

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian didefinisikan sebagai cara ilmiah dalam pengumpulan data untuk mencapai hasil yang ditentukan (Sugiyono, 2017). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, data yang dikumpulkan melalui alat ukur (instrumen) penelitian dan dianalisis secara statistik atau kuantitatif untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan (Sugiyono, 2017).

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik pada siswa kelas XI SMK Teknologi Karawang. Dengan demikian, penelitian ini menggunakan desain asosiatif dalam bentuk hubungan kausal. Menurut Sugiyono (2017) penelitian asosiatif kausal 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, 2019). 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:

- a. Variabel bebas (Y) : Stres Akademik
- b. Variabel Terikat (X) : Dukungan Sosial

## B. Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu definisi tentang variabel yang dirumuskan berdasarkan ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini, definisi operasional variabelnya adalah sebagai berikut:

### 1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan dukungan yang mengacu kepada kenyamanan, kepedulian, penghargaan dan pertolongan yang diberikan oleh individu lain sehingga individu yang merasakan adanya dukungan sosial akan merasa bahwa mereka disayangi dan dihargai. Dukungan sosial dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino (2014) yaitu dukungan emosional atau penghargaan (*emotional or esteem support*), dukungan nyata atau instrumental (*tangible or instrumental support*), dukungan informasi (*informational support*), dan dukungan persahabatan (*companionship support*).

### 2. Stres Akademik

Stres akademik merupakan stres yang diakibatkan karena munculnya tekanan-tekanan dalam upaya memperlihatkan keunggulan atau pencapaian dalam bidang akademik yang meningkat sehingga akan membuat siswa terbebani oleh berbagai tuntutan dan tekanan. Stres akademik dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek stres akademik menurut Rustam dan Tentama (2020) yaitu fisik, kognitif, perilaku dan emosi.

## C. Populasi dan Teknik Sampel

### 1. Populasi

Menurut Azwar (2015) populasi adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek tersebut harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik tertentu yang membedakannya dari kelompok subjek yang lain. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMK Teknologi Karawang sejumlah 269 siswa.

### 2. Sampel dan Teknik Sampel

Sampel ialah separuh dari subjek populasi yang hendak diteliti, sampel merupakan bagian dari populasi (Azwar, 2015). Kesimpulan dari sampel yang diteliti dapat diberlakukan untuk populasi, dalam hal ini penggunaan sampel haruslah sesuai dan mewakili (Sugiyono, 2017). Besarnya penggunaan sampel untuk menjadi responden penelitian diperoleh dari rumus perhitungan Issac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% (Sugiyono, 2019). Peneliti menggunakan tingkat kesalahan 5%. Hasilnya, penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 152 siswa.

Teknik pemerolehan sampel pada penelitian ini adalah *nonprobability sampling*, yaitu teknik yang tidak memberikan kesempatan sama kepada tiap anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel (Sugiyono, 2017). Teknik *nonprobability sampling* dengan menggunakan teknik *sampling* kuota digunakan peneliti untuk memilih sampel dari populasi dengan karakteristik tertentu hingga target kuota terpenuhi. Karakteristik sampel yang ditetapkan oleh peneliti adalah:

- a. Siswa SMK Teknologi Karawang
- b. Kelas XI

#### D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stres akademik dan skala dukungan sosial. Penelitian ini akan disebar melalui *digital platform*. Skala yang akan disebar berisikan pernyataan-pernyataan mengenai diri responden sendiri, dengan pilihan jawaban yang sudah tersedia sehingga responden memilih salah satu jawaban yang telah disediakan.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala *likert* dalam bentuk *checklist*. Menurut Azwar (2017) skala *likert* merupakan pendekatan penskalaan pernyataan sikap yang menggunakan distribusi respon 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. Dalam skala *likert* terdapat lima *alternative* pilihan jawaban dan terdiri dari aitem yang mendukung (*favorable*) dan aitem tidak mendukung (*unfavourable*). Adapun pilihan jawaban terdapat pada tabel 3.1 dibawah ini.

