

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif sendiri merupakan metode yang memaksimalkan objektivitas yang dilakukan dengan menggunakan angka-angka, pengolahan statistik, struktur dan percobaan terkontrol (Sukmadinata, 2011). Variable yang digunakan dalam penelitian ini adalah variable terikat dan variable bebas.

1. Variable Terikat

Variable Terikat yaitu variable yang menjadi akibat, karena adanya variable bebas. Variable terikat dalam penelitian ini adalah stres akademik.

2. Variable Bebas

Variable bebas yaitu variable yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variable terikat. Variable bebas dalam penelitian ini adalah *hardiness*.

B. Definisi Operasional Penelitian

1. Definisi Operasional *Hardiness*

Hardiness adalah karakteristik kepribadian yang membuat mahasiswa menjadi kuat, optimis, tahan dan stabil yang terbentuk dari kemampuan kontrol yang tinggi, serta kemampuan pada tantangan yang kuat.

2. Definisi Operasional Stres Akademik

Stres akademik adalah suatu kondisi dimana mahasiswa merasa tertekan secara psikologis. Tuntutan tersebut berasal dari adanya konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, dan rasa frustrasi yang menimbulkan reaksi pada fisik, emosi, perilaku, dan kognitif pada mahasiswa.

C. Populasi dan Teknik Sampel

Pada bagian ini menjelaskan tentang populasi dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menurut pandangan Sugiyono (2015) yaitu:

a. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang akan ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Peneliti menetapkan populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa aktif di Universitas Buana Perjuangan Karawang sebanyak 8.230 mahasiswa berdasarkan data dari Pusat Data dan Informasi (Pusdatin) Universitas Buana Perjuangan Karawang.

b. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi sehingga dapat mewakili ciri-ciri objek/subjek dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, penentuan besarnya sampel menggunakan rumus *Isaac* dan *Michael* (Sugiyono, 2013). Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 8.230. Dengan

menggunakan taraf kesalahan 5% maka didapatkan hasil sampel sebanyak 367 mahasiswa atau menggunakan perhitungan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N - 1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q}$$

s = jumlah sampel

λ^2 = chi kuadrat nilainya tergantung derajat kebebasan atau tingkat kesalahan. Derajat kebebasan 5% chi kuadrat 3,841 (*tabel chi kuadrat*)

P = Peluang benar (0,5)

Q = Peluang salah (0,5)

d^2 = derajat kebebasan

N = jumlah populasi

Berdasarkan rumus tersebut maka jumlah sampel yang akan diteliti yaitu:

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N - 1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q} = \frac{3,841 \cdot 8230 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,05^2 (8230 - 1) + 3,841 \cdot 0,5 \cdot 0,5} = \frac{7.902,86}{21,53} = 367,02$$

Sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 367,02 atau dibulatkan menjadi 367 mahasiswa.

c. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel dalam sebuah penelitian. Teknik sampling yang digunakan dalam

penelitian ini adalah *non-probability sampling* yaitu subjek yang dipilih adalah subjek yang berkaitan dengan topik penelitian. Kemudian untuk desain dari *non-probability sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria-kriteria yang sudah ditentukan terlebih dahulu.

Kriteria sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa Aktif dari angkatan 2018-2021
2. Mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang

D. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara yang dipakai oleh peneliti untuk memperoleh data yang akan diteliti. Proses pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala yang digunakan mengacu pada skala Likert yaitu metode pengskalaan pernyataan inividu yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentu nilai skalanya (Azwar, 2021).

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan datanya menggunakan dua skala, yakni skala *hardiness* dan skala stres akademik.

a. Skala *Hardiness*

Berikut ini skala *hardiness* disusun berdasarkan aspek-aspek *hardiness* dari teori Kobasa (dalam Rahmawan, 2011) yaitu, *commitmen vs alienation, control vs powerlessness, challenge vs*

threatened. Skala di atas dibuat berdasarkan skala likert dengan lima pilihan jawaban.

Subjek diminta untuk menanggapi pernyataan-pernyataan yang diajukan dalam skala tersebut dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban, yaitu:

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban

Sangat Sesuai	SS
Sesuai	S
Cukup Sesuai	CS
Tidak Sesuai	TS
Sangat Tidak Sesuai	STS

Skor tertinggi yang diberikan adalah 5 untuk jawaban sangat sesuai, 4 untuk sesuai, 3 untuk cukup sesuai, 2 untuk tidak sesuai, dan 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai.

