

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif dengan jenis desain penelitian asosiatif. Metode kuantitatif digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, dan menggunakan alat penelitian untuk mengumpulkan data. Analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dan tujuannya adalah untuk menggambarkan hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017). Penelitian asosiatif bertujuan untuk mengetahui pengaruh ataupun hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2017).

Menurut Sugiyono (2019) penelitian asosiatif kausal (atau kausalitas) merupakan hubungan sebab-akibat antara variabel independen (mempengaruhi) dan variabel dependen (dipengaruhi). Tujuan penelitian asosiatif kausal untuk mengetahui ada-tidaknya pengaruh antar variabel yang diteliti (Sugiyono, 2018). Pada dasarnya variabel penelitian ialah sesuatu dalam bentuk apapun yang ditentukan peneliti untuk dikaji sehingga ditemukan data lalu dibuat kesimpulannya (Sugiyono, 2019).

Adapun variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Variabel dependen atau variabel terikat (Y): Stres akademik
2. Variabel independen atau variabel bebas (X): Efikasi diri

B. Definisi Operasional

Definisi Operasional yaitu definisi tentang variabel yang dirumuskan berdasarkan ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2017). Adapun definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Stres Akademik

Stres Akademik adalah kondisi ketidaksesuaian proses belajar yang menimbulkan reaksi fisik, kognitif, perilaku, dan emosi karena adanya tuntutan atau tekanan akademik. Stres akademik dalam penelitian ini diukur melalui aspek-aspek stres akademik menurut Rustam & Tentama (2020) yaitu Aspek fisik, kognitif, perilaku, dan emosi.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri ialah kepercayaan seseorang pada kemampuan dirinya untuk melakukan suatu tantangan dan tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan. Efikasi diri dalam penelitian ini diukur melalui aspek-aspek efikasi diri menurut Bandura (dalam Tamba & Santi, 2021) yaitu Aspek *level*, *strength*, dan *generality*.

C. Populasi, sampel, dan teknik pengambilan sampel

1. Populasi

Populasi penelitian diartikan sekelompok subjek yang ingin dijadikan subjek generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek harus memiliki beberapa kesamaan ciri atau karakteristik untuk membedakannya dengan kelompok subjek lainnya (Azwar, 2017). Populasi itu misalnya penduduk wilayah tertentu,

jumlah guru dan murid di sekolah tertentu dan sebagainya. Populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada subyek yang dipelajari, tetapi meliputi keseluruhan karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek itu (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa SMK Teknologi Karawang kelas X yang berjumlah 230.

2. Sampel

Subjek pada sampel adalah sebagian dari subjek populasi, dengan kata lain sampel adalah bagian dari populasi (Azwar, 2017). Menurut Sugiyono (2017) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dilakukan karena peneliti memiliki keterbatasan dalam melakukan penelitian baik dari segi waktu, tenaga, dana, dan jumlah populasi yang sangat banyak. Maka peneliti harus mengambil sampel yang benar-benar representatif (dapat mewakili).

Teknik pemerolehan sampel teknik *nonprobability sampling*, yaitu teknik yang tidak memberikan kesempatan sama kepada tiap anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel (Sugiyono, 2019). Teknik *nonprobability* sampling dalam bentuk sampling kuota digunakan peneliti untuk memilih sampel dari populasi dengan karakteristik tertentu hingga target kuota terpenuhi (Sugiyono, 2019).

Besarnya penggunaan sampel untuk menjadi responden penelitian diperoleh dari rumus perhitungan Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% (Sugiyono, 2019). Peneliti menggunakan tingkat kesalahan 5% karena tingkat kesalahan untuk menarik

kesimpulan hasil penelitian sedikit lebih longgar daripada tingkat kesalahan 1%.

Hasilnya, penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 139 siswa.

