

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan Sugiyono (2018).

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel bebas (*independen*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat. Variabel terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2018).

Dalam penelitian ini peneliti mengambil judul mengenai “Stres Akademik Ditinjau Dari Resiliensi Siswa di SMP Negeri 1 Pebayuran di Tengah Pandemi COVID-19” dengan:

1. Variabel bebas (X): Resiliensi.
2. Variabel terikat (Y): Stres Akademik.

B. Definisi Operasional Penelitian

Definisi Operasional merupakan definisi tentang variabel dan dirumuskan melalui ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2019).

1. Definisi Operasional Stres Akademik

Stres akademik merupakan suatu respon yang muncul akibat adanya tekanan suatu kondisi dimana siswa tidak dapat beradaptasi terhadap tuntutan akademik, dimana hal ini dapat menyebabkan munculnya perasaan yang tidak nyaman yang memicu ketegangan fisik, psikologis, perubahan tingkah laku, serta emosi negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik.

Skala Stres akademik ini diukur berdasarkan aspek-aspek stres akademik dari Sun, Dunne, Hou, dan Xu (2011) ada lima aspek-aspek stres akademik yaitu; Tekanan belajar, Beban tugas, Kekhawatiran terhadap tugas, Ekspektasi diri, keputusan.

2. Definisi Operasional Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dari berbagai stressor kehidupan yang dialami, untuk mampu bangkit serta tumbuh dari pengalaman yang telah dilaluinya.

Skala Resiliensi ini diukur berdasarkan aspek-aspek resiliensi dari Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh aspek resiliensi yaitu; Regulasi emosi, Pengendalian impuls, Optimis, Analisis penyebab masalah, Empati, Efikasi diri, Pencapaian aspek positif.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian (unaradjan, 2019). Populasi penelitian adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2019). Sebagai suatu populasi, subjek kelompok tersebut harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik bersama yang membedakan dari kelompok subjek lainnya. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa dan siswi di SMPN 1 Pebayuran kelas 8 dan 9 sebanyak 873 murid. Populasi yang diambil hanya kelas 8 dan 9, karena kelas 8 dan 9 sudah melewati masa pembelajaran pada tatap muka dan juga masa pembelajaran daring sehingga mereka dapat merasakan perbedaannya, sedangkan kelas 7 merupakan masa transisi dari SD ke SMP dan baru memulai kegiatan belajar daring di SMP.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2018). Apa yang dipelajari dari sampel, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi, untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representative (mewakili) (Sugiyono, 2018). Apabila jumlah populasi telah diketahui, maka untuk perhitungan sampel dapat menggunakan rumus Yamane atau Isaac dan Michael (Sugiyono, 2018). Adapun karakteristik yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Murid SMPN 1 Pebayuran

- b. Laki-laki dan perempuan
- c. Kelas 8 dan 9

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi di SMPN 1 Pebayuran kelas 8 dan 9 sejumlah 270 orang yang diambil dari tabel Issac dan Michael dengan taraf kesalahan 5%.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling menurut Sugiyono (2018) yaitu suatu teknik untuk pengambilan sampel. Dalam penelitian ini penulis menggunakan pengambilan sampel secara probabilitas. Sampel probabilitas yaitu setiap subjek atau unit dalam populasi memiliki peluang yang besarnya sudah diketahui untuk terpilih menjadi sampel (Azwar, 2019). Adapun teknik sampling yang akan digunakan dalam penelitian kali ini adalah *Cluster random sampling*. *Cluster random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara randomisasi terhadap kelompok, bukan subjek penelitian secara individual (Azwar, 2019).

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian kali ini menggunakan *natural setting* dengan sumber data primer, data primer merupakan data langsung yang diberikan kepada pengumpul data (Sugiyono, 2018). Metode atau teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala likert adalah skala yang dirancang untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, atau setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial (Azwar, 2019). Dalam skala likert variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi

indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan 5 respon alternatif jawaban dari sangat setuju sampai sangat tidak setuju, berikut adalah tabel kategori respon skala:

Tabel 3.1

Kategori Respon Skala

Kategori Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala resiliensi dan skala stres akademik. Sebelum menyusun skala, peneliti terlebih dahulu membuat *blueprint* skala resiliensi dan *blueprint* skala stres akademik sebagai pedoman untuk mempermudah dalam menyusun skala.

