

BAB III

METODE PENELITIAN

A. METODE PENELITIAN YANG DIGUNAKAN

Metode penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Sugiyono (2018) menyatakan bahwa metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu menggunakan instrumen penelitian yang sesuai dan dianalisis menggunakan statistik dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian kuantitatif korelasional memberikan informasi mengenai hubungan antar variabel melalui analisis statistik. Jenis penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian verifikatif dimana penelitian ini menguji kembali teori yang sudah ada sebelumnya dengan menyertakan hipotesis sebagai acuan penelitian.

B. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN

Menurut Sugiyono (2018) variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti atau dipelajari dan kemudian ditarik sebuah kesimpulan.

Berdasarkan definisi yang diuraikan diatas, peneliti menetapkan tiga variabel dalam penelitian. Variabel-variabel tersebut adalah :

1. Variabel Tergantung :

Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi

2. Variabel Bebas :

a. *Mindfulness*

b. Spiritualitas

C. DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN

Langkah yang perlu dilakukan setelah mengidentifikasi variabel penelitian adalah menentukan definisi operasional pada masing-masing variabel yang terlibat. Hal ini bertujuan sebagai dasar dalam menentukan alat ukur yang akan digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini.

1. **Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi**

Resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan segala permasalahan yang dialami pada saat mengerjakan karya tulis ilmiah untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan jenjang Sarjana, sehingga ketika mahasiswa terpuruk dan malas, mereka mampu bangkit dan kembali menyelesaikan karya tulis ilmiah tersebut. Resiliensi diukur

dengan menggunakan skala resiliensi yang disusun berdasarkan aspek reiliensi akademik yaitu *confidence (self-belief)*, *control (a sense of control)*, *composure (anxiety)*, dan *commitment (persistence)*. Semakin tinggi skor menunjukkan semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dan sebaliknya.

2. *Mindfulness*

Mindfulness adalah kemampuan membawa kesadaran diri dalam segala aktifitas yang sedang dilakukan sehingga mampu fokus terhadap aktivitas yang sedang dihadapi. *Mindfulness* diukur dengan menggunakan skala *mindfulness* yang disusun berdasarkan aspek *mindfulness*, yaitu pengarahannya secara sengaja, pengarahannya pada saat ini, dan pengarahannya tanpa membeda-bedakan. Semakin tinggi skor menunjukkan semakin tinggi kemampuan *mindfulness* yang dimiliki mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dan sebaliknya.

3. *Spiritualitas*

Spiritualitas merupakan sebuah aktivitas pencarian makna atau tujuan hidup serta adanya suatu keyakinan terhadap kekuatan yang sangat besar sehingga individu dapat mencapai keterhubungan dengan Tuhannya. Spiritualitas diukur dengan menggunakan skala spiritualitas yang disusun berdasarkan aspek spiritualitas diantaranya keterhubungan dengan diri sendiri, keterhubungan dengan orang lain, dan keterhubungan dengan kekuatan transenden. Semakin tinggi skor

menunjukkan semakin tinggi spiritualitas yang dimiliki mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dan sebaliknya.

D. SUBJEK PENELITIAN

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa di salah satu perguruan tinggi di Semarang semester akhir yang telah melalui perkuliahan lebih dari 8 semester dan yang sedang dalam proses menyusun skripsi (tugas akhir).

Subjek yang memenuhi kriteria adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa salah satu perguruan tinggi di Semarang yang sudah melewati batas kelulusan normal, yaitu mahasiswa yang masih terdaftar dan masuk studi di atas semester 8
2. Sedang menyusun skripsi (sudah mendaftarkan judul skripsi)
3. Tidak dalam masa cuti kuliah

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *snowball sampling*. Teknik *snowball sampling* merupakan teknik penentuan yang mula-mula jumlahnya kecil kemudian membesar. Dalam penerapannya, peneliti akan memilih beberapa orang yang akan menjadi sampel kemudian peneliti akan mencari orang lain untuk melengkapi data sehingga jumlah sampel semakin banyak (Sugiyono, 2018).

