# BAB III

# METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, Azwar (2010a, h.5) menjelaskan penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika.

## A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini melibatkan dua variabel penelitian, sebagai berikut:

1. Variabel tergantung : Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi
2. Variabel bebas : Kepercayaan diri

## B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional digunakan untuk memberi batasan pada tiap variabel sehingga menghindari kesalahpahaman atau perbedaan persepsi mengenai data yang digunakan. Batasan operasional dari variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi

Distres mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah emosi negatif atau suatu keadaan tertekan (baik secara fisik maupun psikologis) yang dialami individu yang sedang belajar di perguruan

tinggi, yang diakibatkan adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dalam menyusun karangan ilmiah sebagai persyaratan akhir pendidikan akademisnya, dengan kemampuan yang dirasakan dalam memenuhi tuntutan tersebut. Distres mahasiswa dalam menyusun skripsi diungkap melalui Skala Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi, yang terdiri dari gejala fisiologis (badan), psikologis (emosional), dan gejala sosial. Semakin tinggi skor skala menunjukkan bahwa semakin tinggi pula distres mahasiswa dalam menyusun skripsi, demikian sebaliknya semakin rendah skor skala menunjukkan bahwa semakin rendah pula distres mahasiswa dalam menyusun skripsi.

**2. Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri untuk mengatasi hambatan dan kesulitan, serta menghasilkan lebih banyak usaha, dibanding kompetensi yang dimiliki. Kepercayaan diri diungkap melalui Skala Kepercayaan Diri yang disusun berdasarkan ciri-ciri kepercayaan diri terdiri dari merasa adekuat dengan tindakan yang dilakukan, merasa diterima oleh kelompoknya, dan memiliki ketenangan sikap. Semakin tinggi skor skala menunjukkan bahwa semakin tinggi pula kepercayaan diri, demikian sebaliknya semakin rendah skor skala menunjukkan bahwa semakin rendah pula kepercayaan diri, demikian sebaliknya.

## C. Subyek Penelitian

### 1. Populasi Dan Sampel

Azwar (2010b, h.77) mengatakan bahwa dalam penelitian sosial, populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sampel adalah sebagian dari populasi, karena sampel merupakan bagian dari populasi tentulah harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya (Azwar, 2010b, h.79).

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2012 sampai dengan angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, yang sedang menyusun skripsi.

### 2. Teknik Pengambilan Sampel

Azwar (2010b, h.79) mengatakan bahwa analisis penelitian didasarkan pada data sampel sedangkan kesimpulannya nanti akan diterapkan pada populasinya, maka sangatlah penting untuk memeroleh sampel yang representatif bagi populasinya. Oleh karena itu diperlukan pemahaman mengenai teknik-teknik pengambilan sampel yang tepat.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik penarikan sampel aksidental, Teknik penarikan sampel aksidental didasarkan pada kemudahan. Sampel dapat terpilih karena berada pada waktu, situasi, dan tempat yang tepat (Prasetyo & Jannah, 2011, h.135).

Alasan menggunakan teknik ini karena yang paling memungkinkan atau paling mudah dilakukan terhadap karakteristik populasi dalam penelitian ini. Secara teknis, rencana pengumpulan data sesuai teknik sampling ini adalah dengan memasuki gedung Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, kemudian mencari subjek yang sedang berada di gedung tersebut. Peneliti akan mencari subjek (yaitu mahasiswa yang sesuai dengan karakteristik populasi penelitian) di beberapa ruang dosen pembimbing skripsi.

## D. Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini skala yang akan disusun adalah skala distres mahasiswa dalam menyusun skripsi dan skala kepercayaan diri.

### 1. Skala Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi

Skala Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi pada penelitian ini terdiri dari gejala-gejala stres yang meliputi gejala fisiologis (badan), psikologis (emosional), dan gejala sosial.

Pada penelitian ini, item (pernyataan) pada Skala Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi disajikan dalam bentuk favourable. Pada pelaksanaannya, sistem penilaian skala menggunakan format skala dengan empat kategori respon, dengan skor 4-1, di mana subjek diminta untuk memilih salah satu di antara empat kemungkinan jawaban yang tersedia, meliputi Sangat Sering (SS) diberi skor 4, Sering

(S) diberi skor 3, Jarang (J) diberi skor 2, Sangat Jarang (SJ) diberi skor 1.

Berikut di bawah ini akan disajikan blueprint Skala Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi:

**Tabel 1 *Blueprint* Skala Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi**

| No | Gejala Ditres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi | Total Item |
|---|---|---|
| 1 | Fisiologis (badan) | 5 |
| 2 | Psikologis (emosional) | 5 |
| 3 | Sosial | 5 |
| | Total | 15 |

**2. Skala Kepercayaan Diri**

Skala Kepercayaan Diri pada penelitian ini diungkap melalui ciri-ciri kepercayaan diri yang terdiri dari merasa adekuat dengan tindakan yang dilakukan, merasa diterima oleh kelompoknya, dan memiliki ketenangan sikap.