1. *Blueprint* Skala Stres Akademik

Skala Stres akademik ini diukur berdasarkan aspek-aspek stres akademik dari Sun, Dunne, Hou, dan Xu (2011), ada lima aspek-aspek stres akademik yaitu; Tekanan belajar, Beban tugas, Kekhawatiran terhadap tugas, Ekspektasi diri, keputusan. Berikut adalah *blueprint* skala stres akademik:

Tabel 3.2

Blueprint skala stres akademik

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1. Tekanan belajar	Siswa merasa tertekan saat sedang belajar	1, 15	8, 22	4
2. Beban Tugas	Siswa merasa terbebani saat diberi tugas sekolah dan tugas rumah (PR)	2, 16	9, 23	8
	Siswa merasa terbebani ketika ujian	3, 17	10, 24	
3. Kekhawatiran terhadap nilai	Siswa memiliki kekhawatiran adanya penurunan nilai	4, 18	11, 25	4
4. Ekspektasi diri	Para siswa memiliki ekspektasi atau harapan terhadap dirinya sendiri dalam hal akademik	5, 19	12, 26	4
5. Keputusan	Siswa merasa tidak mampu memahami pelajaran	6, 20	13, 27	8
	Siswa merasa tidak mampu untuk mengerjakan tugas-tugas dan ujian yang diberikan	7, 21	14, 28	
Total		14	14	28

2. *Blueprint* Skala Resiliensi

Skala Resiliensi ini diukur berdasarkan aspek-aspek resiliensi dari Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh aspek resiliensi, yaitu: Regulasi emosi, Pengendalian impuls, Optimis, Analisis penyebab masalah, Empati, Efikasi diri, Pencapaian aspek positif. Berikut adalah *blueprint* skala resiliensi:

Tabel 3.3
Blueprint skala resiliensi

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1. Regulasi Emosi	Memiliki kemampuan tetap tenang meskipun berada dibawah tekanan	1, 17*	9, 25*	4
2. Pengendalian Impuls	Memiliki kemampuan untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri	2, 18	10*, 26	4
3. Optimisme	Individu percaya akan masa depan yang baik serta dapat mengontrol arah hidupnya	3, 19	11, 27	4
4. Analisis Penyebab Masalah	Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab dari suatu masalah	4, 20	12, 28*	8
	Memiliki kemampuan untuk bangkit kembali ketika memiliki masalah	5, 21	13, 29	
5. Empati	Kemampuan Memahami dan merasakan perasaan orang lain.	6, 22	14, 30	4
6. Efikasi Diri	Keyakinan seseorang terhadap kemampuan untuk mencapai kesuksesan	7, 23	15, 31	4

7. Pencapaian Aspek Positif	Kemampuan seseorang untuk meningkatkan aspek positif dalam diri	8, 24	16, 32	4
Total		16	16	32

E. Metode Analisis Instrumen

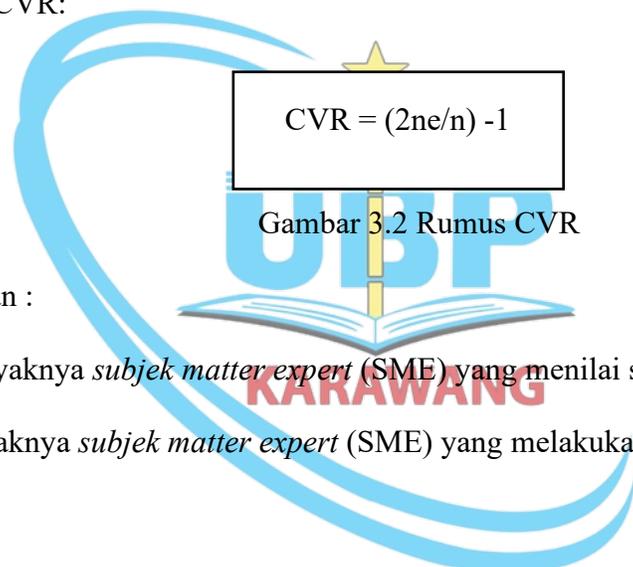
1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukuran. Ada lima sumber bukti validitas yang penting yaitu, bukti berdasarkan isi tes, bukti berdasarkan proses respons, bukti berdasarkan struktural internal, bukti berdasarkan hubungan dengan variabel lain, dan bukti berdasarkan hubungan dengan variabel lain, dan bukti berdasarkan konsekuensi pengujian (Azwar dalam Zulfan & Rusli, 2020).

