

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian yang Digunakan

Metode penelitian yang peneliti dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif - korelasional. Dalam penelitian kuantitatif, teori-teori yang telah diuraikan akan diuji dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel yang dipilih diukur dengan menggunakan instrumen penelitian sehingga hasil dari penelitian ini merupakan angka yang kemudian dianalisis dengan prosedur statistik. Perlu adanya asumsi supaya peneliti kuantitatif dapat menguji teori secara umum, mencegah munculnya prasangka, mengontrol berbagai penjelasan alternatif dan mampu menarik kesimpulan dan menerapkan kembali penemuannya (Creswell, 2016).

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Tergantung: Stres pada mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi
2. Variabel Bebas: Kecerdasan emosional

3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Pengertian definisi operasional menurut Azwar adalah definisi tentang variabel yang dinyatakan secara spesifik atau ciri variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2017). Definisi operasional dari dua variabel yang diamati adalah sebagai berikut:

3.3.1. Stres Pada Mahasiswa Dalam Proses Penyusunan Skripsi

Stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi adalah situasi dimana mahasiswa yang sedang mengambil pendidikan di perguruan tinggi secara fisik dan psikis mengalami tekanan akibat proses penyusunan skripsi yang berupa karangan ilmiah untuk syarat kelulusan akademis tingkat sarjana. Stres pada mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi diukur menggunakan skala yang terdiri dari tiga gejala yaitu gejala fisiologis, gejala psikologis dan gejala sosial. Apabila skor hasil dari skala tinggi maka menunjukkan bahwa subjek penelitian mengalami stres dalam proses penyusunan skripsi, begitu pula sebaliknya.

3.3.2. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* merupakan kecapakan seseorang untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, serta mampu untuk menyelesaikan berbagai masalah yang timbul atau terjadi dalam kehidupan sehari-hari dengan cara yang sesuai. Kecerdasan emosional diukur menggunakan skala kecerdasan emosional yang disusun berdasarkan lima aspek kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan membina hubungan dengan orang lain. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka menunjukkan bahwa individu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, begitu juga sebaliknya.

3.4. Subjek Penelitian

3.4.1. Populasi

Definisi Populasi adalah kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian. Kelompok subjek pada suatu populasi harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik yang sama yang membedakannya dari kelompok subjek yang lain. (Azwar, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Sekolah Tinggi X semester 8 yang sedang menyusun skripsi.

3.4.2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*. Ciri utama dari sampling ini ialah apabila pemilihan anggota sampelnya berdasarkan kebetulan dilakukan terhadap orang atau benda yang kebetulan ada dijumpai (Hardani dkk, 2020).

3.5. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan alat ukur skala psikologi. Skala yang digunakan adalah skala stres pada mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi dan skala kecerdasan emosional.

3.5.1. Skala Stres Pada Mahasiswa Dalam Proses Penyusunan Skripsi

Skala stres pada mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi pada penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh Pangastuti (2017). Skala ini terdiri dari tiga gejala stres yaitu gejala fisik, gejala intelektual dan gejala interpersonal. Setiap gejala skala stres pada mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi terdiri dari dua pernyataan yaitu pernyataan *favourable* (mendukung) dan pernyataan *unfavourable* (tidak mendukung).

Berikut adalah *blue print* skala stres pada mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi:

Tabel 3. 1. Blue Print Skala Stres Pada Mahasiswa Dalam Proses Penyusunan Skripsi

No	Gejala Stres	Jumlah Item		Total
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Fisiologis	3	1	4
2	Psikologis	2	3	5
2	Sosial	3	2	5
	Total	8	6	14

Item pada skala stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi terdiri dari dua pernyataan yaitu pernyataan *favourable* (mendukung) dan pernyataan *unfavourable* (tidak mendukung). Alternatif pilihan jawaban pada skala stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi yang digunakan dalam penelitian ini dibedakan menjadi empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sering (SS), Sering (S), Kadang-kadang (KK), dan Tidak Pernah (TP).

Sistem penilaian dalam skala stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi sebagai berikut, pernyataan *favourable* apabila subjek menjawab Sangat Sering (SS) diberi skor 4, Sering (S) diberi skor 3, Kadang-kadang (KK) diberi skor 2, dan Tidak Pernah (TP) diberi skor 1. Pernyataan *unfavourable* apabila subjek Sangat Sering (SS) diberi skor 1, Sering (S) diberi skor 2, Kadang-kadang (KK) diberi skor 3, dan Tidak Pernah (TP) diberi skor 4.

3.5.2. Skala Kecerdasan Emosional

Skala kecerdasan emosional pada penelitian ini menggunakan skala milik Wahyuningtyas (2018). Skala kecerdasan emosional ini terdiri dari lima aspek kecerdasan emosional yaitu kesadaran diri emosional, mengelola emosi,

memanfaatkan emosi secara produktif, empati (membaca emosi) dan membina. Setiap gejala skala kecerdasan emosional terdiri dari dua pernyataan yaitu pernyataan *favourable* (mendukung) dan pernyataan *unfavourable* (tidak mendukung).

Berikut adalah *blue print* skala kecerdasan emosional:

Tabel 3. 2. Blue Print Skala Kecerdasan Emosional

No	Aspek Kecerdasan Emosional	Jumlah Item		Total
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Mengenal emosi diri	2	3	5
2	Mengelola emosi diri	2	2	4
3	Memotivasi diri sendiri	3	3	6
4	Mengenali emosi orang lain	3	3	6
5	Membina hubungan dengan orang lain	2	2	4
	Total	12	13	25

Item pada skala stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi terdiri

Item pada skala kecerdasan emosional terdiri dari dua pernyataan yaitu pernyataan *favourable* (mendukung) dan pernyataan *unfavourable* (tidak mendukung). Alternatif pilihan jawaban pada skala kecerdasan emosional yang digunakan dalam penelitian ini dibedakan menjadi empat pilihan jawaban yaitu Alternatif pilihan jawaban pada skala stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi yang digunakan dalam penelitian ini dibedakan menjadi empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Sistem penilaian dalam skala stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi sebagai berikut, pernyataan *favourable* apabila subjek menjawab Sangat Sesuai (SS) diberi skor 4, Sesuai (S) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 1. Pernyataan *unfavourable* apabila

subjek menjawab Sangat Sesuai (SS) diberi skor 1, Sesuai (S) diberi skor 2, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) diberi skor 4.

3.6. Validitas Alat Ukur

Uji validitas digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu alat ukur. Alat ukur dikatakan valid apabila pernyataan yang pada kuesioner dapat menunjukkan sesuatu yang diukur oleh alat ukur tersebut (Ghozali, 2018). Validitas penelitian ini diukur menggunakan teknik korelasi *product moment* yang selanjutnya dikoreksi dengan korelasi *part whole*.

3.7. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan alat untuk mengukur suatu alat ukur yang merupakan indikator dari variabel. Suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel jika jawaban subjek terhadap pernyataan dalam kuesioner konstan (Ghozali, 2018). Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik koefisien *Alpha* dari Cronbach.

3.8. Metode Analisis Data

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pada mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi adalah teknik analisa korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson menggunakan program SPSS.