

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode yakni cara yang digunakan dalam penelitian guna meraih sasaran penelitian dalam menjawab hipotesis, pada bab ini diuraikan mengenai jenis penelitian, uraian teknik pengumpulan data, uji validitas dan reliabilitas, serta uraian mengenai teknik analisis data sesuai prosedur pendekatan kuantitatif

3.1 Desain Penelitian

Penelitian menerapkan pendekatan kuantitatif. Pemilihan pendekatan ini merujuk pada pandangan Creswell (2012) yang menjelaskan bahwa pendekatan kuantitatif menitikberatkan pada analisis data berupa angka atau nilai numerik, serta digunakan guna menelaah teori-teori spesifik melalui analisis keterkaitan antara berbagai variabel yang diteliti. Melalui pendekatan kuantitatif, peneliti dapat menghimpun data dalam jumlah yang cukup besar serta melakukan analisis statistik secara sistematis guna membuktikan hipotesis yang telah ditetapkan (Aribowo dkk, 2020). Dalam konteks ini, peneliti dapat mengembangkan hipotesis tentang pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa, dan kemudian mengumpulkan data yang relevan untuk menguji hipotesis tersebut.

Studi ini menggunakan metode survei. Berdasarkan pendapat Singarimbun dan Effendi, (1982: 3) survei merupakan metode yang dilakukan dengan pengambilan sampel dari suatu populasi dan memakai kuesioner sebagai alat utama dalam pengumpulan. Tika (1997:9) menjelaskan bahwa metode survei bertujuan menghimpun data dalam skala besar mengenai berbagai variabel, unit, atau individu dalam waktu yang sama, menggunakan data yang diperoleh dari sampel tertentu sehingga hasilnya dapat digeneralisasikan terhadap populasi yang diteliti. Data yang diperoleh dapat berupa aspek-aspek fisik maupun sosial. Studi ini menggunakan metode survei karena memungkinkan peneliti mengumpulkan data secara efisien dari sejumlah besar responden untuk menganalisis pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa PIPS UPI dalam menyusun skripsi. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan angket kepada mahasiswa

yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Pendekatan ini memungkinkan pengumpulan data dalam durasi yang efisien dan pengeluaran yang minimal, sehingga memudahkan peneliti dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan untuk analisis lebih lanjut.

3.2 Lokasi dan Partisipan

3.2.1 Lokasi penelitian

Direncanakan untuk dilakukan di Kota Bandung, tepatnya Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia yang beralamat di Jl. Dr. Setiabudi No. 229, Kelurahan Isola, Kecamatan Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat, 40154. Lokasi dipilih karena subjek penelitian sesuai dan mendukung topik kajian yang diteliti.

3.2.2 Partisipan penelitian

Partisipan merujuk pada subjek yang terlibat langsung dalam proses penelitian, baik individu maupun tempat yang berkaitan dengan tujuan penelitian. Menurut (Sumarto, 2003) partisipan adalah individu atau kelompok yang ikut serta dan terlibat secara aktif, baik melalui bantuan tenaga, ide, maupun sumber daya, serta memiliki tanggung jawab dalam mewujudkan keputusan-keputusan yang disepakati untuk mencapai tujuan bersama.

Partisipan dalam konteks ini, diartikan sebagai individu yang terlibat atau mengambil bagian dalam aktivitas penelitian (Simamarta, dkk, 202, hlm 32). Dengan demikian, partisipan dipahami sebagai individu yang dilibatkan dalam kegiatan dan berkontribusi dalam mencapai tujuan dari kegiatan tersebut. pada penelitian partisipan yang terlibat adalah mahasiswa jenjang akhir Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia.

3.3 Populasi dan sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Sugiono (2011, hlm, 117) populasi yakni keseluruhan subjek atau objek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sebagai fokus kajian untuk kemudian ditarik kesimpulan. Dengan kata lain, populasi merujuk pada kelompok yang menjadi pusat perhatian dalam suatu penelitian berdasarkan jumlah serta karakteristik yang telah ditentukan. Berdasarkan

pemahaman tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif angkatan 2021 sebagai tingkat akhir pada Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia.

