

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan definisi, pengukuran data kuantitatif dan statistik objek melalui perhitungan ilmiah berasal dari sampel orang-orang atau penduduk yang diminta menjawab atas sejumlah pertanyaan tentang survey untuk menentukan frekuensi dan persentase tanggapan mereka (Sandu & Ali, 2015) dan analisis menggunakan prosedur statistika (Creswell, 2012) pendekatan kuantitatif digunakan dengan tujuan untuk memperoleh gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi berupa angka-angka melalui instrument stres akademik. Data yang dihasilkan dari penyebaran instrument, dianalisis dengan menggunakan perhitungan statistik sehingga dihasilkan suatu data yang teruji secara ilmiah.

Desain yang digunakan yaitu desain survey mendeskripsikan secara kuantitatif (angka-angka) kecenderungan-kecendeungan, perilaku-perilaku suatu populasi dengan meneliti sampel populasi (Creswell, 2012). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Metode deskriptif yaitu metode penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel, baik satu variabel maupun lebih (*independent*) tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan antara satu variabel dengan variabel lain (Sugiyono, 2013). Metode deskriptif ini digunakan untuk mengetahui gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsidi Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2016-2018.

3.2 Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2016-2018 Universitas Pendidikan Indonesia. Hal tersebut didasari oleh pertimbangan sebagai berikut:

3.2.1 Mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2016-2018 termasuk ke dalam mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi

dimana mahasiswa yang sedang menyusun skripsi lebih cenderung akan mengalami stres, utamanya stres akademik (Gamayanti dkk., 2018)

3.2.2 Pentingnya membuat karya ilmiah atau skripsi sebagai kewajiban mahasiswa menyelesaikan tugas akhir untuk memperoleh sarjana S1, terkadang membuat mahasiswa merasakan tekanan secara psikologis Aziz & Raharjo (dalam Defty, 2020).

Tabel 3.1
Jumlah Partisipan Penelitian

Program Studi	Angkatan	Jenis Kelamin		Jumlah
		P	L	
Bimbingan dan Konseling	2016	6	2	8
	2017	14	1	15
	2018	37	5	42

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi penelitian ini adalah stres akademik seluruh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia yang sedang menyelesaikan skripsi pada angkatan 2016-2018 dengan jumlah 65 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah stres akademik sebagian mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2014) *purposive sampling* merupakan salah satu metode dari teknik *nonprobability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Anggota sampelnya adalah 65 orang mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling yang sedang dalam proses menyelesaikan skripsi pada angkatan 2016-2018.

3.4 Definisi Operasional Variabel

Stres akademik ialah perilaku yang muncul akibat adanya tuntutan akademik, persepsi seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi tuntutan atau tugas yang harus dikerjakan sebagai stressor berupa frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan keinginan diri serta reaksi terhadap stressor reaksi fisiologis, emosional, perilaku, dan kognitif pengertian tersebut sesuai dengan pendapat Gadzella (1994) bahwa stres akademik adalah stressor berfokus pada lima jenis (frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan keinginan diri) serta empat reaksi terhadap stressor (fisiologis, emosional, perilaku, dan kognitif).

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen dipergunakan dalam pengumpulan data kuantitatif, untuk mengukur variabel dalam penelitian. Instrumen adalah alat untuk mengukur, mengamati, atau mendokumentasikan data kuantitatif (Creswell, 2015). Instrumen tersebut berisi pertanyaan spesifik dan kemungkinan respons yang dikembangkan sebelum penelitian.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument yang dikembangkan oleh Gazella (1991) yaitu yang mengungkapkan bahwa terdapat lima aspek stressor akademik dan empat aspek reaksi terhadap stressor akademik atau respon.

Pengumpulan data dalam penelitian dilakukan menggunakan angket yang berbentuk kuesioner dengan model Skala Likert. Model Skala Likert digunakan untuk mengukur stres akademik yang memiliki Sembilan indikator yaitu lima stressor akademik (frustrasi, konflik, tekanan, perubahan dan keinginan diri) dan empat reaksi terhadap stres (fisiologis, emosional, perilaku, dan kognitif).

3.5.1 Kisi-Kisi Instrumen

Penyusunan instrumen ini berdasarkan teori yang dikembangkan oleh Gazella (1991) yang mengatakan bahwa terdapat lima indikator stressor akademik dan empat reaksi terhadap stressor mahasiswa dalam mengukur stres akademik.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Stres Akademik (Sebelum Diuji)

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah Item
1. <i>Stressor Akademik</i>	1) Frustrasi	-	1,2,3,4,5,6	6 item
	2) Konflik	7	8,9,10	4 item
	3) Tekanan	12	11,13,14,15	5 item
	4) Perubahan	19,17	18,20,21,16	6 item
	5) Keinginan Diri	22,23,24	25,26	5 item
2. Reaksi terhadap Stres	1) Fisiologis	-	27,28,29,30	4 item
	2) Emosional	34,35	31,32,33	5 item
	3) Perilaku	-	36,37,38	3 item
	4) Kognitif	-	39,40	2 item
Total Item				40 item