Karakteristik sampel yang ditetapkan oleh peneliti adalah:

- a. Siswa SMK Teknologi Karawang
- b. Laki-laki dan Perempuan
- c. Kelas X

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stres akademik dan skala efikasi diri. Penelitian ini menggunakan skala yang dibuat sendiri oleh peneliti dan akan disebar menggunakan *google form* dengan jawaban yang tertutup, dalam artian skala yang akan disebar melalui *google form* ini berisikan pernyataan-pernyataan mengenai diri responden sendiri, dengan pilihan jawaban yang sudah tersedia sehingga responden tinggal memilih salah satu jawaban yang telah disediakan.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala *likert* dalam bentuk *check list*. Skala *likert* ini merupakan pendekatan penskalaan pernyataan sikap yang menggunakan distribusi respond sebagai dasar untuk menentukan nilai skala ketika menggunakan respond kategori jawaban, yaitu: (1) sebagai jawaban sangat tidak sesuai, (2) sebagai jawaban tidak sesuai, (3) sebagai jawaban cukup sesuai, (4) sebagai jawaban sesuai (5) sebagai jawaban sangat sesuai (Azwar, 2017). Dalam skala *likert* terdapat lima *alternative* pilihan jawaban dan terdiri dari aitem yang mendukung

(*favorable*) dan aitem tidak mendukung (*unfavorable*). Pilihan jawaban sebagai berikut:

Tabel 3.1 Norma Skoring Skala *Likert*

Pilihan jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Cukup sesuai	3	3
Tidak sesuai	2	4
Sangat tidak sesuai	1	5

Pada penelitian ini, alat ukur yang digunakan terdiri atas skala stres akademik dan skala efikasi diri. Adapun skala sebagai berikut:

1. Skala Stres Akademik

Dalam penelitian ini menggunakan aspek-aspek stres akademik menurut Rustam & Tentama (2020) yaitu aspek fisik, kognitif, perilaku, dan emosi. Adapun *blue print* skala stres akademik dapat dilihat pada tabel 3.2 di bawah ini:

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala Stres Akademik

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah Aitem
Fisik	Kelelahan	1, 13	7, 19	4
	Sakit Kepala	2, 14	8, 20	4
Kognitif	Kesulitan berkonsentrasi	3, 15, 25	9, 21, 26	6
Perilaku	Melakukan hal tidak wajar	4, 16	10, 22	4
	Menyimpan perasaan negatif	5, 17	11, 23	4
Emosi	Tidak menginginkan tantangan	6, 18	12, 24	4
Jumlah				26

2. Skala Efikasi Diri

Dalam penelitian ini menggunakan aspek-aspek efikasi diri menurut Bandura yaitu *level*, *generality*, dan *strength*. Adapun *blue print* skala stres akademik dapat dilihat pada tabel 3.2 di bawah ini:

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Efikasi Diri

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Level</i>	Mampu menguasai permasalahan yang sulit	1, 7, 13	4, 10, 16	6
<i>Generality</i>	Mampu untuk dapat bertindak dalam situasi apapun	2, 8, 14	5, 11, 17	6
<i>Strength</i>	Tidak mudah menyerah saat mendapat kesulitan	3, 9, 15	6, 12, 18	6
Jumlah				18

E. Metode analisis instrumen

1. Uji Validitas

Validitas yaitu instrumen (alat ukur) yang digunakan dalam suatu penelitian. Validitas adalah alat ukur yang efektif hasil pengukurannya memenuhi maksud dan tujuan pengukuran (Azwar, 2021). Validitas adalah suatu proses yang dilakukan untuk menguji akurasi aitem pengukuran yang digunakan dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk mengukur tingkat akurasi aitem penelitian sehingga dapat memberikan informasi yang akurat (Azwar, 2021), untuk melihat tingkat validitas suatu instrument dalam

penelitian ini, peneliti akan menggunakan uji validitas isi, yaitu validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui *expert judgment*. Haynes dkk. (dalam Azwar, 2021) mengatakan bahwa makna validitas isi adalah meninjau sejauh mana komponen suatu alat ukur terbukti relevan juga sebagai representasi dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran.

2. Uji Analisis Aitem

Uji analisis aitem yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan *corrected item-total*. Azwar (2021) berpendapat bahwa semua aitem yang mencapai koefisien korelasi jika nilai $r_{ix} > 0,30$ dianggap valid. Aitem yang kurang dari 0,30 dapat diartikan sebagai aitem yang gugur. Namun, jika peneliti masih belum memiliki cukup aitem untuk lulus, maka perlu dipertimbangkan untuk sedikit menurunkan nilai koefisien korelasi menjadi 0,25 agar jumlah aitem yang valid memenuhi kriteria indikator untuk setiap variabelnya. Dalam menguji daya diskriminan, peneliti menggunakan bantuan *software* SPSS versi 26.