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Penelitian

No.	Angkatan	Jumlah
1	2021	69

3.3.2 Sampel

Sampel yaitu sekumpulan individu dari populasi yang digunakan untuk merepresentasikan kelompok yang diteliti. Menurut Arikunto (2014, hlm, 131) sampel merupakan bagian kecil populasi yang dijadikan objek penelitian dan harus dipilih secara cermat agar benar-benar mampu mempresentasikan karakteristik populasi secara menyeluruh. Penting bagi sampel yang di ambil untuk bersifat representatif agar penelitiannya dapat digeneralisasikan dengan tepat.

Proses pemilihan sampel penelitian ini menerapkan metode *Non Probability Sampling*, Menurut Siregar (2014, hlm, 31) dimana tiap individu pada populasi tidak memiliki kesempatan seimbang menjadi bagian dari sampel. Memakai teknik *purposive sampling*, di mana responden dipilih sebagai sampel berdasarkan pertimbangan kriteria khusus. Pemilihan sampel dilakukan melalui cara menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa PIPS yang memiliki kriteria tertentu, yaitu sebagai berikut:

1. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (PIPS) Universitas Pendidikan Indonesia Angkatan 2021
2. Sedang maupun sudah mengontrak sidang atau skripsi.

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini memakai rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{Nd^2 + 1}$$

(Riduwan, 2008, hlm 65)

Keterangan:

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah Populasi

d = Toleransi Kesalahan d = 5%

Merujuk pada rumus di atas, maka diperoleh perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{69}{1 + 69 \cdot 0,05^2}$$

$$n = \frac{69}{1 + 0,1725}$$

$$n = \frac{69}{1,1725}$$

$$n = 58,8 \text{ dibulatkan menjadi } 59$$

Dengan tingkat toleransi kesalahan sebesar 5%, jumlah sampel yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebanyak 59 mahasiswa.

3.4 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel mengacu pada metode konkret atau operasional dimana suatu konsep atau variabel diukur, diamati, atau diterapkan dalam penelitian. pada penelitian ini, menggunakan tiga variabel, yakni:

1. Variabel bebas atau *independent* variabel (X1): Kecerdasan Emosional
2. Variabel bebas atau *independent* variabel (X2) : Dukungan Sosial
3. Variabel terikat atau *dependent* (Y): Stres Akademik

Tabel 3. 2 Definisi Operasional Variabel

No.	Variabel	Definisi Operasional Variabel	Dimensi & Indikator	Alat Ukur
1.	Kecerdasan Emosional (X1)	Merupakan kemampuan seseorang untuk memahami, mengelola, dan mengendalikan	Kesadaran Diri	Kuesioner
			<i>Pengaturan Diri</i>	
			<i>Motivasi</i>	
			Empati	

		emosinya, terutama saat menghadapi situasi sulit seperti marah atau stres.	Keterampilan sosial		
2.	Dukungan Sosial (X2)	Merupakan pertukaran sumber daya yang dilakukan oleh minimal dua individu, yang diperoleh dari lingkungan sekitar.	Keluarga	Menerima bantuan dari keluarga	Kuesioner
				Menerima dukungan dari keluarga	
			Teman	Menerima bantuan dari teman	
				Menerima dukungan dari teman	
			<i>Significant Others</i>	Menerima bantuan dari seseorang yang penting	
				Menerima dukungan dari seseorang yang penting	
3.	Stres Akademik (Y)	Merupakan keadaan dimana siswa tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan memersepsi tuntutan-tuntutan	Stresor	Frustrasi	Kuesioner
				Konflik	
				Tekanan	
				Perubahan	
				<i>Self imposed</i>	
				<i>Physiological</i>	
				<i>Emotional</i>	
				<i>Behavioral</i>	

		akademik yang diterima sebagai gangguan.	Reaksi terhadap Stresor	<i>Cognitive Appraisal</i>	
--	--	--	-------------------------	----------------------------	--