Untuk mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurannya, diperlukan suatu proses pengujian validitas atau validasi. Alat ukur dapat dikatakan valid bila kemampuan alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat. Dalam penelitian ini agar alat ukur yang digunakan skala prokrastinasi akademik. Untuk menguji validitas aitem peneliti menggunakan pendapat para ahli, atau biasa disebut *Expert Judgement* (Azwar, 2019).

Uji analisis item ini menggunakan *Content Validity Ratio* (CVR). *content validity ratio* dapat digunakan untuk mengukur validitas isi aitem-aitem berdasarkan data empirik. Dalam pendekatannya ini sebuah panel yang terdiri dari para ahli yang disebut *Subject Matter Experts* (SME) diminta untuk menyatakan apakah aitem dalam

skala sifatnya esensial bagi operasional konstruk teoritik skala yang bersangkutan. Aitem dinilai esensial bilamana aitem tersebut dapat merepresentasikan dengan baik tujuan pengukuran (Lawshe dalam Azwar, 2019). Para SME diminta menilai apakah suatu aitem esensial dan relevan atau tidak dengan tujuan pengukuran skala, dengan menggunakan lima tingkatan skala mulai dari 1 (yaitu sama sekali tidak esensial dan tidak relevan) sampai dengan 5 (yaitu sangat esensial dan sangat relevan). Berikut adalah rumus CVR:



$$CVR = (2n_e/n) - 1$$

Gambar 3.2 Rumus CVR

Keterangan :

n_e = Banyaknya *subjek matter expert* (SME) yang menilai suatu aitem esensial.

N = Banyaknya *subjek matter expert* (SME) yang melakukan penilaian.

2. Uji Analisis Aitem

Menurut Azwar (2019) dalam prosedur konstruksi atau penyusunan tes, sebelum melakukan estimasi terhadap reliabilitas dan validitas, dilakukan terlebih dahulu prosedur analisis aitem yaitu dengan cara menguji karakteristik masing-masing aitem yang akan menjadi bagian tes yang bersangkutan. Dalam penyusunan tes, aitem yang tidak memperlihatkan kualitas yang baik harus disingkirkan atau direvisi terlebih

dahulu sebelum dapat dijadikan bagian dari tes. Hanya item-item yang memiliki kualitas tinggi saja yang boleh digunakan dalam tes.

Salah satu parameter fungsi pengukuran aitem yang sangat penting adalah statistik yang memperlihatkan kesesuaian antara fungsi aitem dengan fungsi tes secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem total. Menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor pada setiap aitem dengan distribusi skor pada setiap item dengan distribusi skor total tes itu sendiri. Uji analisis aitem yang digunakan pada kali ini dibantu dengan menggunakan aplikasi  SPSS versi 24 dengan metode *Pearson Correlation*. Menurut Azwar (2019) apabila suatu aitem memperoleh koefisien korelasi 0,30 ($p > 0,30$) dinyatakan valid, dan jika nilai total aitem belum memenuhi validitas maka digunakan dasar pengambilan keputusan jika lebih dari 0,25 ($p > 0,25$) dinyatakan valid.

3. Uji Reliabilitas

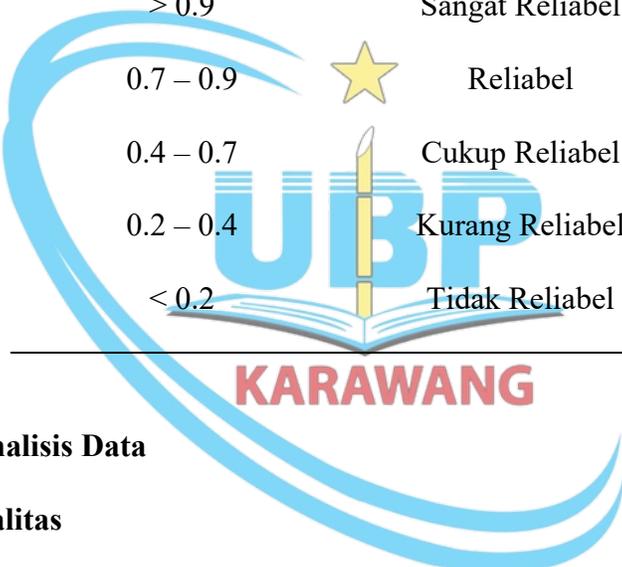
Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti konsistensi, keterandalan, keterpercayaan, kestabilan, keajegan dan sebagainya (Mardapi dalam Zulfan & Rusli, 2020). Reliabilitas atau keandalan merupakan koefisien yang menunjukkan tingkat keajegan atau konsistensi hasil pengukuran suatu tes. Reliabilitas mengacu kepada konsistensi atau keakuratan hasil ukur. Konsistensi hasil pengukuran dengan menggunakan alat ukur yang sama untuk orang yang berbeda atau pada waktu yang berbeda tetapi kondisi yang sama.

