BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian yang Digunakan

Kuncoro (2001 : 23) menjelaskan bahwa metode penelitian yang akan digunakan oleh peneliti adalah metode penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang menggunakan data dalam bentuk angka dan akan dianalisis menggunakan statistika.

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional, yakni sebuah teknik statistik yang digunakan untuk mengukur dan juga menguraikan tingkat hubungan yang ada dalam variabel yang terkandung dalam sebuah penelitian (Alsa, 2003 : 20).

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel merupakan sebuah varian yang ingin diteliti dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan satu variabel bebas dan satu variabel tergantung, variabel-variabel tersebut adalah:

Variabel tergantung : Stres Mahasiswa

Variabel bebas : Dukungan sosial Teman

3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1 Stres Mahasiswa

Stres mahasiswa adalah respon fisiologis maupun psikologis yang terjadi setiap kali seseorang yang sedang menempuh pendidikan di sebuah perguruan tinggi harus beradaptasi dengan perubahan kondisi pada lingkungan.

Untuk mengungkap variabel stres pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala stres yang dibuat berdasarkan gejala stres yaitu gejala fisik dan gejala psikologis. Semakin tinggi skor yang diperoleh

pada variabel ini maka menunjukkan bahwa semakin tinggi pula stres yang dimiliki oleh subjek, begitu pula sebaliknya.

3.3.2 Dukungan Sosial Teman

Dukungan sosial merupakan suatu bentuk dukungan atau bantuan dari teman yang dapat berupa pemberian semangat, kepedulian, pertolongan, ataupun bantuan lainnya yang membuat penerima dukungan menjadi nyaman dan terbantu untuk melewati masa-masa sulitnya.

Untuk mengungkap variabel dukungan sosial pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala dukungan sosial berupa jenis dukungan sosial emosional dan dukungan sosial informasi. Semakin tinggi skor yang diperoleh pada variabel ini maka menunjukkan bahwa semakin tinggi pula dukungan sosial yang diterima oleh subjek, begitu pula sebaliknya.

3.4 Subjek Penelitian

3.4.1 Populasi

Prasetyo dan Jannah (2006 : 119) menjelaskan bahwa populasi adalah keseluruhan dari karakteristik yang ingin diteliti. Dengan kata lain populasi merupakan sekelompok subjek yang memiliki karakteristik sama yang akan digunakan sebagai bahan penelitian untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Pada penelitian ini populasi yang digunakan adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.

3.4.2 Teknik Pengambilan Sampel

Prasetyo dan Jannah (2006 : 119) mengemukakan sampel merupakan bagian dari populasi yang ingin diteliti. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *accidental sampling. Accidental sampling* adalah sebuah teknik penentuan sampel yang tidak ditentukan terlebih dahulu kriterianya. Pengambilan sampel dilaksanakan secara kebetulan, yaitu siapa saja dapat menjadi sumber data karena tidak terdapat kriteria yang jelas. Sampel pada penelitian ini adalah

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata semester 1-8 yang masih menjadi mahasiswa aktif.

3.5 Metode Pengumpulan Data

3.5.1 Alat Pengumpulan Data

Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah metode skala untuk mengukur aspek afektif seseorang (Azwar, 2000 : 3). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah dua skala, yaitu skala dukungan sosial dan skala stres guna menjelaskan dan menarik kesimpulan dari variabel yang akan diteliti.

3.5.2 Blue Print dan Cara Penilaian

1. Blue print skala stres

Skala stres menggunakan skala model *likert* yang berisikan pernyataan atau item dari gejala stres yang meliputi gejala fisik dan gejala psikologis. Dalam skala ini terdapat dua macam pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Uraian secara singkat dapat dilihat pada table 3.1 di bawah.

Tabel 3.1. *Blueprint* Skala Stres pada mahasiswa

Gejala-gejala stres	Jumlah item		Jumlah
	favorable	*unfavorable*	
Fisik	5	5	10
Psikologis	5	5	10
Total	10	10	20

2. Blue print skala dukungan sosial

Skala dukungan sosial teman menggunakan skala model *likert* yang berisikan pernyataan atau item dari jenis dukungan sosial yang meliputi dukungan informasi, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental. Dalam skala ini terdapat

dua macam pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable.* Uraian secara singkat dapat dilihat pada table 3.2 di bawah.

Tabel 3.2. *Blueprint* skala dukungan sosial teman

Jenis Dukungan Sosial	Jumlah Item		Jumlah
	favorable	*Unfavorable*	
Informasi	4	4	8
Emosional	4	4	8
Penghargaan	4	4	8
Instrumental	4	4	8
Total	16	16	32

Pernyataan-pernyataan yang terdapat di dalam skala tersebut dibagi menjadi dua yaitu pernyataan yang mendukung (*favorable)* dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavorable).* Guna mendukung hipotesis penelitian yang berbunyi “terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman dengan stres mahasiswa” maka terdapat skor pada tiap pernyataan yang ada. Skor pada pernyataan *favorable* menandakan bahwa subjek mendukung hipotesis pada penelitian ini. Penilaian untuk jawaban mendukung (*favorable)* diberikan sebagai berikut : skor 4 apabila subjek menjawab sangat sesuai (SS), skor 3 apabila subjek menjawab sesuai (S), skor 2 apabila subjek menjawab tidak sesuai (TS), dan skor 1 apabila subjek menjawab sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan penilaian untuk jawaban tidak mendukung (*unfavorable)* diberikan sebagai berikut : skor 4 apabila subjek menjawab sangat tidak sesuai (STS), skor 3 apabila subjek menjawab tidak sesuai (TS), skor 2 apabila subjek menjawab sesuai (S), dan skor 1 apabila subjek menjawab sangat sesuai (SS).

3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.6.1 Validitas Alat Ukur

Validitas berhubungan dengan ketepatan suatu indikator atau item yang digunakan untuk menjelaskan mengenai konsep yang akan diteliti. Validitas juga dapat diartikan sebagai kesesuaian antar indikator atau item yang diciptakan untuk mengukur suatu konsep tertentu (Prasetyo & Jannah, 2006 : 98). Untuk mengukur tingkat validitas dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Product-Moment* yang digunakan untuk mencari korelasi antara skor item dengan skor total.

3.6.2 Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas dapat diartikan sebagai sejauh mana suatu alat ukur bersifat konsisten, semakin konsisten suatu alat ukur maka makin reliabel juga alat ukur tersebut. Jika suatu pengukuran tidak reliabel, menandakan bahwa alat ukur tersebut tidak dapat dipercaya. Untuk menguji reliabilitas, peneliti menggunakan teknik koefisien reliabilitas Alpha Cronbach (Azwar, 2000 : 87).

3.6.3 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hubungan antara variabel dukungan sosial teman dan stres pada mahasiswa adalah menggunakan teknik korelasi *Product-Moment* dan proses perhitungannya menggunakan program SPSS.