Pada penelitian ini, item (pernyataan) pada skala kepercayaan diri disajikan dalam bentuk item favourable dan item unfavourable. Pada pelaksanaannya, sistem penilaian skala menggunakan format skala dengan empat kategori respon, di mana subjek diminta untuk memilih

salah satu di antara empat kemungkinan jawaban yang tersedia, meliputi Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Pernyataan yang favourable diberi skor sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS) diberi skor 4, Sesuai (S) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Pernyataan yang unfavourable diberi skor sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS) diberi skor 1, Sesuai (S) diberi skor 2, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 4.

Berikut di bawah ini akan disajikan blueprint Skala Kepercayaan Diri:

**Tabel 2 Blueprint Skala Kepercayaan Diri**

| No | Ciri-ciri Kepercayaan Diri | *Favourable* | *Unfavourable* | Total |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Merasa adekuat dengan tindakan yang dilakukan | 3 | 3 | 6 |
| 2 | Merasa diterima oleh kelompoknya | 3 | 3 | 6 |
| 3 | Memiliki ketenangan sikap | 3 | 3 | 6 |
| | Total | 9 | 9 | 18 |

## E. Uji Coba Alat Ukur

### 1. Uji Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata validity yang memiliki arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2010c, h.5). Terdapat berbagai jenis validitas di dalam bidang psikologi yang dikemukakan oleh Suryabrata (2005, h.40-41), yaitu validitas penelitian, validitas aitem, dan validitas alat ukur.

Validitas alat ukur pada penelitian ini menggunakan validitas aitem. Suryabrata (2005, h.41) mengemukakan validitas aitem sebagai derajat kesesuaian antara sesuatu soal dengan perangkat soal-soal lain. Ukuran validitas soal adalah korelasi antara skor pada soal itu dengan skor pada perangkat soal (item-total correlation).

Cara yang digunakan untuk menghitung korelasi antara skor masing-masing item dengan skor total adalah menggunakan teknik korelasi product moment dari Pearson. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Azwar (2010c, h.59), bahwa bagi skala-skala yang setiap itemnya diberi skor pada level interval dapat digunakan formula koefisien korelasi product-moment Pearson.

Apabila koefisien korelasi item-total itu dihitung pada skala yang berisi hanya sedikit item, maka sangat mungkin akan diperoleh koefisien korelasi item-total yang overestimated (lebih tinggi daripada

yang sebenarnya) dikarenakan adanya overlap antara skor item dengan skor skala (Guilford, dalam Azwar, 2010c, h.61). Lebih lanjut Azwar (2010c, h.61-62) mengatakan bahwa overestimasi ini dapat terjadi dikarenakan pengaruh kontribusi skor masing-masing item dalam ikut menentukan besarnya skor skala. Untuk itu, agar dapat diperoleh informasi yang lebih akurat mengenai korelasi antara item dengan skala, diperlukan suatu rumusan koreksi terhadap efek spurious overlap.

Hasil penghitungan korelasi product-moment dari Person ini mengalami kelebihan bobot sehingga perlu dikoreksi dengan menggunakan teknik korelasi part whole (corrected item-total correlation). Perhitungan analisis ini dilakukan dengan menggunakan alat bantu komputer.

**2. Uji Reliabilitas Alat Ukur**

Azwar (2010c, h.83-92) menyatakan bahwa reliabilitas sebenarnya mengacu kepada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Ada beberapa prosedur pengujian reliabilitas dan cara-cara perhitungan koefisiennya yang biasa digunakan dalam pengembangan skala-skala psikologi, antara lain pendekatan tes-ulang, koefisien reliabilitas alpha, komputasi reliabilitas dengan analisis varians, dan reliabilitas skor komposit.

Pengujian reliabilitas Skala Distres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi dan Skala Kepercayaan Diri pada penelitian ini digunakan teknik Koefisien Alpha dari Cronbach. Sebagaimana yang dikemukakan Azwar (2010c, h.83-92), data untuk menghitung keofisien reliabilitas alpha diperoleh lewat penyajian satu bentuk skala yang dikenakan hanya sekali saja pada kelompok responden (single-trial administration). Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dibelah menjadi dua atau tiga bagian, sehingga setiap belahan berisi item-item dalam jumlah yang sama banyak.

Lebih lanjut, Azwar (2010c, h.87) mengatakan bahwa dalam pendekatan konsistensi internal, prosedurnya hanya memerlukan satu kali pengenaan sebuah tes kepada sekelompok individu sebagai subjek (single-trial administration). Oleh karena itu pendekatan ini mempunyai nilai praktis dan efisiensi yang tinggi. Perhitungan analisis ini dilakukan dengan menggunakan alat bantu komputer.

## F. Metode Analisis Data

Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi Product Moment karena untuk mencari hubungan antara kepercayaan diri dengan distres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Perhitungan analisis ini dilakukan dengan menggunakan alat bantu komputer.