

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian yang Digunakan

Pada penelitian ini, penulis memilih judul penelitian yaitu perbedaan tingkat stres mahasiswa dalam mengerjakan skripsi berdasar tipe kepribadian Hippocrates-Galenus. Dalam hal ini penulis ingin mengetahui apakah ada perbedaan tingkat stres antara tipe kepribadian sanguinis, melankolis, koleris, phlegmatis. Oleh karena itu penulis menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menjawab pertanyaan pada penelitian ini, dimana hasil yang diperoleh merupakan kesimpulan statistik beserta analisisnya. Pendekatan kuantitatif yaitu mengolah data berupa angka menggunakan metode statistika (Azwar, 2013, h. 5). Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian, sebagai berikut :

1. Variabel Tergantung : Stres Dalam Mengerjakan Skripsi
2. Variabel Bebas : Tipe Kepribadian

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Stres

Stres adalah suatu keadaan dimana keinginan seseorang tidak sesuai dengan harapan nyata yang terjadi baik secara biologis, sosial, maupun psikologisnya. Stres diungkapkan melalui skala stres, yang meliputi empat aspek gejala yaitu, gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual, dan gejala interpersonal. Semakin tinggi skor stres, maka semakin tinggi stres yang dimiliki seseorang.

2. Kepribadian

Kepribadian adalah karakter seseorang atau kecenderungan seseorang berperilaku, bersosialisasi, dan berpikir dalam menanggapi situasi baik yang berasal dari dalam diri maupun dari luar diri. Tipe kepribadian Hippocrates-Galenus terdiri dari empat tipe, yaitu sanguinis, melankolis, koleris, dan phlegmatis. Untuk mengetahui tipe kepribadian seseorang maka digunakan alat tes yang disebut tes profil kepribadian yang diadopsi dari buku Personality Plus, yang mempunyai 40 pertanyaan dimana masing-masing pertanyaan terdapat empat pernyataan dimana masing-masing pernyataan mewakili satu *Traits* / kepribadian yaitu sanguinis, melankolis, koleris, dan phlegmatis.

D. SUBYEK PENELITIAN

1. Populasi

Dalam penelitian sosial, populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2013, h. 77). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Fakultas Psikologi angkatan 2013 yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah beberapa subyek yang menjadi bagian dari populasi. Karena sampel merupakan bagian dari populasi, sehingga karakteristik yang dimiliki sampel harus sama dengan populasi (Azwar, 2013, h. 79). Adapun karakteristik sampel yang akan diteliti adalah :

- Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
- Aktif sebagai mahasiswa (tidak sedang dalam kondisi cuti)
- Sedang mengerjakan skripsi sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana S1.

Dalam penelitian ini metode pengambilan sampel dengan cara total populasi.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Alat Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yang pertama adalah tes profil kepribadian yang diadopsi dari buku *Personality Plus* oleh Florence Littauer. Tes ini merupakan suatu alat ukur psikologi yang dianggap standard karena sebelumnya telah memenuhi syarat validitas dan realibilitas (Azwar, 2013, h. 100). Dan yang kedua menggunakan metode skala tingkat stres, dimana metode ini biasanya terdiri dari 25 sampai dengan 30 pernyataan sikap individu dimana pernyataan tersebut bisa berupa pernyataan favorable ataupun tidak favorable (Azwar, 2013, h. 98).

A. *Blue Print* dan Cara Penilaiannya

Penelitian ini menggunakan satu tes profil kepribadian untuk mengetahui kecenderungan tipe kepribadian individu dan satu skala tingkat stres yang digunakan untuk mengukur seberapa tinggi atau rendah tingkat stres yang dialami individu.

a) Skala Tingkat Stres

Dalam skala tingkat stres digunakan beberapa gejala diantaranya adalah gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual, dan gejala interpersonal. Skala tingkat stres terdiri dari 24 item pernyataan baik pernyataan favorable maupun pernyataan tidak favorable.

