya, penelitian kuantitatif merupakan penelitian sampel besar.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan tujuan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi.

Dari jenis masalah yang ingin dikaji, penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Dimana penelitian korelasi, menurut Arikunto, adalah penelitian yang

dimaksud untuk mengetahui ada dan tidaknya hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih (Arikunto, 2006 : 37).

## **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Istilah variabel dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Sering pula dinyatakan variabel penelitian itu sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti (Suryabrta, 2011 : 25).

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat:

1. Variabel Bebas (X) adalah variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain atau dapat juga dikatakan variabel yang pengaruhnya terhadap variabel lain ingin diketahui. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebasnya adalah *self-efficacy*.
2. Variabel Terikat (Y) adalah variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain atau variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikatnya adalah stress mahasiswa yang menyusun skripsi.

## **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Peneliti harus memilih dan menentukan definisi operasional yang paling relevan

bagi variabel yang ditelitinya (Azwar, 2011 : 74). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Self-efficacy* merupakan kepercayaan individu mengenai kemampuan kemampuannya untuk mengatur atau menjalankan kegiatan yang dibutuhkan untuk mencapai keberhasilan. Tingkat *self-efficacy* akan diungkap melalui skala *self-efficacy* yang dibuat berdasarkan aspek *self-efficacy* yaitu *level/magnitude, generality, dan strength*.
2. Stres mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah perasaan yang tidak nyaman atau tertekan karena skripsi yang menimbulkan gejala seperti kecemasan, kegelisahan, dan penurunan fungsi kognitif selama menyelesaikan skripsi dikarenakan adanya hambatan-hambatan dalam proses penyusunan skripsi. Stres dapat dilihat dari beberapa gejala yang ada, meliputi: gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual dan gejala interpersonal.

#### **D. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi merupakan keseluruhan individu atau objek yang diteliti yang memiliki beberapa karakteristik yang sama (Latipun, 2011 : 25). Sedangkan menurut Azwar populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Kelompok subjek ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik-karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subjek yang lain (Azwar, 2011 : 77). Adapun, populasi dalam

penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang yang sedang menyusun skripsi.

Adapun populasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maliki Malang angkatan 2010 yang saat ini sedang menyusun skripsi adalah berjumlah 103 mahasiswa. Dengan karakteristik:

- a. Mahasiswa Angkatan 2010 Fakultas Psikologi UIN Malang.
- b. Dalam proses penyusunan skripsi.
- c. Sudah mengikuti ujian seminar proposal.
- d. Sudah melakukan bimbingan minimal 3 kali pertemuan.

## **2. Sampel**

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2006 : 131). Apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua, sedangkan untuk subyek yang lebih dari 100 maka dapat diambil antara 10-15 % atau 20-25 % (Arikunto, 2006 : 134).

Dalam penelitian ini, populasinya berjumlah 103 Mahasiswa, maka penelitian ini merupakan penelitian sampel. Dengan berbagai pertimbangan, penelitian ini mengambil sampel 30% dari keseluruhan populasi yang berjumlah 103 Maka sampel yang digunakan berjumlah 31 subyek.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan *random sampling* atau sampel acak. Dalam pengambilan sampelnya, peneliti mencampur subjek-subjek di dalam populasi sehingga semua subjek dianggap sama. Dengan demikian maka peneliti memberi hak yang sama

kepada setiap subjek untuk memperoleh kesempatan dipilih menjadi sampel (Arikunto, 2010: 177). Cara pengambilan sampel random dengan menggunakan undian.

## **E. Metode Pengumpulan Data**

Arikunto menjelaskan metode pengumpulan data adalah cara bagaimana data mengenai variabel-variabel dalam penelitian dapat diperoleh. Pengumpulan data merupakan langkah yang amat penting dalam penelitian karena data ini akan digunakan untuk menjawab permasalahan yang ada dalam penelitian.

### **1. Wawancara**

Wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dari subjek (Arikunto, 2006 : 155). Adapun tujuan dari metode wawancara ini digunakan untuk menggali data awal dalam penelitian dan untuk melengkapi data. Untuk memperoleh informasi mengenai perspektif mahasiswa terhadap skripsi, kondisi psikologis selama mereka menyusun skripsi dan keyakinan mereka akan kemampuannya selama menyusun skripsi.

### **2. Observasi**

Sebagai metode ilmiah observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki. Observasi atau yang disebut pula dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemuatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra (Arikunto, 2006: 156). Observasi dilakukan dengan menggunakan teknik

observasi nonpartisipan, dimana pengamat berada di luar subyek yang diteliti dan tidak ikut dalam kegiatan-kegiatan yang mereka lakukan. Observasi yang dilakukan di awal penelitian ini bertujuan untuk menggali data awal. Untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi psikologis mahasiswa selama mengerjakan skripsi.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal yang variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen, agenda rapat, dan sebagainya (Arikunto, 2006: 158). Dalam penelitian ini metode dokumentasi digunakan untuk memperoleh informasi dari data tertulis yang ada pada subyek penelitian dan yang mempunyai relevansi dengan data yang dibutuhkan.

