

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian menggunakan metode kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan metoda analisis statistika (Azwar, 2021). Tujuan penelitian kuantitatif adalah untuk memperoleh bukti signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel-variabel yang dilibatkan (Azwar, 2021).

Penelitian ini menggunakan desain asosiatif kausal. Menurut Sugiyono (2022) penelitian asosiatif kausal bertujuan untuk mencari tahu pengaruh antara dua variabel atau lebih dimana hubungannya bersifat sebab-akibat (kausal). Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada siswa kelas XI SMAN 1 Telukjambe. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Terikat, yaitu variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres akademik.
2. Variabel Bebas, yaitu variabel yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *hardiness* dan dukungan sosial.

B. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional adalah definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan ciri atau karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Proses pengubahan definisi konseptual yang lebih menekankan kriteria hipotetik menjadi definisi operasional disebut dengan operasionalisasi variabel penelitian (Azwar, 2021).

1. *Hardiness*

Hardiness adalah cara berpikir individu terhadap suatu keadaan sebagai suatu tantangan, sehingga individu dapat dengan mudah beradaptasi dalam menghadapi stres yang dihadapi. *Hardiness* memiliki tiga aspek yaitu adalah kontrol, komitmen dan tantangan. Skala yang digunakan adalah skala *DRS* (*Dispositional Resilience Scale*) yang dibuat oleh Paul T. Bartone pada tahun 2007. Merupakan

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar seperti keluarga, teman, atau orang terdekat. Sehingga individu yang menerima dukungan sosial dapat meminimalisir stres yang dialami. Dukungan sosial memiliki tiga aspek yaitu keluarga (*family*), teman (*friend*), dan orang terdekat atau Istimewa (*significant other*). Skala yang digunakan adalah skala *MSPSS* (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*) yang dibuat oleh Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley pada tahun 1988.

3. Stres Akademik

Stres akademik adalah tekanan psikologis yang dialami pada individu, berasal dari tuntutan akademik yang melampaui kemampuan adaptasi individu. Stres akademik terdiri dari lima aspek yaitu adalah tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi, dan keputusasaan (Sun dkk., 2011). Skala yang digunakan adalah *ESSA (Educational Stress Scale for Adolescents)* yang dibuat oleh Sun dkk. pada tahun 2011.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi penelitian didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2022). Sebagai suatu populasi, kelompok subjek tersebut harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subjek lainnya (Azwar, 2022). Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa aktif kelas XI di SMAN 1 Telukjambe sebanyak 352 siswa berdasarkan informasi dari pihak sekolah.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi sehingga dapat mewakili ciri-ciri objek/subjek dalam sebuah penelitian (Sugiyono, 2019). Apabila populasi dalam jumlah besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Dalam penelitian ini, penentuan besarnya sampel menggunakan rumus Slovin dengan taraf kesalahan sebesar 5% (Slamet

dkk., 2020). Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 352. Untuk mencari sampel maka digunakan rumus sebagai berikut.

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Gambar 3. 1 Rumus penentuan sampel Slovin

Keterangan:

n : Ukuran sampel

N : Jumlah populasi

e : Persentase kelonggaran kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditoleransi (0,05).

Berdasarkan rumus tersebut maka didapatkan jumlah sampel yang akan diteliti sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2} = \frac{352}{1 + 352 (0,05)^2} = \frac{352}{1,88} = 187,23$$

Gambar 3. 2 Hasil sampel berdasarkan rumus Slovin

Sehingga didapatkan jumlah sampel dalam penelitian ini dengan jumlah sebanyak 187 siswa.

3. 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 ini menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria-kriteria yang sudah ditentukan terlebih dahulu.

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

- a. Siswa aktif yang menduduki kelas XI
- b. Laki-laki atau perempuan.
- c. Siswa sedang menempuh pendidikan di SMAN 1 Telukjambe

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 individu yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentu nilai skalanya (Azwar, 2021).

