

## **BAB 4**

### **PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN**

#### **4.1. Orientasi Kancan Penelitian**

Tahapan paling awal yang perlu dilakukan untuk melakukan sebuah penelitian yaitu menentukan tempat penelitian dan kriteria subjek penelitian. Penelitian ini dilakukan di dalam lingkungan program studi Teknologi Pangan Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Universitas Katolik Soegijapranata berlokasi di jalan Pawiyatan Luhur IV no 1, Bendan Duwur, Banyumanik, Semarang, Jawa tengah.

Pemilihan mahasiswa program studi Teknologi Pangan sebagai subjek penelitian dikarenakan, peneliti memiliki teman mahasiswa dengan program studi Teknologi Pangan yang sering bercerita dan mengeluhkan akan beban akademik yang besar. Karena hal tersebut kemudian peneliti timbul rasa ingin menggali dan mengetahui lebih dalam tentang permasalahan yang ada. Kemudian peneliti melakukan wawancara dengan beberapa mahasiswa program studi Teknologi Pangan dan dengan wawancara tersebut ditemukan permasalahan yang sama bahwa mereka juga mengeluhkan adanya beban akademik yang besar. Keluhan - keluhan yang diungkapkan juga mengarah pada gejala stres akademik.

#### **4.2. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian**

Proses persiapan penelitian diawali dengan penyusunan alat ukur terlebih dulu kemudian peneliti mempersiapkan surat ijin penelitian.

##### **4.2.1. Penyusunan Alat Ukur**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan dua macam alat ukur, yaitu skala efikasi diri dan skala stres akademik. Skala ini berdasarkan dengan aspek

dan gejala yang sudah jelaskan dalam teori. Tahap penyusunan masing-masing alat ukur yaitu sebagai berikut :

1. Skala Stres Akademik

Skala stres akademik ini terdiri dari empat gejala, yaitu gejala fisik, gejala emosional, gejala interpersonal dan gejala intelektual. Jumlah item keseluruhan dalam skala ini yaitu 24 item. Item – item tersebut hanya dalam pernyataan *favourable* saja. Berikut sebaran item pada skala efikasi diri dijelaskan pada tabel 4.1

Tabel 4. 1 Sebaran Item Skala Stres Akademik

No	Gejala	Pertanyaan		Jumlah
		<i>Favorable</i>		
1	Gejala Fisikal	1,2,4,6,9,11		6
2	Gejala Emosional	3,8,12,14, 15,18,24		7
3	Gejala Interpersonal	5,7,10,13, 16,17		6
4	Gejala Intelektual	19,20,21,22 23		5
<b>Jumlah</b>		24		24

2. Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri ini terdiri dari tiga aspek, yaitu *level*, *generality*, dan *strenght*. Jumlah item keseluruhan pada skala efikasi diri ini yaitu 18 item. Item – item tersebut terbagi menjadi dua jenis pernyataan, yaitu sebanyak 9 item menjadi pernyataan *favourable* dan 9 item menjadi pernyataan *unfavourable*. Berikut sebaran item pada skala efikasi diri bisa dilihat pada tabel 4.2

Tabel 4. 2 Sebaran Item Skala Efikasi Diri

No	Aspek – aspek	Pertanyaan		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Levels</i>	5,11,17	2,8,14	6
2	<i>Generality</i>	1,7,13	4,10,16	6
3	<i>Strength</i>	3,9,15	6,12,18	6
<b>Jumlah</b>		9	9	18

#### **422 Perizinan Penelitian**

Sebelum memulai melaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan pembuatan permohonan surat izin penelitian kepada pihak Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk proses melaksanakan penelitian di lingkungan Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Surat izin penelitian ini sebagai pengantar bagi peneliti untuk melaksanakan penelitian, yang ditujukan kepada Dekan Fakultas Teknologi Pertanian dengan nomor surat 481/B.7.3/FP/XII/2019 tertanggal 5 Desember 2019. Kemudian surat permohonan izin yang sudah dikeluarkan oleh pihak Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata langsung disampaikan kepada Dekan Fakultas Teknologi Pertanian. Kemudian peneliti diberikan izin untuk melaksanakan penelitian di dalam lingkungan Fakultas Teknologi Pertanian.