### 4. Skala

Skala merupakan sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2007: 5).

Penelitian ini menggunakan dua jenis skala, yaitu skala tentang stress mahasiswa yang menyusun skripsi dan skala tentang *self-efficacy*. Menurut Azwar (2007: 6) skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan modifikasi skala Likert, dimana masing-masing skala memiliki ciri-ciri empat alternatif jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan *favorable* dan

pernyataan *unfavorable*, dengan cara penilaian dengan menggunakan empat kategori jawaban yaitu sebagai berikut:

Tabel 1  
Skoring skala likert

Kategori Jawaban	Favourable	Unfavourable
SS (sangat setuju)	4	1
S (setuju)	3	2
TS (tidak setuju)	2	3
STS (sangat tidak setuju)	1	4

Penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban dengan menghilangkan alternatif jawaban “ragu-ragu”, hal tersebut dilakukan karena “ragu-ragu” mengindikasikan subjek tidak yakin dengan jawaban yang diberikan (Azwar, 2007: 9). Penghilangan alternatif jawaban “ragu-ragu” dilakukan peneliti sebagai upaya agar subjek hanya memberikan jawaban yang diyakini oleh subjek.

Penilaian skor bergerak mulai dari satu sampai empat, hal ini dilakukan peneliti dengan alasan ada beberapa pendapat bahwa nilai nol dapat diartikan bahwa subjek tidak memiliki hal yang disebutkan dalam suatu pernyataan dalam skala.

#### F. Instrumen Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang hendak diungkap yaitu stress mahasiswa yang mengerjakan skripsi dan *self-efficacy*.

### 1. Stress Mahasiswa yang menyusun skripsi

Stress dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala stres yang berdasarkan pada gejala-gejala stres menurut Agus Harjana (1994).

Tabel 2

*Blue Print* skala Stres Mahasiswa yang Menyusun Skripsi

No	Indikator	Deskriptor	Favourable	Unfavourable	jumlah
1	Gejala Fisik	Sakit kepala, Tidur tidak teratur, Sakit punggung, Berubah selera makan, Lelah dan kehilangan daya energi.	1, 9, 17, 25, 33, 41	5, 13, 21, 29, 37, 44	12
2	Gejala emosional	Gelisah, cemas, Sedih, Mudah panas atau marah, Gugup, Merasa tidak aman, Mudah tersinggung.	2, 10, 18, 26, 34, 42, 47	6, 14, 22, 30, 38, 45, 48	14
3	Gejala intelektual	Susah berkonsentrasi, Mudah lupa, Pikiran kacau, Hilang rasa humor, Prestasi kerja menurun, Pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja.	3, 11, 19, 27, 35, 43	7, 15, 23, 31, 39, 46	12
4	Gejala interpersonal	Kehilangan kepercayaan kepada orang lain, Mudah mempersalahkan orang lain, Mudah membatalkan janji, Mendiamkan orang lain, Menyerang orang lain dengan kata-kata.	4, 12, 20, 28, 36	8, 16, 24, 32, 40	10
Jumlah					48

## 2. *Self-Efficacy*

*Self-efficacy* dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala *self-efficacy* berdasarkan aspek-aspek *self-efficacy* yang dikemukakan Bandura (1997) yaitu *magnitude* atau derajat kesulitan tugas, *generality* atau sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas, dan *strength* atau kuatnya keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimiliki. Adapun blueprint dari *self-efficacy* sebagai berikut:

Tabel 3

*Blue Print* skala *self-Efficacy*

No	Dimensi	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1	<i>Level/magnitude</i>	Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas	1, 9, 17, 25, 33	5, 13, 21, 29, 34	10
		Pemilihan tingkah laku berdasarkan hambatan atau tingkat kesulitan suatu tugas atau aktivitas	2, 10, 18, 26	6, 14, 22, 30	8
2	<i>Strength</i>	Tingkat kekuatan keyakinan atau pengharapan individu terhadap kemampuannya.	3, 11, 19, 27	7, 15, 23, 31	8
3	<i>Generality</i>	Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan	4, 12, 20, 28	8, 16, 24, 32	8

	tugas di berbagai aktifitas			
Jumlah				34

## G. Validitas dan Reabilitas

### 1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2007: 5).

Terdapat tiga tipe validitas yaitu validitas isi, validitas konstruk, dan validitas kriteria. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi skala dengan analisis rasional atau lewat *profesional judgement*. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validasi ini adalah sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan yang hendak diukur atau sejauh mana isi skala mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur. Validitas konstruk adalah tipe validitas yang menunjukkan sejauh mana tes mengungkap suatu konstruk teoritik yang hendak diukur. Sedangkan validitas kriteria adalah validitas berdasarkan kriteria tertentu

yang dapat dijadikan dasar pengujian dari hasil sebuah alat ukur (Azwar, 2007: 45-53).

