

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian yang Digunakan

Metode penelitian yang akan digunakan oleh peneliti yaitu metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif yaitu metode penelitian yang berhubungan dengan angka, pengambilan data yang berupa bilangan seperti skor atau nilai. Kemudian dianalisis dan diolah secara statistik Creswell (dalam Alsa, 2014). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional yang merupakan salah satu dari jenis pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan serta tingkat hubungan kedua variabel (Latipah, 2014).

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Sugiyono (2016) menyatakan bahwa variabel adalah suatu konsep yang sudah ditentukan oleh peneliti untuk diukur dan dipelajari sehingga peneliti bisa mendapatkan informasi mengenai variabel tersebut kemudian ditarik kesimpulan.

Variabel – variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- a. Variabel bebas : Efikasi Diri
- b. Variabel Tergantung : Stres Akademik

3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1 Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan kemampuan individu menilai dirinya dalam menghadapi situasi saat ini dan yang akan datang. Kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, menyelesaikan pendidikan, menghadapi ujian, mencapai suatu tujuan tertentu yang sudah ditetapkannya, dan memahami cara menyelesaikan suatu hambatan.

Efikasi diri ini diukur dengan menggunakan skala efikasi diri yang diambil dari aspek-aspek efikasi diri. Aspek-aspek tersebut yaitu *level*, *generality* dan *strength*. Semakin tinggi skor skala efikasi diri pada mahasiswa, maka efikasi dirinya tergolong tinggi begitu pula sebaliknya.

3.3.2 Stres Akademik

Stres akademik merupakan respon mahasiswa yang berasal dari kegiatan perkuliahannya seperti tuntutan naik kelas, mendapatkan nilai ujian yang tinggi, penentuan jurusan, menyelesaikan tugas-tugas, manajemen waktu antara belajar dengan kegiatan lain, sehingga terjadi ketidaksesuaian kenyataan di atas dengan kemampuan yang dimilikinya. Reaksi terhadap *stressor* ini muncul baik dalam perubahan fisiologis, emosional ataupun tingkah lakunya.

Stres akademik pada mahasiswa akan diukur menggunakan gejala-gejala stres akademik yang meliputi gejala fisik, gejala emosional, gejala perilaku dan gejala intelektual. Semakin tinggi skor skala stres akademik pada mahasiswa, maka stres akademiknya tergolong tinggi begitu pula sebaliknya.

3.4 Populasi dan *Sampling*

3.4.1 Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2016) merupakan keseluruhan obyek yang mempunyai karakteristik sesuai dengan apa yang dimaksudkan oleh peneliti untuk diukur dan dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang akan digunakan oleh peneliti yaitu mahasiswa program studi Teknologi Pangan Universitas Katolik Soegijapranata

3.4.2 Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Sugiyono (2016) sampel adalah representasi dari populasi sebagai perwakilan populasi yang ditentukan, sehingga data yang didapatkan dari

sampel dapat digeneralisasikan pada populasi. Sampel harus memiliki sifat, ciri-ciri dan karakteristik seperti populasi. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi Teknologi Pangan angkatan 2017 Unika Soegijapranata.

Teknik *sampling* adalah cara yang digunakan peneliti untuk memilih sampel yang akan digunakan, secara sederhana terbagi menjadi dua yaitu, *probability sampling* dan *non probability sampling* (Sugiyono, 2016). Teknik *sampling* yang akan digunakan untuk pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *nonprobability sampling*. Teknik *nonprobability sampling* merupakan teknik yang tidak memberikan peluang bagi setiap anggota populasi yang akan dijadikan sampel. Teknik spesifik yang akan digunakan adalah *insidental sampling*, teknik *sampling* ini adalah teknik dengan penentuan sampel yang berdasarkan kebetulan tetapi masuk ke dalam kriteria subjek. Karakteristik subjek adalah mahasiswa aktif program studi Teknologi Pangan angkatan 2017 Unika Soegijapranata.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

3.5.1 Metode pengumpulan data

Metode pengumpulan data adalah proses pengambilan data dari subjek penelitian terkait variabel-variabel yang ditentukan (Latipah, 2014). Metode pengambilan data yang digunakan pada penelitian kali ini adalah penyebaran kuisioner. Isi kuisioner akan diambil dari definisi operasional setiap variabel yang dipakai, dan didasari oleh dua skala yaitu skala stres akademik dan skala efikasi diri.