Tabel 3.2 *Blue Print Hardiness*

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favo	Unfavo	
<i>Commitmen</i>	Percaya diri	1,2	3,4	4
	Memiliki tujuan	5	6	2
<i>Control</i>	Optimis dalam menghadapi masalah	7,8	9,10	4
	Dapat mengontrol suatu kegiatan	11,12	13,14	4
<i>challenge</i>	Memiliki kemampuan dan keinginan yang kuat	15,16	17,18	4
Jumlah				18

b. Skala Stres Akademik

Berikut ini skala stres akademik disusun berdasarkan aspek-aspek dari teori gadzella (2005) yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku, dan penilaian kognitif. Skala di atas dibuat berdasarkan skala likert dengan lima pilihan jawaban.

Tabel 3.3 *Blue Print* Stres Akademik

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	
<i>Stressor</i> Akademik	Mengalami frustrasi	1,2	-	2
	Mengalami konflik	3,4	-	2
	Mengalami tekanan	5,6	-	2
	Mengalami perubahan	7,8	-	2
	Memaksakan diri sendiri	9,10	-	2
Reaksi terhadap <i>stressor</i>	Adanya reaksi fisik	11,12	-	2
	Adanya reaksi emosi	13,14	-	2
	Adanya reaksi perilaku	15,16	-	2
	Bagaimana penilaian situasi	17,18	-	2
	Jumlah			18

E. Metode Analisis Instrumen

a. Uji Validitas

Uji Validitas merupakan sejauh mana ketepatan dan kecermatan atau keakuratan suatu instrument pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2021). Validitas dari alat tes yang digunakan pada penelitian adalah dengan menggunakan skala validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang menunjukkan sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi yang akan diukur oleh tes, dan

diestimasi melalui pengujian terhadap isi dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement* (Azwar, 2021).

Perhitungan item skala ini menggunakan korelasi dari *Pearson Product Moment* yang mana dengan cara mengkorelasi antara skor item dengan skor total item, kemudian peneliti menganalisis data tersebut dengan program SPSS versi 24.

Menurut Sugiyono (2016) uji validitas untuk menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dikumpulkan oleh peneliti untuk mencari sebuah item peneliti harus mengkorelasikan skor item dengan total item-item tersebut. Jika koefisien antara item dengan total item sama atau di atas 0,3 maka item tersebut dinyatakan valid, tetapi jika nilai korelasinya di bawah 0,3 maka item tersebut dinyatakan tidak valid.

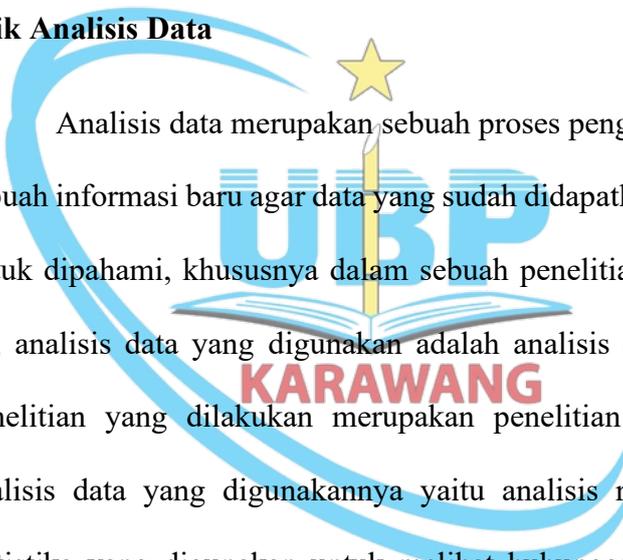
b. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2021) reliabilitas merupakan sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengukur kestabilan dan konsistensi (keajegan) dari jawaban responden terhadap suatu alat ukur psikologis yang disusun dalam bentuk skala.