3.5.2 Penimbangan Instrumen Penelitian

3.5.2.1 Uji Kelayakan Instrumen

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini telah melalui penimbangan instrumen (*judgement*) yang mana bertujuan untuk menguji kelayakan instrumen apakah layak digunakan atau tidak, penimbang instrumen dilakukan kepada tiga dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yaitu Dr. Amin Budiamin, M.Pd, Dr. Suherman, M.Pd dan Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd. uji kelayakan ini dilihat dari definisi operasional variable, jenis instrumen penelitian, konstruk instrumen, isi instrumen, dan bahasa yang digunakan dalam instrumen agar setiap item pernyataan dalam instrumen dapat dipahami oleh responden.

3.5.2.2 Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen ini dilakukan kepada 5 mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling secara online melalui *google form*. Tujuan melakukan uji keterbacaan ini dimaksudkan untuk mengukur instrumen yang akan digunakan dapat dipahami atau tidak.

Hasil dari uji keterbacaan ini dari 5 mahasiswa menyatakan dapat dipahami, tetapi hanya ada beberapa perbaikan dari segi bahasa dan terdapat kalimat yang salah dalam penulisannya.

3.5.3 Uji Coba Instrumen

3.5.3.1 Uji Validitas

Uji validitas instrument stres akademik dilakukan menggunakan *IBM SPSS 22.0 for Windows*. Dengan menggunakan statistik korelasi *Rank Spearman* (*Spearman Rho*). Berikut kriteria koefisien validitas.

Tabel 3.3
Kategori Koefisien Validitas

Tingkat Validitas	Indeks Validitas
Rendah / tidak dapat diterima	< 0,20
Sedang / dapat diterima	0,21 – 0,40
Tinggi	0,40 – 0,49
Sangat tinggi	> 0,50

(Sheperis, Drummond, & Jones, 2020)

Berikut disajikan hasil uji validitas instrument stres akademik berdasarkan nilai signifikansi 0,05. Terdapat 6 dari 40 item yang tidak valid.

Tabel 3.4
Uji Validitas Instrumen

Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 39, 40
Tidak Valid	7, 17, 24, 27, 29, 36, 38

Setelah uji validitas terdapat item-item yang tidak valid sehingga didapatkan kisi-kisi sebagai berikut.

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen (Setelah Uji Validitas)

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah Item
<i>Stressor</i> Akademik	1) Frustrasi	-	1,2,3,4,5,6	6 item
	2) Konflik	-	8,9,10	3 item
	3) Tekanan	12	11,13,14,15	5 item
	4) Perubahan	19	18,20,21,16	5 item
	5) Keinginan Diri	22,23	25,26	4 item
Reaksi terhadap Stres	1) Fisiologis	-	28,30	2 item
	2) Emosional	34,35	31,32,33	5 item
	3) Perilaku	-	37	1 item
	4) Kognitif	-	39,40	2 item
Total Item				34 item

3.5.3.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrument stres akademik dilakukan menggunakan *IBM SPSS 22.0 for Windows*. Dengan menggunakan prosedur *split-half*, prosedur ini membagi instrument menjadi dua bagian yang sebanding lalu keduanya di korelasikan. Kriteria pengujian reliabilitas *split-half* ini menggunakan nilai *Guttman Split-Half Coefficient* dengan norma kategorisasi sebagai berikut.

Tabel 3.6
Kategorisasi Reliabilitas

Nilai	Kriteria
< 0,59	<i>Low/Unacceptable</i>
0,60 - 0,69	<i>Moderate/Acceptable</i>
0,70 - 0,79	<i>Acceptable</i>
0,80 - 0,89	<i>High</i>
> 0,90	<i>Very High</i>

(Drummond & Jones, 2010)

Nilai *Guttman Split-Half Coefficient* pada instrumen ini yaitu 0,890 yang menunjukkan bahwa item-item dalam instrument berada dalam kategori *High*.

3.5.3.3 Uji Skala

Uji skala instrumen dilakukan dengan *IBM SPSS 22.0 For Windows*. Uji ini dilakukan dengan melihat *corrected item-total correlation* dengan kategori layak didapatkan ketika nilainya >0,3 (Azwar, 2012). Berikut disajikan hasil uji skala stres akademik.

Tabel 3.7
Hasil Uji Skala

Layak	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 25, 26, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 39, 40
Kurang Layak	7, 17, 23, 24, 27, 28, 29, 36, 38

Item-item yang berada pada kategori layak memiliki nilai *corrected item-total correlation* sebesar 0,307 - 0,742. Untuk item nomor 23 dan 28 memiliki nilai *corrected item-total correlation* di bawah 0,3 yaitu -0,356 dan 0,265. Namun kedua item tersebut masih dapat dipertimbangkan untuk digunakan karena memenuhi kriteria validitas.