Alasan peneliti menggunakan teknik ini adalah karena subjek penelitian tidak diketahui secara pasti dan jumlah populasi mampu berubah-ubah dalam kurun waktu tertentu. Kondisi ini dapat terjadi karena kelulusan sehingga mereka sudah tidak termasuk dalam kriteria penelitian. Kondisi inilah yang membuat peneliti merasa bahwa peneliti juga perlu mencari informasi melalui subjek yang sudah ditemui di lapangan.

E. METODE PENGUMPULAN DATA

Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan pada penelitian ini adalah skala resiliensi, skala kemampuan *mindfulness*, dan skala spiritualitas. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Likert, yang menyediakan lima alternatif respon, antara lain Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Skala terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skor untuk aitem *favorable* adalah STS=1, TS=2, S=3, SS=4. Skor untuk aitem *unfavorable* adalah STS=4, TS=3, S=2, SS=1. Pembentukan skala tersebut menggunakan model skala Likert. Selengkapnya akan dijelaskan dalam uraian berikut:

1. Skala Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi

Skala resiliensi dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Martin dan Marsh (dalam Hendriani, 2018) yang mengemukakan bahwa terdapat empat aspek resiliensi dalam *setting* akademik. Aspek-aspek tersebut diantaranya *confidence*, *control*, *composure*, dan *commitment*.

Tabel 3.1
Blueprint Skala Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi

Aspek Resiliensi Akademik	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Confidence</i>	3	3	6
<i>Control</i>	3	3	6
<i>Composure</i>	3	3	6
<i>Commitment</i>	3	3	6
	Jumlah		24

2. Skala Kemampuan *Mindfulness*

Skala kemampuan *Mindfulness* dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek *mindfulness* yang dikemukakan oleh Kabbat-Zinn (dalam Arif, 2008) yaitu pengarahan atensi secara sengaja, pengarahan atensi pada saat ini, pengarahan atensi tanpa membedakan.

Tabel 3.2
Blueprint Skala *Mindfulness*

Aspek <i>Mindfulness</i>	Aitem	Jumlah
--------------------------	-------	--------

	Favorable	Unfavorable	
Pengarahannya secara sengaja	4	4	8
Pengarahannya pada saat ini	4	4	8
Pengarahannya tanpa membedakan	4	4	8
Jumlah			24

3. Skala Spiritualitas

Skala spiritualitas dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Young dan Koopsen. Aspek-aspek spiritualitas yang dikemukakan diantaranya keterhubungan dengan diri sendiri, keterhubungan dengan orang lain, dan keterhubungan dengan kekuatan transenden (Young dan Koopsen, 2007). *Blueprint* Skala Spiritualitas dalam penelitian ini dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 3.3
Blueprint Skala Spiritualitas

Aspek <i>Mindfulness</i>	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Keterhubungan dengan diri sendiri	4	4	8
Keterhubungan dengan orang lain	4	4	8
Keterhubungan dengan kekuatan Transenden	4	4	8
Jumlah			24

F. VALIDITAS DAN RELIABILITAS ALAT UKUR

Hasil dari suatu penelitian akan dipercaya jika memiliki alat ukur atau skala yang dapat dipertanggungjawabkan. Hal ini berarti diperlukan alat ukur yang dapat dipercaya, yaitu memenuhi kualifikasi validitas dan reliabilitas.

1. Validitas Alat Ukur

Validitas yang akan diuji dalam penelitian ini adalah validitas tampak atau dan validitas isi. Menurut Azwar (2014), validitas tampak adalah validitas yang didasarkan pada penilaian terhadap format penampilan dari skala. Validitas isi adalah validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau melalui *professional judgement* yang pada penelitian ini dilakukan oleh dosen pembimbing. Pada penelitian ini peneliti melakukan *try out* dan hasil *try out* dianalisis dengan menguji korelasi aitem total menggunakan *Pearson Correlation Product Moment*. Uji validitas skala dilakukan melalui analisis butir dan dikoreksi menggunakan *part whole*.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Azwar (2014) menyatakan bahwa reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas ($r_{xx'}$) yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Dalam pengukuran psikologi, koefisien reliabilitas yang mencapai angka $r_{xx'} = 1,00$ tidak pernah dijumpai.

