

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian Yang Digunakan

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode yang menekankan analisis pada data-data numerikal atau angka, kemudian diolah dengan metode statistika. Metode penelitian ini menggunakan pertanyaan terstruktur atau sistematis yang dikenal dengan skala (Prasetyo dan Jannah, 2008). Skala adalah daftar pertanyaan yang mengukur variabel-variabel, hubungan antara variabel yang ada, atau pengalaman serta opini dari responden. Pertanyaan yang dapat diajukan meliputi perilaku, harapan, identitas diri dan kesehatan. Dengan demikian peneliti ingin melihat kondisi variabel yang dapat diukur apa adanya.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel-variabel penelitian perlu ditentukan sebelum pengumpulan data dilakukan. Pengidentifikasian variabel-variabel penelitian akan membantu dalam penentuan alat pengumpulan data dan teknik analisis data yang relevan dengan tujuan penelitian. Variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini:

1. Variabel bebas: *Hardiness* dan *Problem Focused Coping*
2. Variabel terikat: Stres akademik

C. Pengertian Operasional Variabel Penelitian

Pengertian operasional adalah suatu pengertian mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2019). Adapun pengertian dari variabel-variabel penelitian ini adalah:

1. Stres Akademik

Stres akademik merupakan suatu respon yang ditimbulkan oleh stimulus-stimulus yaitu tantangan dan tuntutan akademik yang menimbulkan ketegangan, perasaan tidak nyaman dan perubahan tingkah laku. Stres akademik akan diukur menggunakan skala stres akademik yang dikemukakan oleh Lin dan Chen (2009) yang telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia dan telah memperoleh *professional judgment*. Semakin tinggi skor skala stres akademik yang diperoleh, maka semakin tinggi pula stres akademik pada mahasiswa dan sebaliknya.

2. *Hardiness*

Hardiness adalah sebuah tipe kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia yang melibatkan strategi-strategi positif untuk dapat bertahan serta menghadapi situasi dan kondisi yang penuh tekanan. Pengukuran menggunakan skala *Hardiness* yang dikembangkan dengan mengacu pada beberapa teori Kobasa (1974) meliputi kontrol (*control*), komitmen (*commitment*) dan tantangan (*challenge*). Semakin

tinggi skor total yang diperoleh pada skala *hardiness* maka semakin tinggi pula *hardiness* dalam diri seseorang dan sebaliknya.

D. Subjek Penelitian

Populasi adalah satuan yang ingin diteliti, sedangkan sampel adalah bagian dari populasi yang hendak diteliti sesuai dengan pendapat Bailey (Prasetyo dan Miftahul, 2008). Pendapat lain dikemukakan oleh Sugiyono (2012) mengatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Jadi populasi merupakan seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh objek yang ingin diteliti.

Selanjutnya teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2012), teknik *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Adapun karakteristik dari subjek dalam penelitian ini, yaitu:

1. Mahasiswa S-2 Magister Profesi Psikologi UNIKA Soegijapranata Semarang.
2. Terdaftar sebagai mahasiswa aktif dikampus.

E. Metode dan Alat Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyebaran skala. Menurut Azwar (2019) metode skala merupakan suatu metode pengumpulan data yang berbentuk laporan diri sendiri berisi daftar atau kumpulan pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab oleh individu.

Skala yang akan digunakan adalah skala *hardiness*, skala *problem focused coping* dan skala stres akademik. Penelitian ini menggunakan metode *summarated rating* yang merupakan penskalaan model likert. Penskalaan model ini merupakan skala yang disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial yang diperlakukan sebagai objek sikap (Azwar, 2019).

Pada ketiga skala likert ini, subjek diminta untuk menyatakan kesetujuan atau ketidak setujuannya dalam sebuah kontinum yang terdiri dari 4 buah respon: "sangat sesuai (SS)", "sesuai (S)", "tidak sesuai (TS)", "sangat tidak sesuai (STS). Penggunaan empat tingkat respon ini dimaksudkan untuk menghindari adanya *tendency central* dari subjek sehingga dapat lebih memilih jawaban yang memihak, yakni memaksa subjek untuk memilih antara jawaban *favorable* dan *unfavorable*, yang artinya tidak memberikan kesempatan kepada subjek untuk memberikan jawaban netral (Supratiknya, 2014). Pernyataan *favorable* adalah pernyataan-pernyataan yang bila setuju atau diiyakan

menunjukkan sikap positif atau menyukai objek yang menjadi sasaran perhatian. Sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan-pernyataan yang bila setuju akan mencerminkan sikap negatif atau tidak menyukai objek yang menjadi pusat perhatian (Anderson, dalam Supratiknya, 2014).

1. Skala *Hardiness*

Skala *Hardiness* yang digunakan dalam penelitian ini disusun dan dikembangkan sendiri oleh peneliti dengan mengacu pada beberapa teori Kobasa (1979) meliputi komitmen, kontrol dan tantangan yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi butir skala *hardiness*

Jenis	Nomor item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Control</i>	1,3,4,10,14	2,6,7,9,13	10
<i>Commitment</i>	5,11,12,17,28	8,16,21,25,27	10
<i>Challenge</i>	15,19,22,24,30	18,20,23,26,29	10
Total	15	15	30

2. Skala *Problem Focused Coping*

Skala *Problem Focused Coping* yang digunakan dalam penelitian ini disusun dan dikembangkan berdasarkan teori Lazarus dan Folkman (1984) yaitu *seeking informational support*, *confrontive coping* dan *planful problem solving*. Dari ketiga aspek tersebut peneliti menyusun menjadi item-item yang mencerminkan *problem focused coping* pada mahasiswa.

