

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Metode Penelitian yang digunakan**

Metode penelitian yang digunakan dengan metode penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (2017), metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menggunakan angka sebagai hasil data yang kemudian dianalisis dengan menggunakan statistika untuk menggeneralisasikan hasil. Secara spesifik, desain yang digunakan dengan desain korelasional. Creswell (2014) menjelaskan desain korelasional menguji hubungan statistik untuk mendeskripsikan dan mengukur tingkatan hubungan antara dua atau lebih variabel.

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

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

Variabel Tergantung : Stres Menyusun Skripsi pada Mahasiswa

Variabel Bebas : *Self-Disclosure*

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

###### **1. Stres Menyusun Skripsi pada mahasiswa**

Stres menyusun skripsi pada mahasiswa adalah pengalaman yang dialami mahasiswa akibat ketidakseimbangan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki mahasiswa sehingga menyebabkan ketegangan fisiologis, emosional, ataupun sistem sosial dalam menyusun karya ilmiah sebagai syarat wajib kelulusan. Variabel ini diukur dengan skala stres menyusun skripsi pada mahasiswa berdasarkan komponen stres yang meliputi komponen biologis dan psikososial (kognitif, emosi, dan perilaku sosial). Semakin tinggi skor skala stres

menunjukkan semakin tingginya stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa, begitu pula sebaliknya.

## 2. *Self-disclosure*

*Self-disclosure* atau pengungkapan diri merupakan proses pengungkapan informasi-informasi yang bersifat pribadi dan personal individu kepada orang lain. *Self-disclosure* diukur menggunakan skala *self-disclosure* berdasarkan aspek-aspeknya yang meliputi valensi, intensi, ketepatan dan kejujuran, dan kuantitas. Semakin tinggi skor skala *self-disclosure* menunjukkan semakin tingginya tingkat *self-disclosure* individu, demikian pula sebaliknya.

### 3.3. Subjek Penelitian

#### 3.3.1. Populasi

Populasi penelitian adalah sekelompok individu yang merupakan subjek yang dituju dalam penelitian sehingga dapat digeneralisasi sebagai hasil penelitian (Azwar, 2017). Karakteristik dari populasi penelitian ini adalah Mahasiswa aktif S1 Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang sedang menyusun skripsi.

#### 3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel didefinisikan sebagai proses atau teknik menyeleksi sampel yang sesuai, mewakili populasi yang digunakan dalam penelitian, dengan tujuan menentukan parameter atau karakteristik dari keseluruhan populasi (Singh, 2007). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *incidental sampling*. *Incidental sampling* merupakan cara penarikan sampel dengan mencari subjek atau partisipan disesuaikan dengan tempat dan waktu yang tepat (Priyono, 2016). Alasan penggunaan teknik pengambilan sampel ini didasarkan pada kemudahan, hal ini dikarenakan peneliti mampu menyesuaikan dan mengambil subjek didasarkan pada tempat yang tepat

sehingga mampu memastikan secara pasti bahwa partisipan penelitian sesuai dengan karakteristik populasi penelitian.

### **3.4. Metode Pengumpulan Data**

#### **3.4.1. Alat Pengumpulan Data**

Peneliti menggunakan dua instrumen penelitian dalam penelitian ini yaitu skala stres menyusun skripsi pada mahasiswa dan skala *self-disclosure*. Kedua skala tersebut berbentuk Skala Likert yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang sifatnya mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*).

#### **3.4.2. Blueprint Alat Pengumpulan Data dan Cara Penilaian**

Setiap skala yang digunakan dalam penelitian ini dibuat oleh peneliti sendiri. Pernyataan-pernyataan yang disusun dalam skala penelitian didasarkan pada komponen dan aspek dari setiap variabel.

##### **1. Skala Stres Menyusun Skripsi pada Mahasiswa**

Variabel stres menyusun skripsi pada Mahasiswa diukur dengan skala stres. Skala dibuat sendiri oleh peneliti didasarkan pada komponen-komponen stres yang meliputi komponen biologis dan psikososial (kognitif, emosi, dan perilaku sosial). Skala berisi 24 item bersifat mendukung *favorable*.

Setiap partisipan penelitian hanya diperbolehkan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang tersedia. Cara penilaian jawaban partisipan bergantung pada sifat item yang mendukung dan tidak mendukung. Pada item *favorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 4, S (Sesuai) diberikan skor 3, TS (Tidak Sesuai) dinilai 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 1. Sebaliknya, pada item *unfavorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 1, S (Sesuai) diberikan skor 2, TS (Tidak Sesuai) dinilai 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 4. Berikut

tabel 3.1 yang menunjukkan *blueprint* skala stres menyusun skripsi pada Mahasiswa :

**Tabel 3.1. *Blueprint* Skala Stres Menyusun Skripsi pada Mahasiswa**

Komponen Stres	<i>Favorable</i>	Jumlah
Komponen Biologis	6	6
Komponen Psikososial kognitif	6	6
Komponen Psikososial Emosi	6	6
Komponen Psikososial Perilaku Sosial	6	6
Total	24	24

2. Skala *Self-disclosure*

Skala *self-disclosure* digunakan untuk mengukur variabel *self-disclosure*. Skala ini dibuat oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek-aspek *self-disclosure* yang meliputi valensi, intensi, keintiman, ketepatan dan kejujuran, dan kuantitas. Skala *self-disclosure* berisikan 30 item yang terdiri dari 15 item yang bersifat mendukung (*favorable*) dan 15 item bersifat tidak mendukung (*unfavorable*).

Setiap partisipan penelitian hanya diperbolehkan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang tersedia. Cara penilaian jawaban partisipan bergantung pada sifat item yang mendukung dan tidak mendukung. Pada item *favorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 4, S (Sesuai) diberikan skor 3, TS (Tidak Sesuai) dinilai 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 1. Sebaliknya, pada item *unfavorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 1, S (Sesuai) diberikan skor 2, TS (Tidak Sesuai) dinilai 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 4. Berikut tabel 3.2. menunjukkan *blueprint* skala *self-disclosure*:

**Tabel 3.2. Blueprint Skala Self-Disclosure**

Dimensi <i>Self-disclosure</i>	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Valensi	3	3	6
Intensi	3	3	6
Keintiman	3	3	6
Ketepatan dan Kejujuran	3	3	6
Kuantitas	3	3	6
Total	15	15	30

### 3.5. Validitas dan Reliabilitas

#### 3.5.1. Validitas Alat Ukur

Validitas dalam penelitian digunakan untuk membantu mengidentifikasi apakah instrumen penelitian mampu untuk mengukur dan layak digunakan dalam penelitian (Cresswell, 2014). Dalam menguji validitas alat ukur, peneliti menggunakan teknik *product moment* dan *part whole*. Teknik *product moment* ditujukan untuk melihat hubungan dan keterkaitan setiap item dengan total skor item, sedangkan *part whole* digunakan untuk mengeliminasi item-item yang kelebihan bobot.

#### 3.5.2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil yang dihasilkan dari alat ukur, stabilitas, dan konsistensi administrasi dan penilaian suatu instrumen penelitian (Cresswell, 2014). Teknik yang digunakan dalam menguji reliabilitas dengan menggunakan *Alpha Cronbach*.

### 3.6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data bertujuan untuk menjawab dan membuktikan hipotesis pada penelitian ini. Teknik yang digunakan dalam menguji hipotesis dengan teknik korelasi dari Pearson. Teknik ini relevan dalam menguji ada atau tidaknya hubungan antara *self-disclosure* dengan stres menyusun skripsi pada mahasiswa.