Dalam membuat skala *self-efficacy* dan stres, peneliti menggunakan validitas isi dengan cara menggunakan kisi-kisi instrumen atau blue print skala. Dalam penyusunan instrumen ditentukan indikator-indikator sebagai tolok ukur dan nomor butir (aitem) pertanyaan atau pernyataan. Dengan jelasnya indikator ini, maka akan jelas kawasan ukur dari konstruk yang ingin diukur. Terhadap blueprint dan aitem skala *self-efficacy* dilakukan analisa rasional yang melibatkan pihak yang mumpuni dalam bidang ini.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji coba terpakai yaitu penelitian langsung dijadikan sebagai dasar analisa.

Untuk mengetahui validitas aitem, maka penelitian ini menggunakan rumus korelasi product moment dari Pearson (Azwar, 2006: 19) yang dibantu dengan program SPSS 15.0 for Windows.

Adapun rumus korelasi product-moment tersebut adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \sum x^2 - \{\sum x\}^2)(N \sum y^2 - \{\sum y\}^2)}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisien Korelasi Product Moment

N = Jumlah Subyek

$\sum x$  = Jumlah Skor Butir (x)

$\sum y$  = Jumlah Skor Variabel (y)

$\sum xy$  = Jumlah Perkalian Butir (x) dan Skor Variabel (y)

$\sum x^2$  = Jumlah Kuadrat Skor Butir (x)

$\sum y^2$  = Jumlah Kuadrat Skor Variabel (y)

## 2. Reabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (*reliable*). Walaupun reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti keterpercayaan, keterandalan, kejegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2007: 4). Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 hingga 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas (Azwar, 2007: 83).

Dalam penelitian ini, untuk menguji reliabilitas alat ukur adalah dengan menggunakan teknik pengukuran *Alpha Chornbach*. Rumus Alpha digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0 tapi berupa rentang skala (Arikunto, 2006: 196). Adapun rumusannya sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Reliabilitas instrument

$k$  = Banyaknya butir pertanyaan atau soal

$\sum \sigma_b^2$  = Jumlah varians butir

$\sigma_t^2$  = varians total

Penghitungan reliabilitas dengan rumus di atas dilakukan dengan bantuan komputer program SPSS (*statistical product and service solution*) 11.0 for windows.

Pada penelitian ini terdapat dua instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala *self-efficacy* yang dikembangkan sendiri oleh peneliti dan skala stres yang juga dikembangkan sendiri oleh peneliti.

## H. Analisis Data

Metode analisis data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian. Adapun teknis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasi, dimana penelitian korelasi

bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih.

Untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa yang menyusun skripsi dan tingkat *self-efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi digunakan kategorisasi berdasar model distribusi normal (Azwar, 2007: 106). Adapun kategori penilaian dari setiap variabel sebagai berikut:

Tabel 4

## Kategori Penilaian

Klasifikasi	Skor
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$
Sedang	$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,0 \text{ SD})$
Rendah	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$

Sebelum masuk pada perhitungan klasifikasi, terlebih dahulu dicari perhitungan rata-rata skor kelompok (M) dan deviasi standar kelompok (SD) dengan rumusan:

Menentukan *Mean* dengan rumus:

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

Keterangan:

M = *Mean*

N = Jumlah total

$f_x$  = frekuensi banyaknya nomor pada variabel  $x$

Mencari standar deviasi dengan rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N - 1}}$$

Keterangan:

SD = Standar deviasi

X = Skor  $x$

N = Jumlah responden

Setelah diketahui norma dengan mean standart deviasi, maka dihitung dengan rumus prosentase sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Prosentase

f = Frekuensi

N = Jumlah objek

Untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap stres, peneliti menggunakan analisis regresi (anareg) linier sederhana. Anareg linier sederhana digunakan untuk menentukan dasar ramalan dari suatu distribusi data yang terdiri

dari variabel kriterium (Y) dan satu variabel prediktor (X) yang memiliki bentuk hubungan yang linier. Adapun rumus persamaan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = Nilai dari variabel terikat (*dependen*)

X = Nilai dari variabel bebas (*independen*)

a = Nilai konstanta

b = Koefisien regresi.

Untuk menghitung signifikansi persamaan regresi adalah dengan membandingkan harga F empirik dengan F teoritik yang terdapat pada table nilai-nilai F. Apakah ada pengaruh yang signifikan dari variabel X terhadap variabel Y, maka hasil perhitungannya dibandingkan dengan taraf signifikan 5%. Jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$ :  $H_a$  diterima yaitu terdapat pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$ :  $H_o$  diterima yaitu tidak terdapat pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Adapun rumus untuk mencari F empirik atau  $F_{hitung}$  menggunakan rumus:

$$F_{reg} = \frac{Rk_{reg}}{Rk_{res}}$$

Keterangan:

$F_{reg}$  = Harga F garis regresi

$Rk_{reg}$  = Rerata kuadrat garis regresi

$Rk_{res}$  = Rerata kuadrat residu

Untuk melakukan perhitungan dengan rumus-rumus di atas, peneliti menggunakan bantuan program SPSS (*statistical product and service solution*)

11.0 for windows.