Berdasarkan pengukuran koefisien reliabilitas di atas, dapat diketahui bahwa semakin besar koefisien reliabilitasnya, maka semakin kecil kesalahan yang terjadi dalam pengukuran dan semakin reliabel alat ukurnya. Sebaliknya, semakin kecil koefisien reliabilitasnya maka kesalahan dalam pengukuran semakin besar dan semakin tidak reliabel alat ukurnya. Cara yang digunakan untuk menghitung reliabilitas penelitian ini menggunakan teknik koefisien *Alpha Cronbach*.

G. METODE ANALISIS DATA

Analisis data pada penelitian ini menggunakan metode analisis statistik teknik analisis regresi ganda, untuk menguji hubungan antara *mindfulness* dan spiritualitas terhadap resiliensi. Analisis ini digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai persamaan garis regresi antar variabel, besarnya hubungan antar variabel, taraf signifikansi, dan sumbangan efektif dari variabel *mindfulness*, spiritualitas dan resiliensi. Selain analisis regresi ganda, penelitian ini juga menggunakan analisis korelasi *product moment* untuk mendapatkan informasi mengenai besarnya hubungan antara *mindfulness* dengan besarnya hubungan antara resiliensi dan spiritualitas dengan resiliensi.

BAB IV

PERSIAPAN DAN PENGUMPULAN DATA

A. ORIENTASI KANCAH PENELITIAN

Salah satu tahap awal yang harus dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan pengumpulan data penelitian adalah memahami tentang tempat penelitian. Setelah itu peneliti mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan sehingga proses penelitian dapat berjalan dengan baik. Sebelum menentukan tempat penelitian, peneliti sudah melakukan wawancara terhadap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Berdasarkan hasil wawancara ditemukan bahwa mahasiswa tersebut mengemukakan adanya kesulitan dan kendala dalam pengerjaannya dan sempat mengalami keterpurukan yang membuat mereka malas mengerjakan skripsi. Meskipun begitu saat ini mahasiswa tersebut sedang berusaha untuk bangkit kembali dan memulai kembali dalam mengerjakan skripsi yang sempat ditinggalkan.

Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di salah satu perguruan tinggi di Semarang. Alasan peneliti memilih populasi tersebut adalah karena terdapat berbagai masalah pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi seperti kelulusan mahasiswa yang lama dan bahkan ada yang lulus dalam kurun waktu 14 semester, yang disebabkan karena proses pengerjaan skripsi yang lama. Selain itu di tempat tersebut belum pernah dilakukan

penelitian mengenai hubungan antara *mindfulness* dan spiritualitas terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Model pembimbingan yang ada di universitas ini cukup beragam tergantung dari dosen pembimbing skripsi. Ada dosen yang hanya ingin ditemui saat berada di kampus saja, ada dosen yang dapat ditemui kapan saja, dan bahkan ada dosen yang hanya ingin ditemui saat berada di rumah pribadi. Beberapa dosen mengharapkan literatur dari sumber yang baru dan nada yang tidak mempermasalahkan waktu terbit dari literatur yang digunakan. Ada dosen yang mengacuhkan mahasiswa bimbingannya, namun ada pula dosen yang sampai mendatangi kediaman mahasiswa yang jarang bimbingan.

Adapun kriteria dari subjek penelitian, yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi baik itu laki-laki maupun perempuan, sudah melalui masa perkuliahan selama 9 semester atau lebih, serta tidak dalam masa cuti kuliah.