**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

Penyusunan skala dilakukan setelah adanya *blue print*, sebagai pedoman untuk mempermudah dalam penyusunan skala. Berikut *blue print* untuk skala stres akademik dan skala dukungan sosial.

### 1. *Blueprint* Skala Stres Akademik

Skala stres akademik dalam penelitian ini, menggunakan aspek-aspek stres akademik menurut Rustam dan Tentama (2020) yaitu aspek fisik, kognitif, perilaku dan emosi. Adapun *blueprint* skala stres akademik dapat dilihat pada tabel 3.2 dibawah ini.

**Tabel 3.2 *Blueprint* Skala Stres Akademik**

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

### 2. *Blueprint* Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini, menggunakan aspek-aspek dukungan sosial yang dikembangkan oleh Sarafino (2014) yaitu aspek dukungan

emosional atau penghargaan, dukungan nyata atau instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan. Adapun *blueprint* skala dukungan sosial dapat dilihat pada tabel 3.3 dibawah ini.

**Tabel 3.3 Blueprint Dukungan Sosial**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Emosional	Memperoleh perhatian dan dukungan yang membuat individu merasa nyaman.	1,9	5,13	4
Istrumental	Memperoleh bantuan baik berupa tenaga maupun barang dari orang lain.	2,10	6,14	4
Informasi	Memperoleh nasihat dari orang lain	3,11	7,15	4
Persahabatan	Merasa bagian dari suatu kelompok	4,12	8,16	4
Total		8	8	16

## E. Metode Analisis Instrumen

### 1. Uji Validitas

Validitas mempunyai arti sejauh mana akurasi tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Validitas suatu alat ukur yang ditentukan dari seberapa jauh tingkat relevansi antara alat ukur yang disiapkan dengan target pengukuran yang sebenarnya. (Azwar, 2015). Instrumen penelitian (alat ukur) dapat diartikan mempunyai validitas tinggi bila menghasilkan data yang secara akurat sesuai dengan target pengukuran (Azwar, 2015). Untuk menilai validitas suatu alat ukur penelitian melakukan uji validitas, yaitu suatu proses yang dilakukan untuk

menguji ketepatan aitem pengukuran yang digunakan dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk mengukur tingkat akurasi aitem penelitian sehingga dapat memberikan informasi yang akurat (Azwar, 2015), untuk melihat tingkat validitas suatu instrumen dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan uji validitas isi, yaitu mengukur sejauh mana aitem dalam suatu instrumen penelitian benar-benar sesuai dengan target pengukuran Haynes, Richard & Kubany (dalam Azwar, 2015).

Uji validitas isi penelitian ini menggunakan bentuk validitas logis, aitem dinyatakan valid berdasarkan penilaian dari suatu panel *ekspert* yang bersifat kuantitatif dan *judgemental* (Azwar, 2015). Validitas isi aitem ditunjukkan melalui statistik Aiken's V. Data yang digunakan untuk menghitung Aiken's V didapatkan dari hasil evaluasi *ekspert judgement*, yaitu sekelompok ahli dalam bidang psikologi terkait penelitian yang dilakukan. Penilaian dilakukan oleh *expert judgement* dengan cara menilai tingkat kesesuaian antara isi sub bagian modul dengan tujuan intervensi yang hendak dicapai dengan memberikan rating pada setiap aitem, kategori rating pada penelitian ini antara angka 1 (sangat tidak relevan) sampai dengan 5 (sangat relevan) dengan rumus statistik Aiken's V sebagai berikut:

Rumus penghitungan:

$$V = \frac{\sum s}{n(c-1)}$$

Keterangan:

- s = r-lo
- lo = angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini = 1)
- c = angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 5)
- r = angka yang diberikan oleh seorang penilai

Dalam membuktikan validitas isi, penelitian ini menggunakan lima kategori rating dengan *ekspert judgement* dengan standar nilai Aiken's V 0,50. Dengan

demikian, aitem dapat dinyatakan valid apabila mendapatkan nilai Aiken's  $V > 0,50$  (Azwar, 2017).

## 2. Analisis Aitem

Aitem dalam instrumen penelitian perlu dianalisis terlebih dahulu agar memiliki kualitas skala psikologi yang baik. Dalam hal ini, analisis aitem yang dilakukan dengan cara uji daya diskriminasi (daya pembeda), yaitu mengukur sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2015).