#### **423 Uji Coba Alat Ukur**

Untuk mengetahui kualitas alat ukur, yang dilakukan peneliti adalah melakukan uji validitas dan uji reliabilitas pada alat ukur. Uji coba alat ukur dilaksanakan pada hari Rabu, 11 Desember 2019 pada mahasiswa program studi Teknologi Pangan angkatan 2017 kelas A. Pada penelitian ini peneliti menggunakan *try out* yang terpisah dengan pengambilan data dengan alasan jumlah subjek tersedia cukup banyak. Pada pelaksanaan uji coba alat ukur peneliti mendapatkan subjek sebanyak 40 mahasiswa dengan teknik *insidental sampling*, yaitu teknik penelitian dengan cara menemukan subjek secara kebetulan dan memastikan bahwa subjek masuk ke dalam kriteria yang sudah ditetapkan peneliti.

Sebelum melaksanakan uji coba alat ukur peneliti melihat jadwal pelaksanaan ujian akhir semester mahasiswa program studi Teknologi Pangan angkatan 2017 terlebih dahulu supaya tidak terjadi kesalahan jadwal. Pelaksanaan uji coba alat ukur dilakukan sendiri oleh peneliti yang dimulai dari pukul 09.00 WIB sampai dengan pukul 10.30 WIB. Kemudian prosedur yang dilakukan dalam mengambil data uji coba alat ukur adalah memperkenalkan diri, kemudian memastikan bahwa mahasiswa tersebut benar-benar mahasiswa program studi Teknologi Pangan angkatan 2017, kemudian pengumpulan skala.

Semua data yang telah terkumpul akan dilakukan tahap *skoring* dan kemudian dilanjutkan dengan tabulasi di mana akan dilakukan penghitungan uji validitas dan uji reliabilitas. Penghitungan ini dibantu dengan laptop dan menggunakan program SPSS versi 23. Penjelasan hasil uji validitas dan uji reliabilitas dapat dilihat sebagai berikut :

#### **a. Uji Validitas**

Hasil penghitungan uji validitas dapat dilihat dari *output corrected item-total correlation*. Melakukan uji validitas ini dilakukan dengan uji signifikansi yaitu membandingkan antara  $r$  hitung dengan  $r$  tabel. Jumlah subjek pada *try out* ini menggunakan 40 mahasiswa. Sehingga terdapat hasil ( $df$ ) yaitu 38 dengan  $\alpha=0,05$ , kemudian didapatkan  $r$  tabel dengan nilai 0,264. Kemudian item dikatakan valid jika nilai  $r$  hitung lebih tinggi dari nilai  $r$  tabel ( $r$  hitung  $>$  0,264).

Pada skala stres akademik untuk menemukan hasil item yang benar-benar valid, peneliti melakukan uji validitas sebanyak 4 putaran. Pada putaran pertama terdapat jumlah item awal sebanyak 24 dan item gugur sebanyak 6 item. Kemudian pada putaran ke dua jumlah item yang tersisa sebanyak 18 dan terdapat item gugur sebanyak 1 item. Selanjutnya dilakukan putaran yang ke tiga dengan jumlah

item yang tersisa sebanyak 17 dan masih gugur kembali dengan item sebanyak 1. Pada putaran yang ke empat di mana ini menjadi putaran terakhir dengan jumlah semua item valid yang tersisa sebanyak 16 dengan nilai koefisien validitas sebesar 0,294 sampai 0,671. Kemudian item-item yang gugur dapat dilihat pada tabel 4.3

Tabel 4. 3 Item valid dan Item Gugur

No	Gejala	Pernyataan	Jumlah Item Valid
		<i>Favorable</i>	
1	Gejala Fisikal	1, 2, 4, 6 *, 9, 11	5
2	Gejala Emosional	3, 8*, 12*, 14, 15, 18, 24	5
3	Gejala Interpersonal	5, 7*, 10, 13*, 16*, 17*	2
4	Gejala Intelektual	19, 20, 21, 22 23*	4
<b>Jumlah Item Valid</b>			<b>16</b>