3.6 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian akan menempuh beberapa tahapan-tahapan tertentu dahulu. Tahapan-tahapan tersebut diantaranya sebagai berikut:

3.6.1 Tahapan Persiapan

Tahapan persiapan yang pertama diawali dengan melakukan konsultasi terlebih dahulu dengan dosen pembimbing akademik (PA) terkait topik yang dirancang sebagai proposal penelitian. Setelah itu adanya persetujuan dari dosen pembimbing akademik dilakukan proses penyusunan proposal penelitian, yang diawali dengan dilakukannya penelitian pendahuluan yang kemudian mengajukan usulan untuk seminar proposal. Kemudian setelah seminar proposal, penulis mendapat beberapa saran dari para penguji dan diusulkan kembali untuk disahkan yang selanjutnya digunakan sebagai syarat untuk penerbitan SK pembimbing.

3.6.2 Tahapan Pelaksanaan

Pada tahap ini penulis menyusun bab I, sampai bab V bersama dosen pembimbing 1 dan 2. Membuat instrument mengenai stres akademik, kemudian mempersiapkan perizinan untuk menyebarkan instrument, lanjut dengan mengolah data yang telah didapatkan dan menginterpretasikan hasilnya.

3.6.3 Tahapan Pelaporan

Pada tahap ini, yaitu menyusun seluruh bab dari bab I sampai bab V dibuat dalam satu bentuk laporan (skripsi) yang sistematis dan juga dilengkapi oleh lampiran. Selanjutnya diajukan untuk diuji dalam sidang skripsi.

3.7 Analisis Data

Analisis data ini menggunakan analisis data kuantitatif, yaitu proses analisis data menggunakan prosedur matematis, yang disebut juga dengan statistik (Creswell, 2015). Penelitian ini, menggunakan statistik deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan data yang telah terkumpul.

3.7.1. Verifikasi Data

Verifikasi data artinya melihat kembali keabsahan data yang telah dikumpulkan dari responden. Pada kegiatan verifikasi data ini adanya pengecekan kuesioner yang telah diisi oleh responden, mengecek jumlah responden yang telah selesai mengisi kuesioner dan pengecekan kembali jumlah responden apakah sudah sesuai yang seharusnya mengisi kuesioner. Jika semua sudah sesuai atau diverifikasi maka dapat dilanjutkan kembali pada tahap pemberian *skoring*.

3.7.2. Pedoman Pemberian Skor (*Scoring*)

Instrumen stres akademik dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Skala likert masing-masing item terdiri dari lima pilihan jawaban yaitu sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Ragu-Ragu (RG), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Responden diminta untuk memilih salah satu jawaban alternatif yang sesuai dengan kondisinya saat ini, terhadap setiap pernyataan yang diajukan mengenai stres akademik. Untuk kategori penyekoran instrument dapat dilihat pada table dibawah ini.

Tabel 3.8
Skoring Instrumen Stres Akademik

Alternatif Jawaban	Skor Item Favorable	Skor Item Unfavorable
Sangat Tidak Sesuai	1	5
Tidak Sesuai	2	4
Ragu-Ragu	3	3
Sesuai	4	2
Sangat Sesuai	5	1

3.7.3. Kategorisasi Data Hasil Penelitian

Data yang telah diperoleh dan diolah, selanjutnya dikelompokkan atau disebut juga pengkategorisasian. Adapun pengelompokkan data berdasarkan skor ideal.

$$\text{Rata-rata Skor} = \text{Jumlah skor} : \text{Jumlah item}$$

Tabel 3.9
Kategorisasi Skor Stres Akademik

No.	Rata-Rata Skor	Kategorisasi
------------	-----------------------	---------------------

Rifa Nurul Aadilah, 2023

RESPONS STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1	1 – 2,33	Ringan
2	2,34 – 3,67	Sedang
3	3,68 – 5	Berat

Adapun interpretasi yang diperoleh dari hasil pengolahan data sebagai berikut:

Tabel 3.10
Interpretasi Skor Stres Akademik

Kategori	Skor	Interpretasi
Ringan	1 – 2,33	Mahasiswa mengalami stres akademik hanya pada indikator tekanan dan merespon stressor dengan respon penilaian kognitif
Sedang	2,34 – 3,67	Mahasiswa mengalami konflik, tekanan, menanggapi stressor dengan respons fisik, perilaku dan penilaian kognitif
Berat	3,68 – 5	Mahasiswa mengalami frustrasi, tekanan, perubahan, menanggapi stressor dengan memberikan respons secara fisik, emosional dan penilaian kognitif

Tolak Ukur menurut Hadi (2004) untuk mendeskripsikan hasil kategori penelitian yaitu sebagai berikut.

Tabel 3.11
Tolak Ukur Kategorisasi Berdasarkan Persentase

Rentang Nilai Persentase	Tolak Ukur Kategori
100%	Seluruhnya
80-99%	Pada Umumnya
60-79%	Sebagian Besar
50-59%	Lebih dari setengah
40-49%	Kurang dari setengah
20-39%	Sebagian kecil
0-19%	Sedikit sekali