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

1. Skala *Hardiness*

Skala *hardiness* menggunakan skala baku *DRS-15 (Dispositional Resilience Scale)* yang dibuat oleh Paul T. Bartone (2007) berdasarkan aspek-aspek *hardiness* yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Skala diatas dibuat berdasarkan skala likert dengan empat 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 Tidak Sesuai	STS
Tidak Sesuai	TS
Sesuai	S
Sangat Sesuai	SS

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

Tabel 3. 2 *Blue Print Hardiness*

Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Commitment</i>	1, 7, 10	4, 13	5
<i>Control</i>	2, 6, 12, 15	8	5
<i>Challenge</i>	5, 9	3, 11, 14	5
Jumlah			15

2. Skala Dukungan Sosial

Berikut ini skala dukungan sosial menggunakan skala baku *MSPSS* (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*) yang dibuat oleh Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988) yang terdiri dari tiga aspek yaitu keluarga

(*family*), teman (*friend*), dan orang terdekat atau istimewa (*significant other*).

Skala diatas 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. 3 Alternatif Jawaban

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

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

Tabel 3. 4 *Blue Print* Dukungan Sosial

Aspek	Aitem	Jumlah
Keluarga (<i>family</i>)	3, 4, 8, 11	4
Teman (<i>friend</i>)	6, 7, 9, 12	4
Orang terdekat atau Istimewa (<i>significant other</i>)	1, 2, 5, 10	4
Jumlah		12

3. Skala Stres Akademik

Berikut ini skala stres akademik menggunakan skala baku *ESSA* (*Educational Stress Scale for Adolescents*) yang dibuat oleh Sun dkk. (2011) yang terdiri dari lima aspek yaitu tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi, dan keputusan. Skala diatas 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. 5 Alternatif Jawaban

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

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

Tabel 3. 6 *Blue Print* Stres Akademik

Aspek	Aitem	Jumlah
Tekanan belajar	4, 5, 6, 11	4
Beban tugas	2, 3, 7	3
Kekhawatiran terhadap nilai	8, 9, 10	3
Ekspektasi	14, 15, 16	3
Keputusan	1, 12, 13	3
Jumlah		16

A. Metode Analisis Instrumen

1. 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 profesional *judgement* (Azwar, 2021).

Dalam penelitian uji validitas isi menggunakan *Aiken's V*. Panel ahli memberikan nilai antara 1 (sangat tidak relevan) sampai dengan 5 (sangat relevan) pada setiap aitem (Azwar, 2021). Berikut merupakan rumus *Aiken's V*:

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

Gambar 3. 3 rumus *Aiken's V*

Keterangan:

s : r - lo

lo : angka penilaian validitas terendah

c : angka penilaian validitas tertinggi

r : angka yang diberikan oleh seorang penilai

2. Uji Analisis Item

Dari hasil analisis aitem skala psikologi, parameter yang paling penting adalah daya diskriminasi aitem. Daya diskriminasi merupakan sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2022). Dalam uji analisis yang di gunakan pada penelitian ini adalah uji koefisien korelasi aitem total ri (X-i) dengan formula korelasi *correted item-total correlation* dengan dasar pengambalan keputusan jika nilai total kolerasi aitem skala lebih dari 0,30 ($p > 0,30$) dinyatakan valid (Sugiyono, 2022).

Apabila aitem yang mencapai batas penerimaan jumlah tidak mencukupi, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria sehingga dasar pengambilan keputusan jika lebih dari 0,25 ($p > 0,25$) dinyatakan valid (Azwar, 2022). Dalam melakukan pengujian ini dibantu dengan menggunakan *software SPSS for windows version 26*.

3. 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).

Berikut ini adalah tabel *Guilford* yang dapat digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan untuk menentukan reliabilitas skala dalam penelitian (Sugiyono, 2018) yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. 7 Interpretasi *Guilford*

Koefisien Reliabilitas (r)	Interpretasi
0,00 – 0,20	Sangat Rendah
0,20 – 0,40	Rendah
0,40 – 0,60	Sedang
0,60 – 0,80	Tinggi
0,80 – 1,00	Sangat Tinggi

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

1. Uji Normalitas

Hipotesis yang dirumuskan kemudian 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 memeriksa normalitas datanya (Sugiyono, 2021).

Uji normalitas yang digunakan adalah *Kolmogorov Smirnov*. Suatu data dikatakan normal jika $p > 0.05$ dan data dikatakan tidak normal jika $p < 0.05$.

Uji normalitas dibantu menggunakan aplikasi SPSS versi 26.

