

BAB 3

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian yang Digunakan

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan sebuah metode penelitian yang tersusun secara sistematis dan mengidentifikasi data berupa angka untuk digeneralisasikan (Kurniawan, 2016). Sifat dari penelitian kuantitatif adalah inferential, dimana kesimpulan yang diambil merupakan hasil dari uji hipotesis secara statistika dengan menggunakan data empirik dari hasil pengumpulan dan pengukuran data.

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Langkah awal sebelum mengumpulkan dan menganalisis data, diperlukan identifikasi variabel penelitian terlebih dahulu. Peneliti melakukan identifikasi penelitian variabel untuk menetapkan alat pengumpulan dan analisis data yang nanti akan dipergunakan selama penelitian. Penggunaan variabel yang digunakan peneliti untuk menguji hipotesis adalah sebagai berikut

1. Variabel tergantung : Kecemasan mengerjakan skripsi
2. Variabel bebas : *Self efficacy*

3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Diperlukan penjelasan operasional untuk setiap penggunaan variabel dalam penelitian ini untuk memperjelas arti dari variabel tersebut.

Definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan yang timbul akibat kekhawatiran akan suatu hal yang belum pasti terjadi sehingga memicu timbulnya rasa takut, khawatir, dan gelisah. Perasaan ini menyebabkan seseorang menjadi tegang disertai respon fisik dan perilaku yang negatif (seperti jantung berdetak cepat, sakit perut, dan kehilangan nafsu makan). Untuk mengukur kecemasan diperlukan skala kecemasan yang mengandung aspek reaksi fisik, reaksi pikiran, reaksi perilaku, dan reaksi suasana hati. Kecemasan dikatakan tinggi apabila memiliki total skor lebih dari 60 dan masuk dalam kategori rendah apabila skor kurang dari 40. Hal ini digunakan untuk melihat kategori kecemasan pada mahasiswa Universitas x. Dapat dikatakan bahwa semakin tinggi skor maka kecemasan yang dimiliki mahasiswa semakin tinggi.

2. *Self Efficacy*

Self efficacy merupakan keyakinan individu akan kemampuannya dalam menghadapi tantangan dimana keyakinan ini yang akan mengontrol perilaku dalam kondisi yang penuh tekanan. Dapat dikatakan bahwa *self efficacy* memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap keberhasilan individu. *Self efficacy* akan diungkap menggunakan skala *self efficacy* dengan aspek level, umum, dan kekuatan. Sementara itu, *self efficacy* dikatakan tinggi apabila memiliki skor lebih dari 66 dan dikatakan rendah bila total skor kurang dari 44. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor maka *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa semakin tinggi

3.4 Subjek Penelitian

1. Populasi

Penentuan populasi menjadi tahapan awal yang harus dilakukan sebelum melaksanakan penelitian. Menurut Sugiyono (2010), populasi merupakan zona dari keseluruhan objek atau subjek dengan kuantitas dan karakteristik tertentu kemudian dipilih peneliti dimana selanjutnya akan dianalisis dan diambil kesimpulan. Mahasiswa Universitas x jenjang Strata 1 (S1) dari Fakultas Ekonomi Bisnis, Fakultas Hukum dan Komunikasi, dan Fakultas Psikologi serta sedang mengerjakan skripsi menjadi populasi yang akan dipergunakan dalam penelitian ini.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel penelitian merupakan bagian atau perwakilan dari seluruh anggota populasi yang memiliki sifat representatif. Teknik sampling diperlukan saat pengambilan sampel dengan tujuan untuk mengurangi kesalahan dari sampel ke populasi secara keseluruhan. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *accidental sampling* yang berguna untuk menetapkan sampel berdasarkan kebetulan dan dianggap sesuai sebagai sumber data (Sugiyono, 2015).