Tabel 2. Distribusi Butir Skala *Problem Focused Coping*

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Seeking Informational Support</i>	Mencari bantuan berupa saran atau nasehat	1,3,13	4,6,14	6
<i>Confrontantive Coping</i>	1. Memulai tindakan secara langsung 2. Meningkatkan usaha	5,9,11	7,8,5	6
<i>Planful Problem Solving</i>	1. Memikirkan langkah-langkah yang harus diambil	2,12,18	10,23,25	18
	2. Memilih cara terbaik untuk mengatasi masalah	19,20,28	16,17,27	
	3. Menghasilkan strategi-strategi tindakan	21,22,24	26,29,30	
Jumlah		15	15	30

Pemberian skor pada skala PFC adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Skor Skala *Problem Focused Coping*

Keterangan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

4. Skala Stres Akademik

Skala stres akademik yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan pengembangan dan validasi *Questionnaire* yang dikemukakan oleh Lin dan Chen (2009) yang meliputi stres pengajar, stres, hasil, stres ujian, stres belajar dalam kelompok, stres teman sebaya, stres manajemen waktu dan stres yang diakibatkan diri sendiri. Skala ini terdiri dari 34 item yang tersusun atas pernyataan *favorable*.

Tabel 4. Distribusi Butir Skala Stres Akademik

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Stres pengajar	1,3	2,4,18	5
Stres hasil	5,7,25	6,8	5
Stres ujian	9,11,27	10,12,28	6
Stres belajar dalam kelompok	13,15	4,16	4
Stres teman sebaya	17,19	20,22	4
Stres manajemen waktu	21,23	24,26	4
Stres diri sendiri	9,30,32	31,33,34	6
Jumlah	17	17	34

Pemberian skor pada skala PFC adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Skor Skala Stres Akademik

Jawaban	Skor
Sangat Sesuai	4
Sesuai	3
Tidak Sesuai	2
Sangat Tidak Sesuai	1

F. Uji Coba Instrumen Penelitian

Karakteristik utama yang harus dimiliki oleh setiap skala disebut dengan validitas. yang paling umum adalah ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsi ukurnya (Azwar, 2019). Menurut Saifuddin Azwar dari cara estimasinya yang disesuaikan dengan fungsi setiap tes, tipe validitas pada umumnya digolongkan dalam tiga kategori yaitu: *content validity* (validitas isi), *construct validity* (validitas konstruk) dan *criterion-related validity* (validitas berdasarkan kriteria). Validitas dalam penelitian ini ditinjau dengan menggunakan *content validity* (validitas isi). Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan

analisis rasional atau lewat *professional judges* yang dilakukan oleh dosen pembimbing tesis.

Parameter indeks daya beda atau kesahihan item diperoleh melalui hubungan antara skor item dengan skor total, sehingga dapat ditentukan item layak dan yang tidak layak untuk dimasukkan skala penelitian. Seleksi atau dasar pengambilan keputusan item yang valid dengan cara membandingkan nilai hasil korelasi *part whole* (r_{bt}) dengan taraf signifikansi 5 %. Jika nilai r_{bt} pada hasil analisis positif, atau $p < 0,05$ maka item valid, sebaliknya jika nilai r_{bt} pada hasil analisis negative, atau $p > 0,05$ maka item tidak valid.

Ketepatan atau keajegan alat ukur dalam menilai apa yang dinilai dapat diartikan sebagai reliabilitas alat penilaian. Menurut Azwar (2019), reliabilitas diartikan dapat dipercaya, dalam pengukuran berarti memiliki konsistensi hasil ukur. Pengujian hipotesis penelitian dapat mengenai sasaran, maka instrumen (alat ukur) yang digunakan untuk mengumpulkan data harus reliabel. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan SPSS untuk mengukur tingkat reliabilitas instrument (alat ukur) tersebut. Hasil uji reliabilitas menggunakan nilai reliabilitas *Alpha's Cronbach*.

G. Metode Analisis Data

Analisis data adalah cara seseorang peneliti dalam mengolah data yang terkumpul sehingga dari hasil tersebut peneliti akan mendapatkan suatu kesimpulan dari penelitian yang telah

dilaksanakan. Metode analisis data yang digunakan adalah metode statistik. Hadi (1984) menyatakan statistik adalah cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisis data penelitian yang berwujud angka-angka. Lebih jauh daripada itu, statistik diharapkan dapat menyediakan dasar-dasar yang dapat dipertanggungjawabkan untuk menarik kesimpulan yang benar dan untuk mengambil keputusan yang baik.

Untuk uji hipotesis mayor menggunakan Analisis regresi dengan dua prediktor digunakan untuk menguji hipotesis mayor, sedangkan korelasi *Product Moment* digunakan untuk menguji hipotesis minor.

