

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif sebagai metode ilmiah karena memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional dan sistematis (Sugiyono, 2019). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian yang menyelidiki ada tidaknya hubungan/ korelasi variabel antara dua atau lebih (Yeni, Zen dan Darmansyah, 2018).

#### **3.2. Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### **3.2.1. Identifikasi Variabel penelitian**

1. Variabel Tergantung: Stres Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama.
2. Variabel bebas : Efikasi diri.

##### **3.2.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

1. Stres Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama

Stres akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama merupakan respon yang dialami oleh siswa yang mengenyam pendidikan formal setelah sekolah dasar yang terjadi karena ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dengan kemampuan siswa dalam memenuhi tuntutan akademik. Stres akademik pada siswa SMP diungkap dengan menggunakan Skala Stres Akademik dengan tiga gejala yaitu, fisik, emosional, dan perilaku. Semakin tinggi skor skala stres

akademik pada siswa, maka stres akademiknya tergolong semakin tinggi dan sebaliknya.

## 2. Efikasi diri

Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan mengatur dan mendorong dirinya sendiri untuk mengerjakan suatu pekerjaan dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Efikasi diri diungkap dengan menggunakan Skala Efikasi Diri dengan tiga aspek yaitu, *magnitude*, *generality*, dan *strength*. Semakin tinggi skor pada hasil skala maka akan menunjukkan semakin tinggi efikasi diri, dan begitu sebaliknya.

### 3.3. Populasi dan Teknik Sampling

#### 3.3.1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sebagai penarikan kesimpulan dan pembelajaran (Sugiyono, 2019). Populasi dari penelitian ini merupakan siswa kelas VII dari SMP Negeri 17 Semarang.

#### 3.3.2. Teknik Sampling

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2019). Teknik sampling yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah teknik *probability sampling* dengan metode *Cluster Sampling*. Teknik *Cluster Sampling* adalah penentuan sampel berdasarkan sumber data yang sangat luas yang sifatnya geografis namun yang peneliti gunakan sebagai sampel bila sesuai dengan karakteristik atau kriteria (Sugiyono, 2019).

Pengambilan sampel dengan cara *Cluster Sampling* ialah cara pengambilan didasarkan kepada anggota-anggotanya, dengan catatan anggota-anggota dari kelompok-kelompok mempunyai karakteristik yang sama. Populasi pada penelitian ini adalah kelas VII SMP N 17 Semarang yang terdiri dari 8 kelas yaitu VII A sampai dengan VII H. Pengambilan kelas disesuaikan dengan jadwal mata pelajaran bimbingan konseling, dengan demikian peneliti akhirnya mengambil dua kelas dari kelas VII yaitu mengambil siswa kelas VII D sebanyak 30 orang siswa dan VII B sebanyak 31 orang siswa.

#### **3.4. Alat Ukur**

##### **3.4.1. Metode pengumpulan data**

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dalam bentuk skala. Isi skala akan diambil dari definisi operasional setiap variabel yang dipakai, dan didasari oleh dua skala yaitu skala stres akademik dan skala efikasi diri. Skala yang digunakan sebagai alat ukur adalah skala *Likert*. Skala *Likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2019).

##### **3.4.2. Skala Stres Akademik**

Skala tingkat stres akademik yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan gejala-gejala stres yang diungkapkan oleh Barseli, Ildil, dan Nikmarijal (2017) yaitu; gejala fisik, gejala emosional, gejala perilaku

**Tabel 3.1 *Blueprint* Skala Stres Akademik**

| Gejala           | Item             |  | Jumlah |
|------------------|------------------|--|--------|
|                  | <i>Favorable</i> |  |        |
| Gejala Fisik     | 8                |  | 8      |
| Gejala Emosional | 8                |  | 8      |
| Gejala Perilaku  | 8                |  | 8      |
| Jumlah           | 24               |  | 24     |

### 3.4.3. Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri yang digunakan peneliti merupakan aspek-aspek yang telah diungkapkan oleh Bandura (dalam Anggara, Yusuf, dan Marjohan, 2016) yaitu; *magnitude*, *generality*, dan *strength*.

**Tabel 3.2 *Blueprint* Skala Efikasi diri**

| Aspek             | Item             |                    | Jumlah |
|-------------------|------------------|--------------------|--------|
|                   | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |        |
| <i>Magnitude</i>  | 4                | 4                  | 8      |
| <i>Generality</i> | 4                | 4                  | 8      |
| <i>Strength</i>   | 4                | 4                  | 8      |
| Jumlah            | 12               | 12                 | 24     |

Kedua skala di atas menggunakan jenis Skala *Likert*. Skala *Likert* mempunyai empat atau lebih butir-butir pertanyaan yang dikombinasikan sehingga membentuk skor yang merepresentasikan sifat individu (Budiaji, 2013). Skala ini terdiri dari 4 alternatif pilihan jawaban yaitu, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala stres akademik memiliki satu jenis pertanyaan yang bersifat positif (*favourable*) dan untuk skala

efikasi diri terdiri dari dua jenis pertanyaan yang bersifat positif (*favourable*) dan negatif (*unfavourable*).

Penilaian *item favourable* yang dapat diberikan dimulai dari 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 untuk penilaian *item unfavourable* dimulai dengan skor 1 untuk jawaban 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).

### **3.5. Teknik Analisis Data**

#### **3.5.1. Validitas Alat Ukur**

Menurut Sugiono, Noerdjanah dan Wahyu (2020) Validitas berasal dari kata *Validity* yang berarti keabsahan atau kebenaran. Validitas merupakan sebuah ketetapan antara data yang terjadi dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti (Sugiyono, 2019). Validitas dibedakan menjadi dua yaitu validitas faktor dan item. Validitas faktor diukur bila item yang disusun menggunakan lebih dari satu faktor sedangkan validitas item dengan cara mengkorelasikan antara skor item dengan skor total item (Dewi, 2018). Penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Kemudian dari hasil korelasi *product moment* yaitu korelasi antar skor item dengan skor total kemudian dikoreksi dengan menggunakan analisis korelasi *part-whole*. *Part whole* digunakan untuk mendapatkan skor murni dari koefisien validitas item.

### 3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah alat ukur yang digunakan dapat diandalkan dan tetap konsisten jika pengukuran dilakukan secara berulang (Dewi, 2018). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik *alpha cronbach*.

### 3.5.3 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment Pearson* untuk menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa SMP.