Penelitian ini membutuhkan responden dengan kriteria sebagai berikut

1. Mahasiswa aktif S1 Universitas x Fakultas Ekonomi Bisnis, Fakultas Hukum dan Komunikasi, dan Fakultas Psikologi
2. Sedang mengambil mata kuliah skripsi

3.5 Metode pengumpulan Data

Metode skala akan digunakan peneliti sebagai metode pengumpulan data. Menurut Syahrudin dan Salim (2014), skala merupakan alat pengumpul data secara tertulis yang dibuat untuk membantu peneliti dalam mendapatkan data dari responden. Skala berfungsi untuk memeriksa dan menilai aspek kualitatif dalam ukuran kuantitatif. Skala *self efficacy* dan skala kecemasan adalah skala yang digunakan dalam penelitian ini.

Kunci utama untuk pengukuran skala ada pada itemnya dimana peneliti dapat mengukur menggunakan item tersebut. Item pada skala terbagi dalam dua kelompok yaitu *favorable* dan *unfavorable*, dimana item *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung sementara pernyataan yang tidak mendukung atribut psikologis adalah kelompok item *unfavorable*.

Kuesioner dengan skala likert akan digunakan sebagai instrumen dalam penelitian. Format sistem penilaian skala dalam penelitian akan dibuat menjadi empat kategori yang nantinya responden diminta memilih satu jawaban diantara empat pilihan yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Item *favorable* maupun item *unfavorable* memiliki skor berbeda untuk setiap jawaban. Pada item *favorable*, skor yang didapat untuk jawaban Sangat Sesuai (SS) adalah 4, jawaban Sesuai (S) mendapat skor 3, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat skor 2, dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat skor 1. Sementara pada item *unfavorable*, subjek yang menjawab Sangat Tidak Sesuai (STS) akan mendapat skor 4, jawaban Tidak Sesuai (TS) mendapat skor 3, jawaban Sesuai (S) mendapat skor 2, dan jawaban Sangat Sesuai (SS) mendapat skor 1.

Skala pertama yang akan dibuat adalah skala yang akan mengungkap kecemasan pada mahasiswa yang sedang membuat skripsi dan skala kedua yang akan diungkap adalah *self efficacy*. Indikator variabel menjadi dasar dalam penyusunan skala sebagai karakteristik perilaku yang akan diteliti.

a. Skala kecemasan

Berdasarkan pendapat dari Greenberger dan Padesky (2015), empat aspek yang digunakan dalam penyusunan skala untuk mengukur kecemasan mengerjakan skripsi pada penelitian ini, yaitu :

1. Reaksi fisik

Suatu bentuk respon pada fisik yang terjadi akibat kecemasan seperti ketegangan pada otot, munculnya keringat pada telapak tangan, jantung berdetak kencang, dan kepala terasa berat. Hal ini merupakan reaksi fisik yang timbul akibat kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Reaksi perilaku

Terjadi perubahan pada perilaku individu karena perasaan cemas, seperti menarik diri, meninggalkan tugas, dan cenderung melarikan diri dari hal yang dapat menimbulkan kecemasan. Hal ini adalah reaksi perilaku yang timbul akibat kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

3. Reaksi pemikiran

Kecemasan memberikan dampak kepada individu terhadap cara berpikirnya seperti memikirkan suatu hal secara berlebihan tentang bahaya yang akan menimpa, menganggap diri gagal dalam menghadapi masalah, dan mengalami kegelisahan jika suatu saat tertimpa hal buruk.

4. Reaksi suasana hati

Suasana hati yang berubah akibat kondisi yang menekan membuat individu mengalami perasaan gugup, gusar, dan panik.

Tabel 3.1 Blue Print Skala Kecemasan Mahasiswa

Aspek	Item Favorable	Item Unfavorable	Total
Fisik	3	2	5
Pikiran	3	2	5
Perilaku	3	2	5
Suasana hati	3	2	5
Total	12	8	20

b. Skala *self efficacy*

Merujuk pendapat dari Bandura (1997), pengukuran *self efficacy* yang dilakukan menggunakan skala pada penelitian ini disusun dengan tiga aspek dan indikator dari Bandura dimana peneliti mengacu pada konsep yang sama, yaitu :

1. Level (*magnitude*)

Persepsi akan kemampuan individu yang dinilai berdasarkan tingkat kesulitan tugas. Dalam dimensi tingkat kesulitan tugas ini terdapat indikator di dalamnya yaitu kemampuan individu untuk menyelesaikan tugas yang mudah menurutnya terlebih dahulu dan yakin akan kemampuan diri dalam mengatasi kesulitan tugas. Aspek ini berguna untuk mengetahui sikap apa yang akan diambil ketika menghadapi tugas di luar batas kemampuannya.