Hasil penelitian yang reliabel akan tetap sama apabila diukur pada waktu yang berbeda. Setelah dilakukan uji validitas, maka langkah

selanjutnya adalah melakukan uji reliabilitas menggunakan rumus *alpha cronbach* untuk menghasilkan estimasi reliabilitas yang cermat. Semakin besar koefisien reliabilitas berarti semakin kecil kesalahan pengukuran, sehingga semakin reliabel alat ukur yang digunakan, namun sebaliknya, apabila semakin kecil koefisien reliabilitas yang dihasilkan, maka semakin besar kesalahan pengukuran yang berdampak pada semakin tidak reliabelnya alat ukur yang digunakan (Azwar, 2021).

F. Teknik Analisis Data



Analisis data merupakan sebuah proses pengolahan data menjadi sebuah informasi baru agar data yang sudah didapatkan bisa lebih mudah untuk dipahami, khususnya dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, analisis data yang digunakan adalah analisis data statistik karena penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakannya yaitu analisis regresi, yaitu teknik statistika yang digunakan untuk melihat hubungan sebab akibat yang terjadi antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Analisis data dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26.0.

1. Uji Persyaratan Analisis

Sebelum memasuki uji hipotesis, terlebih dahulu peneliti melakukan pengujian asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan sebaran data yang bertujuan untuk mengetahui kenormalan distribusi sebaran skor variabel. Suatu data dikatakan normal jika $p > 0.05$ dan data dikatakan tidak normal jika $p < 0.05$. Uji normalitas dibantu menggunakan aplikasi SPSS versi 24 dan menggunakan perhitungan *Kolmogorov Smirnov/ Liliefors* dan *Shapiro Wilk*.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas yaitu pengujian yang mempunyai tujuan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan memiliki hubungan yang linear atau tidak. Uji linearitas ini juga sebuah persyaratan dalam melakukan analisis korelasi atau regresi. Dua variabel bisa dikatakan linear jika memiliki nilai koefisien signifikansi yang lebih besar dari 5% atau 0,05. Perhitungannya dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 24,0.

c. Uji hipotesis

merupakan suatu pengujian yang dilakukan untuk menguji kebenaran suatu pernyataan secara statistik dan menarik kesimpulan apakah pernyataan tersebut ditolak atau diterima. Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk melihat arah pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat atau memperkirakan besarnya pengaruh yang

diberikan oleh suatu variabel terhadap variabel lainnya. Perhitungannya dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 24,0. Sementara perhitungan regresi sederhana menggunakan rumus:

$$Y=a+bX$$

Keterangan:

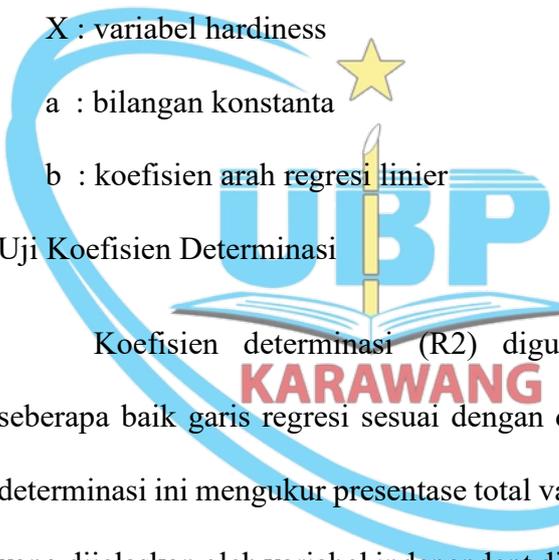
Y : variabel yang diprediksi (stres akademik)

X : variabel hardiness

a : bilangan konstanta

b : koefisien arah regresi linier

d. Uji Koefisien Determinasi



Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur seberapa baik garis regresi sesuai dengan data aktualnya. Koefisien determinasi ini mengukur presentase total varian variabel dependen Y yang dijelaskan oleh variabel independen di dalam garis regresi. Nilai R^2 mempunyai interval antara 0 sampai 1 ($0 < R^2 < 1$). Semakin besar R^2 (mendekati 1), semakin baik hasil untuk model regresi tersebut dan semakin mendekati 0, maka variabel independen secara keseluruhan tidak dapat menjelaskan variabel dependen. Perhitungannya dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 24,0.

e. Uji Kategorisasi

Kategorisasi disusun berdasarkan model distribusi normal dengan model kategorisasi jenjang ordinal. Kategorisasi jenjang ordinal bertujuan untuk menempatkan individu pada kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2021). Perhitungannya dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 24,0.