3.5 Instrumen Penelitian

Pada dasarnya, kegiatan penelitian melibatkan proses pengukuran terhadap suatu fenomena, sehingga dibutuhkan alat ukur yang memadai. Alat ukur ini dikenal sebagai instrumen penelitian, yang berfungsi untuk mengumpulkan data secara efektif. Menurut Arikunto (2014, hlm 160) Instrumen dalam penelitian berfungsi sebagai perantara yang digunakan peneliti guna memperoleh data, sehingga proses pengumpulan informasi dapat berlangsung lebih efisien, akurat, lengkap, serta tersusun secara sistematis untuk memudahkan dalam pengolahan dan analisis data. Menurut Ibrahim (2007, hlm, 96) instrumen pengumpulan data harus dirancang secara matang agar mampu menangkap data empiris secara akurat sesuai dengan kenyataan. Dalam penelitian ini, instrumen yang dipakai dalam studi ini berupa angket atau kuesioner. Angket yakni metode penghimpunan yang diterapkan lewat memberikan daftar pertanyaan tertulis kepada responden guna memperoleh data yang relevan. Sementara itu, Arikunto (2014, hlm 151) menjelaskan bahwa kuesioner merupakan kumpulan pertanyaan dalam bentuk tertulis yang disusun guna mendapatkan informasi responden, baik yang berkaitan dengan dirinya maupun berbagai hal yang ia ketahui.

Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan instrumen angket dengan harapan dapat memperoleh informasi yang relevan dan mendalam dari partisipan yang berkaitan langsung dengan topik penelitian. Angket yang digunakan dalam penelitian ini bersifat tertutup, artinya setiap pernyataan telah dilengkapi dengan opsi jawaban tertentu yang harus dipilih oleh responden. Responden tidak memiliki kebebasan untuk memberikan respon di luar opsi yang disediakan. Jenis skala yang dipakai dalam pengukuran yakni *Skala Likert*, yang menurut (Sugiyono, 2018) merupakan alat ukur psikometrik yang dimanfaatkan guna mengidentifikasi sikap, pandangan, dan persepsi seseorang terhadap fenomena sosial tertentu.

Untuk mengukur kecerdasan emosional mengacu pada teori Goleman mengenai kecerdasan emosional yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan 5 dimensi yang ada yakni kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Setiap dimensi direpresentasikan dengan tiga butir pernyataan, sehingga total terdapat 15 item pernyataan. Skala pengukuran yang digunakan menggunakan Skala Likert empat tingkat dengan opsi jawaban: Sangat Setuju, Setuju, Kurang Setuju, dan Tidak Setuju.

Dalam pengukuran tingkat dukungan sosial, studi ini memakai instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* yang dirancang Zimet dkk. Instrumen ini telah dimodifikasi oleh peneliti dengan menyesuaikan dimensi yang ada seperti keluarga, teman dan orang yang penting. Dimana terdapat total 15 pernyataan yang mewakili 3 dimensi yang ada. Skala dukungan sosial dalam penelitian menggunakan Skala Likert empat kategori respons, yaitu Sangat Setuju, Setuju, Kurang Setuju, dan Tidak Setuju.

Sedangkan instrumen stres akademik dalam penelitian ini digunakan alat ukur *Student Life-Stress Inventory (SLSI)* merupakan alat ukur guna mengukur variabel stres akademik yang dikembangkan oleh Gadzella (1991). Alat ukur SLSI oleh Gadzella yang dimodifikasi dari penelitian sebelumnya oleh Praghlapati et al. (2021) yang sudah di adaptasi menjadi bahasa Indonesia terdiri atas 37 butir pernyataan yang telah melalui uji validitas memakai pendekatan analisis faktor konfirmatori atau *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* yang dimana dari hasil uji tersebut keseluruhan item dinyatakan valid dan reliabel. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan 20 item yang telah dimodifikasi dari alat ukur SLSI yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Pemilihan 20 item ini didasarkan pada pertimbangan efisiensi pengukuran tanpa mengurangi kualitas dan ketepatan dalam mengukur stres akademik mahasiswa tingkat akhir. Untuk mengukur stres akademik, digunakan skala Likert dengan empat kategori respon, yaitu: tidak pernah, jarang, sering, dan selalu.