2. Uji Linearitas

Sugiyono (2021) mengemukakan bahwa uji linearitas dilakukan untuk mengkonfirmasi linearitas hubungan antara variabel terikat dan 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. Perhitungannya dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 26.

3. Uji Hipotesis (Regresi Berganda)

Analisis regresi berganda digunakan untuk memprediksi keadaan (naik dan turun) variabel terikat (*dependent*) ketika nilai variabel bebas meningkat atau menurun (Sugiyono, 2021). Analisis ini digunakan karena dalam penelitian terdapat dua variabel bebas (*independent*) yaitu (X_1): *hardiness*, (X_2): dukungan sosial, serta satu variabel terikat (*dependent*) yaitu (Y) stres akademik, karena dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas (*independent*) maka dilakukan uji parsial (uji T) dan uji simultan (uji F).

a. Uji Parsial (Uji T)

Uji parsial (uji T) digunakan untuk menguji bagaimana pengaruh masing-masing variabel bebas (*independent*) terhadap variabel terikat (*dependent*) (Sugiyono, 2021). Pengambilan keputusan hipotesis dalam uji parsial adalah:

- 1) Jika nilai sig. < 0,05, maka ada pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik atau H_{a1} diterima dan H_{01} ditolak.
- 2) Jika nilai sig. > 0,05, maka tidak ada pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik atau H_{a1} ditolak dan H_{01} diterima.
- 3) Jika nilai sig. < 0,05, maka ada pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik atau H_{a2} diterima dan H_{02} ditolak.

- 4) Jika nilai sig. > 0,05, maka tidak ada pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik atau Ha2 ditolak dan H02 diterima.

b. Uji Simultan (Uji F)

Uji simultan (uji F) digunakan untuk menguji bagaimana pengaruh variabel bebas (*independent*) terhadap variabel terikat (*dependent*) secara bersama-sama (Sugiyono, 2021).

- 1) Jika nilai sig. < 0,05, maka ada pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres akademik atau Ha3 diterima dan H03 ditolak.
- 2) Jika nilai sig. > 0,05, maka tidak ada pengaruh *hardiness* dan dukungan sosial terhadap stres akademik atau Ha3 ditolak dan H03 diterima.

Adapun rumus regresi berganda sebagai berikut:

$$Y = a + b_1 X_1 + b_2 X_2$$

Gambar 3. 4 Rumus Regresi Berganda

Keterangan:

Y : Variabel terikat (*dependent*)

a : Konstanta

b_1 & b_2 : Koefisien regresi variabel bebas (*independent*)

X_1 & X_2 : Variabel bebas (*independent*)

Uji regresi berganda dilakukan dengan analisis *software* SPSS versi 26,0 *for windows 64-bit*. Atas dasar pengambilan keputusan, jika tingkat signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka dapat dikatakan ada pengaruh antara variabel penelitian.

4. Uji Koefisien Determinasi

Ghozali (dalam Aditia dkk., 2020) mengemukakan bahwa koefisien determinasi (R^2) merupakan alat untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Nilai koefisien determinasi adalah antara nol atau satu. Nilai R^2 yang kecil berarti kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen amat terbatas. Sebaliknya jika nilai yang mendekati 1 berarti variabel-variabel independen memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel-variabel tersebut. Perhitungannya dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 26. Rumus yang digunakan untuk menghitung nilai koefisien determinasi adalah sebagai berikut:

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

Gambar 3. 5 Rumus Koefisien Determinasi

Keterangan:

KD : Koefisien Determinasi

r : Koefisien Korelasi

5. Uji Kategorisasi

Kategorisasi disusun berdasarkan model distribusi normal dan signifikansi perbedaan. Azwar (2018) menjelaskan bahwa kategorisasi berdasarkan distribusi normal ini didasari oleh asumsi bahwa skor individu dalam kelompoknya merupakan estimasi terhadap skor individu dalam populasi dan asumsi bahwa skor individu dalam populasinya terdistribusi secara normal. Kategorisasi yang digunakan untuk skala berdistribusi normal adalah

kategorisasi jenjang dimana penggolongan subjek dibagi ke dalam tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Perhitungannya dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 26. Berikut rumus norma kategorisasi yang digunakan:

Tabel 3. 8 Kategorisasi

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