Dalam teknik analisisnya, peneliti menggunakan *corrected item total correlation* dibantu dengan program SPSS *version 26*, dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai total korelasi aitem skala lebih dari 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 (Azwar, 2015).

## 3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan tingkat stabilitas hasil ukur yang mempunyai arti seberapa tinggi akurasi pengukuran (Azwar, 2015). Perhitungan reliabilitas dianalisis dengan menggunakan Teknik *Cronbach's Alpha* melalui bantuan dengan bantuan SPSS *version 26*. Dasar untuk menentukan tingkat reliabilitas skala penelitian ini menggunakan kriteria menurut tabel Guilford (dalam Sumardi, 2020).

Tabel 3.4 Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Klasifikasi
0,90-1,00	Reliabilitas sangat tinggi
0,60 – 0,80	Reliabilitas tinggi
0,40 – 0,60	Reliabilitas sedang
0,20 – 0,40	Reliabilitas rendah
<0,20	Reliabilitas sangat Rendah

## F. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas data bertujuan untuk menguji apakah sampel yang digunakan mempunyai distribusi normal atau tidak. Data berdistribusi normal dibutuhkan sebagai syarat penggunaan statistik parametrik (Sugiyono, 2018). Dalam penelitian ini, untuk mengetahui kenormalan distribusi data menggunakan *Kolmogorov-smirnov*. Perhitungan dilakukan dengan bantuan SPSS *version* 26 dengan ketentuan taraf Sig. > 0,05 maka distribusi data tersebut normal. Sedangkan, jika nilai taraf Sig. < 0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal.

### 2. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono (2018) uji linearitas dilakukan untuk melihat bagaimana kedua variabel (independen dan dependen) tersebut berhubungan, apakah keduanya terdapat hubungan yang linear atau tidak. Perhitungan dibantu program SPSS *version* 26. dengan ketentuan jika hasil *sig.deviation from linearity* Sig.  $\geq$  0,05 berarti data tersebut linear. Namun, jika hasil *sig.deviation from linearity* Sig. < 0,05 berarti data tersebut tidak linear (Sugiyono, 2018).

### 3. Uji Hipotesis Regresi Linear Sederhana

Perhitungan uji hipotesis ini menggunakan analisis uji regresi linear sederhana. Menurut Sugiyono (2018) linear regresi sederhana merupakan analisis yang berlandaskan pada hubungan sebab-akibat antara satu variabel X (bebas) dengan variabel Y (terikat). Perhitungan ini dibantu dengan program SPSS *version* 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 Y. adapun persamaan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

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

### 4. Uji Koefisien Determinasi

Uji ini dilakukan untuk memperoleh seberapa besar pengaruh dari variabel independen (Dukungan sosial) terhadap variabel dependen (stres akademik), besarnya nilai koefisien determinasi berupa persentase yang ditentukan dengan menggunakan teknik statistik (Sugiyono, 2017). Perhitungan koefisien determinasi dilakukan dengan program SPSS *version* 26. Rumus yang digunakan dalam menghitung nilai koefisien determinasi ialah:

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

Keterangan:

KD : Koefisien Determinasi

$r$  : Koefisien Korelasi

Kriteria yang digunakan untuk melakukan analisis koefisien determinasi dalam penelitian ini, yaitu :

- a) Jika KD mendekati nol (0), berarti pengaruh variabel independent terhadap variabel dependen lemah
- b) Jika KD mendekati (1), berarti pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen kuat

## 5. Uji Kategorisasi

Kategorisasi disusun berdasarkan model distribusi normal dengan model kategorisasi jenjang ordinal. Menurut Azwar (2018) kategorisasi jenjang ordinal bertujuan untuk menempatkan subjek ke dalam beberapa kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasar pada atribut yang diukur (Azwar, 2018). Uji kategorisasi dalam penelitian ini dihitung melalui bantuan program SPSS *statistics 26*. Adapun tabel kategorisasi yang digunakan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

**Tabel 3.5 Pedoman Kategorisasi**

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