3.5.2. Blueprint

Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yaitu skala stres akademik dan skala efikasi diri.

1. Skala Stres Akademik

Peneliti menggunakan gejala - gejala stres menurut Hardjana 1994 untuk digunakan sebagai skala stres akademik yaitu :

- 1) Gejala fisik
- 2) Gejala emosional
- 3) Gejala interpersonal
- 4) Gejala Intelektual

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Stres Akademik

No	Gejala	Pertanyaan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Gejala Fisikal	6	6	6
2	Gejala Emosional	7	7	7
3	Gejala Interpersonal	6	6	6
4	Gejala Intelektual	5	5	5
	Jumlah	24	24	24

2. Skala Efikasi Diri

Peneliti menggunakan aspek-aspek efikasi diri dari Bandura (1977) yaitu:

- 1) *Level*
- 2) *Generality*
- 3) *Strenght*

Tabel 3. 2 Blueprint skala efikasi diri

No	Aspek – aspek	Pertanyaan		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Levels</i>	3	3	6
2	<i>Generality</i>	3	3	6
3	<i>Strength</i>	3	3	6
	Jumlah	9	9	18

Kedua skala di atas adalah skala stres akademik dan skala efikasi yang mana mencakup satu jenis pernyataan untuk skala stres akademik yaitu pernyataan positif (*favourable*) dan dua jenis pernyataan untuk skala efikasi diri yaitu pernyataan positif (*favourable*) dan pernyataan negatif (*unfavourable*). Skala terdiri dari empat pilihan jawaban untuk mempertegas kedudukan subjek agar sesuai dengan apa yang dirasakan oleh subjek. Empat pilihan jawaban tersebut antara lain, Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S) dan Sangat Sesuai (SS).

Empat pilihan jawaban diperuntukkan seluruh item pada dua jenis pernyataan. Pada pernyataan (*favourable*), besaran skor nya yaitu dimulai dengan skor 4 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk jawaban Sesuai (S), skor 2 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan pada pernyataan negatif (*unfavourable*), besaran skor 1 untuk jawaban yang Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk jawaban Sesuai (S), skor 3 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), dan skor 4 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

3.6 Keabsahan data

3.6.1 Validasi Alat Ukur

Validitas konstruk difungsikan untuk mengetahui apakah hasil dari pengukuran terhadap item mempunyai korelasi yang tinggi dengan referensi teoritis yang digunakan. Menurut Cronbach dan Meehl (dalam Azwar, 2012) validitas konstruk melibatkan tiga langkah, yaitu (1) mengartikulasikan rangkaian konsep teoritis dengan relasinya, (2) mengembangkan cara untuk mengukur hipotesis pada konstruk teori yang digunakan, dan (3) menguji secara empirik hubungan hipotesis di konstruk dengan kenyataannya. Pada penelitian digunakan korelasi *product moment*. Kemudian dari hasil korelasi *product moment* yaitu

korelasi antara skor item dengan skor total kemudian dikoreksi dengan analisis korelasi *part-whole*. *Part-whole* dilakukan untuk mendapatkan skor murni dari koefisien validitas item.

3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2012) reliabilitas alat ukur adalah konsistensi hasil pengukuran terhadap suatu kelompok dengan kelompok lainnya. Hasil pengukuran relatif sama, maka alat ukur dapat dikatakan mempunyai tingkat reliabilitas yang tinggi. prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Internal Consistency Procedure* (ICP). ICP ini digunakan untuk melihat tingkat reliabilitas alat ukur yang peneliti gunakan dengan satu kali pengukuran menggunakan satu alat ukur. Metode yang di gunakan adalah *single trial method*. Teknik yang digunakan adalah *alpha cronbach*.

3.7 Metode Analisa Data

Metode analisa data yang akan digunakan adalah analisis korelasi *product moment pearson* untuk menganalisa hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada Mahasiswa. Analisis digunakan dengan bantuan sistem komputasi SPSS (*Statistical Package for the Social Science*).