Skala ini dibedakan untuk item yang bersifat *favourable* dan *unfavourable*. Dalam setiap pertanyaan diberikan alternatif jawaban diantaranya, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Nilai untuk setiap jawaban berjenjang nilai satu sampai empat. Pernyataan yang sifatnya *favourable*, subjek akan mendapatkan nilai satu untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS), nilai dua untuk jawaban Tidak Setuju (TS), nilai tiga untuk jawaban Setuju (S), dan nilai empat untuk jawaban Sangat Setuju (SS). Untuk pernyataan yang sifatnya *unfavourable*, subjek akan mendapatkan nilai satu untuk jawaban Sangat Setuju (SS), nilai dua untuk jawaban Setuju (S), nilai tiga untuk jawaban Tidak Setuju (TS), nilai empat untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun rancangan skala tingkat stres pada tabel 1.

Tabel 1
Blue Print Skala Tingkat Stres

Bentuk	Item		Jumlah
	Favourable	Unfavourable	
Gejala Fisikal	3	3	6
Gejala Emosional	3	3	6
Gejala Intelektual	3	3	6
Gejala Interpersonal	3	3	6
Jumlah	12	12	24

b) Tes Profil Kepribadian

Tes ini diadopsi dari buku *Personality Plus* yang dikarang oleh Florence Littauer. Tes ini terdiri dari 40 pertanyaan dimana masing-masing pertanyaan mempunyai empat pernyataan dimana setiap pertanyaan hanya boleh memilih satu pernyataan saja.

Tes profil kepribadian ini mempunyai 20 item pertanyaan yang bersifat kekuatan dan juga 20 pertanyaan yang bersifat kelemahan. Dalam setiap pertanyaan mempunyai alternatif jawaban yang nantinya keseluruhan jawaban akan dijumlahkan secara menurun sehingga dapat disimpulkan apakah koresponden mempunyai kecenderungan tipe kepribadian sanguinis, melankolis, koleris, ataupun phlegmatis.

Tabel 2

***Blue Print* tes profil kepribadian**

Tipe Kepribadian	Kekuatan	Kelemahan	Jumlah
Sanguinis	20	20	40
Melankolis	20	20	40
Koleris	20	20	40
Phlegmatis	20	20	40
Jumlah	80	80	160

F. Uji Coba Alat Ukur

1. Uji Validitas Alat Ukur

Uji Validitas digunakan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur mencakup data yang komperhensif dan relevan sesuai tujuan penelitian (Azwar, 2013, h. 106). Hal ini dapat disimpulkan bahwa validitas harus dapat menyimpulkan dan juga menunjukkan seberapa nyata dan tepat hasil pengujian yang diukur dan tujuannya tepat sasaran atau tidak. Suatu alat ukur dikatakan valid atau sesuai apabila alat ukur tersebut mengukur suatu hal sesuai dengan alat ukur tersebut (Nasution, 2014, h. 74).

Validitas item dalam penelitian ini diuji menggunakan korelasi atau hubungan antara skor skala yang diperoleh pada masing-masing item menggunakan teknik korelasi *One Way Anova*.

2. Uji Realibilitas Alat Ukur

Realibilitas mengacu pada kecermatan data dan hasilnya dipengaruhi oleh sikap, persepsi, dan motivasi koresponden dalam memberikan jawaban (Azwar, 2013, h. 106). Suatu alat ukur bisa dikatakan *reliable* apabila alat tersebut dapat mengukur secara konsisten dengan hasil yang sama walaupun dalam waktu yang berbeda (Nasution, 2014, h. 77). Untuk mengetahui reliabilitas digunakan teknik koefisien *Alpha Chronbach*.

G. Metode Analisis Data

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan antara tingkat stres berdasar tipe kepribadian sanguinis, melankolis, koleris, phlegmatis. Berdasarkan identifikasi dalam penelitian ini maka penelitian ini menggunakan teknik *one way anova*. *One way anova* digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan data lebih dari dua kelompok. Selanjutnya pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan program SPSS dalam penghitungan.