Keterangan : \* item gugur

Karena terdapat item gugur maka dilakukan kembali penyusunan skala stres akademik tanpa item yang sudah gugur. Penyusunan ulang skala stres akademik ini mengalami perubahan nomor item. Perubahan nomor item tersebut dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 4. 4 Sebaran Item Valid

No	Gejala	Pernyataan	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
1	Gejala Fisikal	1, 2, 4, 9 (6), 11(8)	5
2	Gejala Emosional	3, 14 (9), 15 (10), 18 (11), 24 (16)	5
3	Gejala Interpersonal	5, 10 (7)	2
4	Gejala Intelektual	19 (12), 20 (13), 21 (14), 22 (15)	4
<b>Jumlah</b>			<b>16</b>

Keterangan : (...) nomor item baru

Pada penghitungan uji validitas skala efikasi diri, peneliti melakukan uji validitas sebanyak tiga kali putaran. Putaran yang pertama dengan jumlah awal

item sebanyak 18 item kemudian terdapat item yang gugur pada putaran pertama ini sebanyak 6 item gugur. Kemudian pada putaran ke dua dengan jumlah tersisa diputaran pertama yaitu 12 item kemudian gugur diputaran ke dua sebanyak 2 item. Pada putaran ke tiga jumlah item tersisa 10 item dan dapat dinyatakan valid semua dengan koefisien validitas sebesar 0,340 sampai 0,6748. Item – item yang sudah gugur tersebut dapat dilihat pada tabel 4.5

Tabel 4. 5 Item Valid dan Item Gugur

No	Aspek – aspek	Pertanyaan		Jumlah Item Valid
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Levels</i>	5, 11, 17*	2, 8*, 14	4
2	<i>Generality</i>	1, 7*, 13*	4, 10*, 16*	2
3	<i>Strength</i>	3, 9*, 15	6, 12, 18*	4
<b>Jumlah Item Valid</b>		5	5	10

Keterangan : \* Item Gugur

Karena terdapat beberapa item yang gugur pada skala efikasi diri, maka peneliti menyusun kembali skala efikasi diri tanpa item gugur. Penyusunan ulang ini membuat perubahan pada nomor item. Perubahan nomor item tersebut dapat dilihat di tabel 4.6

Tabel 4. 6 Sebaran Item Valid

No	Aspek – aspek	Pertanyaan		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Levels</i>	5, 11 (7),	2, 14 (9)	4
2	<i>Generality</i>	1	4	2
3	<i>Strength</i>	3, 15 (10)	6, 12 (8)	4
<b>Jumlah</b>		5	5	10

Keterangan : (...) nomor item baru

#### b. Uji Reliabilitas

Hasil dari penghitungan uji reliabilitas ini menggunakan teknik *Alpha Cronbac*. Penghitungan uji reliabilitas pada skala stres akademik menghasilkan

nilai reliabilitas sebesar 0,831 kemudian pada skala efikasi diri menghasilkan nilai reliabilitas sebesar 0,797. Maka dengan hasil tersebut alat ukur skala stres akademik dan skala efikasi diri dapat dikatakan berkualitas karena kedua skala tersebut sudah ter uji valid dan reliabel.

#### **4.3. Pengumpulan Data Penelitian**

Penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali dengan hari yang berbeda. Penelitian menggunakan teknik *insidental sampling*, yaitu peneliti menemukan subjek secara kebetulan tetapi peneliti tetap memastikan subjek memenuhi kriteria yang sudah peneliti tentukan. Pada hari yang pertama penelitian dilakukan di lokasi gedung Justinus, hari Kamis 12 Desember 2019 bertepatan dengan Ujian Akhir Semester (UAS). Penelitian dilakukan pada mahasiswa program studi Teknologi Pangan semester 5 angkatan 2017. Penelitian ini dimulai pukul 12.00 WIB pada saat mahasiswa sudah selesai UAS. Kemudian pada penelitian selanjutnya hari ke dua yaitu hari Jumat, 13 Desember 2019 memulai kembali pengambilan data pada pukul 09.00 WIB di kelas yang berbeda dan berada di gedung Albertus. Pada saat proses pengambilan data, peneliti dibantu oleh satu teman peneliti sehingga adapun kendala dalam proses pengambilan data dapat diatasi oleh peneliti.