Pada penelitian ini peneliti melakukan pengujian dengan menggunakan Rumus *Alpha Cronbach*, dengan dibantu menggunakan Aplikasi SPSS statistics versi 24 yang mengacu pada kaidah Guilford.

Tabel 3.4

Kaidah Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
> 0.9	Sangat Reliabel
0.7 – 0.9	Reliabel
0.4 – 0.7	Cukup Reliabel
0.2 – 0.4	Kurang Reliabel
< 0.2	Tidak Reliabel



F. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas

Menurut Sugiyono (2018) data yang berdistribusi normal dibutuhkan sebagai syarat penggunaan statistik parametris. Uji normalitas pada penelitian ini akan diuji dengan rumus *Kolmogorov-Smirnov* yang apabila taraf signifikansinya $> 0,05$ maka variabel berdistribusi normal. Sedangkan jika taraf signifikansinya $< 0,05$ maka variabel tersebut tidak terdistribusi dengan normal. Pengujian normalitas *Kolmogorov-Smirnov* akan dilakukan pada aplikasi SPSS versi 24.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk melihat model variabel yang digunakan sudah berhubungan secara linear atau tidak. Uji linearitas dilakukan untuk melihat linearitas hubungan antara variabel terikat dengan variabel bebas (Sugiyono, 2018) Uji linieritas regresi dilakukan untuk mengetahui pola hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini uji linieritas yang digunakan adalah regresi linier sederhana. Apabila signifikansi $< 0,05$ maka hubungan variabel tersebut linier.

3. Uji Hipotesis

Metode analisis data dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode regresi linier sederhana. Uji regresi linier sederhana adalah pengujian untuk memprediksi nilai variabel dependen berdasarkan nilai variabel independen, analisis regresi ini dilakukan bila hubungan dua variabel berupa hubungan kausal atau fungsional (Sugiyono, 2018). Pengujian hipotesis ini menggunakan aplikasi SPSS versi 24.0, dimana jika uji regresi linier sederhana mendapat nilai $< 0,05$ maka hipotesis dapat diterima.

4. Uji Koefisien Determinasi

Uji Kategorisasi dalam penelitian ini adalah bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif sumbagan variabel independent terhadap variabel dependen, Menurut Sugiyono (2018) rumus yang digunakan untuk menghitung nilai koefisien determinasi adalah sebagai berikut:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Gambar 3.2 Rumus Uji Koefisien Determinasi

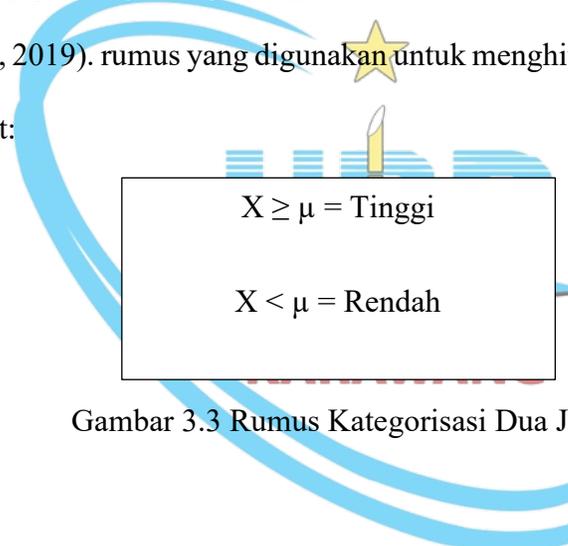
Keterangan:

KD = Koefisien Determinasi

R = Koefisien Korelasi

5. Uji Kategorisasi

Uji Kategorisasi dalam penelitian ini berdasarkan kategori jenjang (ordinal). Uji kategorisasi ini bertujuan guna menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2019). rumus yang digunakan untuk menghitung uji kategorisasi adalah sebagai berikut:



$$X \geq \mu = \text{Tinggi}$$

$$X < \mu = \text{Rendah}$$

Gambar 3.3 Rumus Kategorisasi Dua Jenjang

Keterangan:

X = Skor mentah sampel

μ = Rata-rata distribusi dalam populasi.