2. Umum (*generality*)

Aspek ini berkaitan dengan keyakinan akan kemampuan individu yang ditunjukkan melalui sikap dalam menghadapi berbagai situasi. Individu akan menunjukkan kemampuannya dalam menghadapi situasi baik melalui perilaku, afektif, dan kognitif berdasarkan pengalaman mengerjakan tugas kuliah serta

kemampuan hadapi masalah sehari-hari. Pengalaman dalam menghadapi situasi tertentu sangat membantu individu melewati tantangannya.

3. Kekuatan (*strength*)

Aspek ini dapat melihat sejauh mana seseorang mampu bertahan menghadapi rintangan agar seluruh tugasnya dapat terpenuhi. Semakin gigih keyakinan individu, maka segala tantangan yang ada akan diselesaikan dan terus bertahan meskipun harus melewati situasi yang sulit.

Tabel 3.2 Blue Print Skala Self Efficacy Mahasiswa

Aspek	Item Favorable	Item Unfavorable	Total
Magnitude	4	4	8
Generality	4	4	8
Strenght	4	4	8
Total	12	12	24

3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas alat ukur

Validitas mengacu pada sejauh mana sebuah alat ukur dapat mengukur variabel secara cermat dan tepat. Validitas berfungsi untuk menentukan kesesuaian alat ukur yang digunakan karena dapat membantu peneliti untuk memperoleh hasil yang sesuai (Kurniawan, 2016). Alat ukur dapat dikatakan memiliki validitas yang baik apabila sesuai dengan apa yang diukur.

Penggunaan teori pada alat ukur psikologis yang sesuai dengan permasalahan yang ada dapat membantu peneliti untuk mencapai alat ukur yang valid. Kemudian membentuk *blueprint* yang berisi pernyataan yang mengidentifikasi aspek teori variabel yang diangkat. Teknik korelasi *Product Moment* digunakan sebagai pengukur tingkat validitas dalam penelitian ini.

2 Reliabilitas alat ukur

Fraenkel, Norman, & Helen (2012) menyatakan bahwa reliabilitas adalah konsistensi hasil alat ukur dalam mengukur sesuatu. Bisa dikatakan bahwa reliabilitas digunakan untuk mengetahui apabila dilakukan pengukuran ulang apakah alat ukur dapat memberikan hasil pengukuran yang konsisten (Sugiyono, 2015). Terdapat cara untuk mengetahui tingkat reliabilitas yaitu diperlukan percobaan pada alat ukur untuk melihat seberapa tinggi reliabilitas pada alat ukur sebelum digunakan.

Uji reliabilitas akan dilakukan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik Koefisien *Cronbach Alpha* untuk mengetahui seberapa besar korelasi antar item dalam sebuah instrumen penelitian. Tingkat reliabel pada alat ukur memengaruhi banyak sedikitnya kesalahan pada hasil pengukuran dimana semakin kecil kesalahan pada pengukuran menandakan tingginya skor reliabilitas (Khumaedi, 2012).

3.7 Metode Analisis Data

Agar data dapat diinterpretasikan, maka diperlukan analisis data. Pada penelitian ini, metode *Product Moment* dari Pearson akan digunakan untuk menganalisis data. Menurut Wrenn, Wrenn, David, dan Robert (2004), metode *Product Moment* dari Pearson digunakan untuk mengetahui seberapa jauh keterkaitan antara dua variabel dimana dua variabel tersebut memiliki skala interval atau rasio (matrik). Artinya, tujuan dari penelitian ini menggunakan metode *Product Moment* dari Pearson karena teknik ini dapat menjadi alat ukur hipotesis korelasi antara dua variabel, yaitu variabel *self efficacy* terhadap kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Angka korelasi yang *over estimate* dalam penghitungan ini perlu dikoreksi dengan menggunakan teknik *part whole*