3. Reliabilitas

Menurut Azwar (2021) reliabilitas fungsi ukur skala diestimasi melalui koefisien reliabilitas (r_{xx}) berada pada rentang 0 hingga 1,00. Jika koefisien reliabilitas semakin mendekati angka 1,00 berarti pengukuran semakin reliabel. Azwar (2017) berpendapat koefisien reliabilitas dianggap memuaskan jika berada dikisaran (r_{xx}) 0,90.

Peneliti memakai metode untuk mengukur reliabilitas yaitu dengan menggunakan koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach's (a)* karena menurut Azwar

(2021) formula koefisien *Alpha* (α) digunakan jika data yang diperoleh hanya diambil dari sekali saja penyajian skala pada sekelompok responden. Dalam menghitung koefisien *Alpha Cronbach's* peneliti menggunakan bantuan *software* SPSS versi 26.

Tabel 3.4 Reliabilitas Guilford (dalam Sumandi, 2020)

Koefisien Reliabilitas (R)	Kriteria
0,80 – 1,00	Reliabilitas Sangat Tinggi
0,60 – 0,79	Reliabilitas Tinggi
0,40 – 0,59	Reliabilitas Sedang
0,20 – 0,39	Reliabilitas Rendah
0,00 – 0,19	Reliabilitas Sangat Rendah

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas

Hipotesis yang dirumuskan diuji menggunakan statistik parametrik. Untuk menggunakan statistik parametrik, data untuk setiap variabel analisis harus berdistribusi normal. Oleh karena itu, sebelum menguji hipotesis, terlebih dahulu peneliti periksa normalitas datanya (Sugiyono, 2021). Uji normalitas yang digunakan adalah uji *kolmogorov-smirnov* dengan bantuan *software* SPSS versi 26. Dataset yang digunakan berdistribusi normal jika tingkat signifikan exact lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

2. Uji Linearitas

Sugiyono (2021) mengatakan bahwa uji linearitas dilakukan untuk mengkonfirmasi linieritas hubungan antara variabel terikat dengan variabel bebas. Aturan yang digunakan untuk menentukan linearitas data adalah *sig.deviation from*

linearity. Jika nilai lebih besar atau sama dengan 0,05 maka data tersebut linear. Jika nilainya lebih kecil atau kurang dari 0,05 maka data tersebut tidak linear. Dalam menguji linieritas peneliti dibantu dengan *software* SPSS versi 26.

3. Uji Hipotesis (Regresi Linear Sederhana)

Setelah pengujian prasyarat yaitu data valid dan reliabel, juga berdistribusi normal dan linear. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana. Sugiyono (2018) mengungkapkan bahwa uji regresi linear sederhana merupakan analisis yang berlandaskan pada hubungan sebab-akibat antara satu variabel X (bebas) dengan variabel Y (terikat). Perhitungannya dibantu dengan program SPSS versi 26 dengan ketentuan jika taraf signifikansi $<0,05$ diartikan adanya pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Sebaliknya, apabila taraf signifikansi $>0,05$ artinya tidak ada pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Adapun persamaannya sebagai berikut:

$$Y = a + b X$$

Dimana:

- Y : variabel dependen
- a : konstanta (nilai Y apabila $X = 0$)
- b : koefisien regresi, yang menunjukkan angka peningkatan ataupun penurunan variabel dependen yang didasarkan pada variabel independen. Bila b (+) maka naik, dan bila b (-) maka terjadi penurunan
- X : variabel independen (variabel bebas)

4. Uji Koefisien Determinasi

Uji ini dilakukan guna memperoleh seberapa besar pengaruh dari variabel independen (efikasi diri) terhadap variabel dependen (stres akademik), besarnya nilai

koefisien determinasi berupa persentase yang ditentukan dengan menggunakan teknik statistik (Sugiyono, 2018). Perhitungan koefisien determinasi dilakukan dengan program SPSS versi 26. Rumus yang digunakan dalam menghitung nilai koefisien determinasi ialah:

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

Keterangan:

KD : Koefisien Determinasi

r : Koefisien Korelasi

5. 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 kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2021). Perhitungan kategorisasi ini menggunakan bantuan program SPSS versi 26 dengan tabel kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 3.5 Pedoman Kategorisasi

Kategorisasi	Rumus
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$