B. PENYUSUNAN ALAT UKUR

Sebelum proses penelitian berlangsung, peneliti terlebih dahulu menyusun alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Alat ukur yang digunakan adalah skala psikologi yang terdiri dari tiga skala, yakni skala resiliensi akademik, skala *mindfulness*, dan skala spiritualitas. Adapun

uraian dari masing-masing skala yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Skala Resiliensi Akademik

Skala resiliensi akademik disusun dengan tujuan untuk mengetahui skor resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Skala ini disusun berdasarkan bentuk-bentuk aspek resiliensi akademik yang terdiri dari 24 aitem, diantaranya 12 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*. Adapun sebaran item pada skala resiliensi akademik dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.1
Sebaran Item Skala Resiliensi Akademik

Aspek Resiliensi Akademik	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Confidence</i>	1, 6, 9	4, 13, 17	6
<i>Control</i>	8, 16, 23	11, 15, 20	6
<i>Composure</i>	2, 18, 21	3, 10, 19	6
<i>Commitment</i>	7, 12, 22	5, 14, 24	6
Jumlah	12	12	24

2. Skala *Mindfulness*

Skala *mindfulness* disusun dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan *mindfulness* yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan memperhatikan skor pada skala tersebut. Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek *mindfulness* yang terdiri dari 24 item, diantaranya 12 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*. Adapun sebaran item pada skala *mindfulness* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2

Sebaran Item Skala *Mindfulness*

Aspek <i>Mindfulness</i>	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Pengarahan atensi secara sengaja	9, 12, 17, 24	4, 6, 15, 20	8
Pengarahan atensi pada saat ini	2, 7, 18, 23	5, 8, 11, 13	8
Pengarahan atensi tanpa membeda-bedakan	1, 10, 16, 22	3, 14, 19, 21	8
Jumlah	12	12	24

3. Skala Spiritualitas

Skala spiritualitas disusun dengan tujuan untuk mengetahui kepercayaan diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan memperhatikan skor pada skala tersebut. Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek spiritualitas yang terdiri dari 24 item, diantaranya 12 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*. Adapun sebaran item pada skala spiritualitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3
Sebaran Item Skala Spiritualitas

Aspek Spiritualitas	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Keterhubungan dengan diri sendiri	4, 10, 18, 22	2, 8, 13, 20	8
Keterhubungan dengan orang lain	11, 14, 21, 24	3, 7, 17, 19	8
Keterhubungan dengan kekuatan Transenden	6, 12, 16, 23	1, 5, 9, 15	8
Jumlah	12	12	24

C. PELAKSANAAN UJI COBA

Sebelum melaksanakan proses penelitian, peneliti melakukan kontak secara personal terhadap subjek penelitian, yaitu mahasiswa

Salah satu perguruan tinggi di Semarang yang sedang mengerjakan skripsi. Alasan peneliti melakukan kontak personal tanpa surat ijin penelitian adalah karena mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sudah tidak melakukan kegiatan perkuliahan di kampus. Kondisi inilah yang membuat subjek tidak dapat ditemui di kampus.

Peneliti melakukan uji coba pada tanggal 30 September 2019 sampai 9 Oktober 2019 untuk mengetahui validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan. Jumlah sampel yang mengikuti uji coba sebanyak 40 subjek. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan pencatatan hasil dan membuat tabulasi data untuk selanjutnya dilakukan perhitungan. Perhitungan validitas dan reliabilitas alat ukur menggunakan alat bantu computer dengan program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)*. Uji validitas alat ukur menggunakan teknik analisis butir. Kemudian hasil korelasi akan dikoreksi dengan menggunakan rumus *Part whole* untuk menghindari *over estimasi*. Sementara untuk perhitungan reliabilitas menggunakan teknik *koefisien Alpha-Cronbach*. Hasil analisis validitas dan reliabilitas alat ukur adalah sebagai berikut:

1. Validitas dan Reliabilitas Skala Resiliensi Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan validitas terhadap skala resiliensi akademik diperoleh hasil bahwa dari 24 aitem terdapat 20 aitem valid dan 4 aitem gugur. Aitem yang valid mempunyai

koefisien korelasi antara 0,308 sampai dengan 0,761. Sementara koefisien reliabilitas *Alpha-Cronbach* pada skala resiliensi akademik memiliki koefisien sebesar 0,881. Alat ukur ini tergolong reliabel sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini. Hasil perhitungan reliabilitas skala resiliensi selengkapnya dapat dilihat pada lampiran B.

Tabel 4.4
Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala Resiliensi Akademik

Aspek	Nomor Item		Item	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Valid	Gugur
<i>Confidence</i>	1*, 6, 9	4*, 13, 17	4	2
<i>Control</i>	8, 16, 23	11, 15, 20	6	0
<i>Composure</i>	2, 18, 21	3*, 10, 19	5	1
<i>Commitment</i>	7, 12*, 22	5, 14, 24	5	1
Total	12	12	20	4

Keterangan: Dengan tanda (*) merupakan item yang gugur

2. Validitas dan Reliabilitas Skala *Mindfulness*

Berdasarkan hasil perhitungan validitas terhadap skala *mindfulness* diperoleh hasil bahwa dari 24 item terdapat 18 item valid dan 6 item yang gugur. Item yang valid mempunyai koefisien korelasi antara 0,344 sampai dengan 0,833. Sementara koefisien reliabilitas *Alpha-Cronbach* pada skala *mindfulness* memiliki koefisien sebesar 0,902. Alat ukur ini tergolong reliabel sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini. Hasil perhitungan reliabilitas skala *mindfulness* selengkapnya dapat dilihat pada lampiran D.

Tabel 4.5
Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala *Mindfulness*

Aspek	Nomor Item		Item	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Valid	Gugur

Pengarahan atensi secara sengaja	9, 12, 17*, 24	4*, 6, 15, 20	6	2
Pengarahan atensi pada saat ini	2, 7, 18, 23	5, 8, 11*, 13	7	1
Pengarahan atensi tanpa membeda-bedakan	1, 10*, 16, 22	3*, 14*, 19, 21	5	3
Total	12	12	18	6

Keterangan: Dengan tanda (*) merupakan item yang gugur

3. Validitas dan Reliabilitas Skala Spiritualitas

Berdasarkan hasil perhitungan validitas terhadap skala spiritualitas diperoleh hasil bahwa dari 24 item terdapat 20 item valid dan 4 item yang gugur. Item yang valid mempunyai koefisien korelasi antara 0,332 sampai dengan 0,815. Sementara koefisien reliabilitas *Alpha-Cronbach* pada skala kepercayaan diri memiliki koefisien sebesar 0,933. Alat ukur ini tergolong reliabel sehingga dapat digunakan dalam penelitian ini. Hasil perhitungan reliabilitas skala spiritualitas selengkapnya dapat dilihat pada lampiran F.

Tabel 4.6
Sebaran Item Valid dan Item Gugur Skala Spiritualitas

Aspek	Nomor Item		Item	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Valid	Gugur
Keterhubungan dengan diri sendiri	4, 10, 18, 22	2, 8, 13, 20	8	0

Keterhubungan dengan orang lain	11, 14*, 21, 24*	3, 7, 17, 19	6	2
Keterhubungan dengan kekuatan Transenden	6, 12, 16, 23*	1*, 5, 9, 15	6	2
Total	12	12	20	4

Keterangan :

Dengan tanda (*) merupakan item yang gugur

D. PENOMORAN BARU

Berikut adalah penomoran aitem baru yang telah dilakukan oleh peneliti dengan membuang beberapa aitem yang gugur saat uji coba:

1. Skala Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang sedang Mengarjakan Skripsi

Tabel berikut adalah tabel penomoran baru skala resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penomoran baru ini dibuat setelah membuang aitem gugur dan menyusun kembali aitem valid dengan nomor baru.

Tabel 4.7
Penomoran Baru Aitem Resiliensi Akademik

Aspek Resiliensi Akademik	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Confidence</i>	6(3), 9(7)	13(9), 17 (15)	4
<i>Control</i>	8(10), 16(5), 23(18)	11(2), 15(20), 20(14)	6

<i>Composure</i>	2 (1), 18 (13), 21 (17)	10(8), 19(11)	5
<i>Commitment</i>	7(6), 22(16)	5(4), 14(12), 24(19)	5
Jumlah			20

Ket: () penomoran baru

2. Skala *Mindfulness*

Tabel berikut adalah tabel penomoran baru skala *mindfulness*. Penomoran baru ini dibuat setelah membuang aitem gugur dan menyusun kembali aitem valid dengan nomor baru.

Tabel 4.8
Penomoran Baru Aitem *Mindfulness*

<i>Aspek Mindfulness</i>	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Pengarahan atensi secara sengaja	9(5), 12(12), 24(18)	6(15), 15(1), 20(9)	6
Pengarahan atensi pada saat ini	2(8), 7(3), 18(17), 23(11)	5(13), 8(16), 13(6)	7
Pengarahan atensi tanpa membeda-bedakan	1(7), 16(2), 22(10)	19(14), 21(4)	5
Jumlah			18

Ket: () penomoran baru

3. Skala Spiritualitas

Tabel berikut adalah tabel penomoran baru skala *mindfulness*. Penomoran baru ini dibuat setelah membuang aitem gugur dan menyusun kembali aitem valid dengan nomor baru.

Tabel 4.9
Penomoran Baru Aitem Spiritualitas

<i>Aspek Spiritualitas</i>	Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Keterhubungan dengan diri sendiri	4(20), 10(7), 18(14), 22(11)	2(19), 8(8), 13(4), 20(16)	8
Keterhubungan dengan orang lain	11(6), 21(18)	3(13), 7(17), 17(9), 19(3)	6

Keterhubungan dengan kekuatan Transenden	6(12), 12(2), 16(5)	5(10), 9(15), 15(1)	6
Jumlah			20

Ket: () penomoran baru

E. Pengumpulan Data

Setelah melakukan uji coba alat ukur serta mendapatkan hasil validitas dan reliabilitas yang baik, selanjutnya peneliti melakukan pengumpulan data penelitian. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 14 – 23 Oktober 2019. Subjek yang terlibat dalam penelitian sebanyak 68 subjek.

Penyebaran skala psikologi dilakukan oleh peneliti dengan cara mendatangi secara personal subjek yang memenuhi kriteria penelitian. Sebelumnya peneliti melakukan kontak dan mendatangi kediaman subjek, selanjutnya peneliti mendatangi subjek lain berdasarkan informasi yang didapat dari subjek yang sudah pernah didatangi peneliti. Dalam pengisian skala psikologis, pertama-tama peneliti menjelaskan maksud kedatangan peneliti kepada calon subjek penelitian. Ketika subjek penelitian sudah menyatakan kesediaannya, peneliti memberikan skala psikologis yang telah disusun kembali.

Dari 68 subjek terdapat 39 laki-laki dan 29 perempuan. Berdasarkan kategori semester yang telah dicapai, diperoleh data bahwa mahasiswa semester 9 terdapat 45 subjek, selanjutnya pada semester 11 berjumlah 18 subjek dan semester 13 dengan jumlah 5 subjek. Berdasarkan kategori usia subjek, diperoleh data bahwa subjek

yang berusia 21 tahun yaitu sebanyak 36 mahasiswa, 18 subjek dengan usia 20 tahun, 11 subjek dengan usia 22 tahun dan 3 subjek berusia 23 tahun.

Tabel 4.10
Deskripsi Subjek

Kategori	Jumlah Subjek	Persentase
Jenis Kelamin		
• Laki-laki	39	42,6%
• Perempuan	29	57,4%
Semester		
• 9	45	66,2%
• 11	18	26,5%
• 13	5	7,4%
Usia		
• 20 tahun	18	26,5%
• 21 tahun	36	52,9%
• 22 tahun	11	16,2%
• 23 tahun	3	4,4%