3.5.1 Kisi-kisi instrumen

Kisi-kisi instrumen disusun untuk mengukur variabel-variabel yang menjadi fokus dalam penelitian ini. Kisi-kisi instrumen disajikan dalam tabel berikut:

a. Kisi-kisi Kecerdasan Emosional

Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Jumlah Item
1.	Kecerdasan Emosional	Kesadaran Diri	1,2,3	15
		Pengaturan Diri	4,5,6,	
		Motivasi	7,8,9	
		Empati	10,11,12	
		Keterampilan sosial	13,14,15	
JUMLAH				15

b. Kisi-kisi Dukungan Sosial

Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Jumlah Item
1.	Keluarga	Menerima bantuan dari keluarga	3,11	5
		Menerima dukungan dari keluarga	4,8,13	
2.	Teman	Menerima bantuan dari teman	6,7	5
		Menerima dukungan dari teman	9,12,14	
3.	Significant Others	Menerima bantuan dari seseorang yang penting	1,15	5
		Menerima dukungan dari seseorang yang penting	2, 5, 10	
JUMLAH				15

c. Kisi-kisi Stres Akademik

Tabel 3. 5 Kisi-kisi Instrumen Stres Akademik

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Jumlah Item
1.	Stresor Akademik	Frustrasi	1,2	10
		Konflik	3,4	
		Tekanan	5,6	
		Perubahan	7,8	
		<i>Self-Imposed</i>	9,10	
2.	Reaksi terhadap stresor	Fisiologis	11,12,13	10
		Emosional	14,15,16	
		Perilaku	17,18	
		Kognitif	19,20	
JUMLAH				20

3.5.2 Pengujian Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas diuji guna memastikan bahwa instrumen yang dipakai tepat dalam mengukur variabel yang dimaksud (Azwar, 2021, hlm. 175). Pengujian ini umumnya dilakukan sebelum penyebaran kuesioner, dengan tujuan menilai keakuratan setiap item pertanyaan dalam mencerminkan variabel yang dimaksud. Proses validitas dilakukan melalui proses dengan menghubungkan nilai setiap item dengan total skor dari seluruh butir pertanyaan. Jika hasilnya menunjukkan bahwa instrumen mampu menangkap aspek yang relevan dengan variabel yang diteliti, maka instrumen tersebut dinilai valid (Sarwono, 2006, hlm. 99). Berikut adalah beberapa persyaratan untuk uji validitas penelitian:

Apabila $r_{\text{tabel}} > r_{\text{hitung}}$, maka instrumen dianggap tidak valid

Apabila $r_{\text{tabel}} < r_{\text{hitung}}$, maka instrumen dianggap valid

Pengujian validitas studi ini dilakukan memakai teknik korelasi *Pearson Product Moment*, dibantu perangkat lunak IBM SPSS *Statistics* versi 23. Studi ini menggunakan jumlah responden (N) yang telah ditentukan dan menerapkan tingkat signifikansi sebesar 0,05. Kriteria pengujian ditentukan berdasarkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) yang dihasilkan. Jika nilai Sig. (2-tailed) < 0,05, maka

butir pernyataan dinyatakan valid. Sebaliknya, apabila nilai Sig. (2-tailed) > 0,05, maka item tersebut dianggap tidak valid dan perlu dieliminasi (drop).

Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Variabel (X1) Kecerdasan Emosional

Pernyataan	r-butir	Sig (2-tailed)	Pengujian	Kesimpulan	Tindak Lanjut
1	0,400	0,028	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
2	0,469	0,009	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
3	0,700	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
4	0,365	0,047	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
5	0,269	0,151	Sig< 0,05	Tidak valid	Dibuang
6	0,728	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
7	0,110	0,564	Sig< 0,05	Tidak valid	Dibuang
8	0,665	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
9	0,369	0,045	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
10	0,707	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
11	0,201	0,287	Sig< 0,05	Tidak valid	Dibuang
12	0,454	0,012	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
13	0,363	0,049	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
14	0,336	0,070	Sig< 0,05	Tidak valid	Dibuang
15	0,368	0,045	Sig< 0,05	Valid	Digunakan

Sumber: *IBM SPSS Statistic Version 23, 2025*

Merujuk pada hasil uji validitas, diketahui bahwa dari 15 pernyataan terdapat 4 pernyataan yang tidak valid yaitu nomor 5, 7, 11, dan 14, sehingga gugur dan tidak digunakan. Tersisa 11 butir pernyataan valid yang masih mewakili setiap indikator yang akan dipakai sebagai alat ukur penelitian.

Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Variabel (X2) Dukungan Sosial

Pernyataan	r-butir	Sig (2-tailed)	Pengujian	Kesimpulan	Tindak Lanjut
1	0,462	0,010	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
2	0,173	0,360	Sig< 0,05	Tidak Valid	Dibuang
3	0,384	0,036	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
4	0,658	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
5	0,540	0,002	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
6	0,396	0,030	Sig< 0,05	Valid	Digunakan

7	0,645	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
8	0,377	0,040	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
9	0,464	0,010	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
10	0,612	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
11	0,662	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
12	0,420	0,021	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
13	0,325	0,080	Sig< 0,05	Tidak Valid	Dibuang
14	0,553	0,002	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
15	0,411	0,024	Sig< 0,05	Valid	Digunakan

Sumber: *IBM SPSS Statistic Version 27, 2025*

Berdasarkan hasil uji validitas diatas, menunjukkan dari total 15 pernyataan, ditemukan 2 item yang tidak memenuhi kriteria validitas, yaitu nomor 2 dan 13, sehingga gugur dan tidak digunakan. Tersisa 13 butir pernyataan valid yang masih mewakili setiap indikator yang akan digunakan sebagai alat ukur penelitian.

Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas Variabel (Y) Stres Akademik

Pernyataan	r-butir	Sig (2-tailed)	Pengujian	Kesimpulan	Tindak Lanjut
1	0,778	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
2	0,800	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
3	0,804	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
4	0,758	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
5	0,817	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
6	0,848	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
7	0,716	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
8	0,464	0,010	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
9	0,743	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
10	0,710	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
11	0,846	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
12	0,756	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
13	0,697	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
14	0,849	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
15	0,824	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
16	0,733	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan

17	0,773	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
18	0,821	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
19	0,782	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan
20	0,782	0,000	Sig< 0,05	Valid	Digunakan

Sumber: IBM SPSS Statistic Version 23, 2025

Merujuk pada hasil validitas diatas, seluruh pernyataan yang berjumlah 20 butir dalam instrumen variabel stres akademik dinyatakan valid, dengan demikian seluruh pernyataan dinilai layak dan sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan mengevaluasi tingkat konsistensi hasil yang diperoleh dari instrumen yang digunakan (Sugiyono, 2015). Pengujian reliabilitas pada studi ini dilakukan melalui penerapan teknik analisis *Cronbach's Alpha*. Setelah pengujian dilakukan, peneliti dapat mengevaluasi sejauh mana kuesioner yang dikembangkan dari masing-masing dimensi variabel, yakni kecerdasan emosional (X1), dukungan sosial (X2), dan stres akademik (Y), mempunyai tingkat keandalan yang memadai..

Dalam pengujiannya, jika suatu variabel menunjukkan *nilai Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,60, maka instrumen dinilai cukup andal atau reliabel dalam mengukur variabel tersebut. Sebaliknya, jika nilai *Cronbach's Alpha* kurang dari 0,60, maka instrumen dianggap kurang konsisten atau tidak reliabel. Proses pengujian ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 23. Berikut tabel pedoman dan hasil tingkat keandalan instrumen dari *Cronbach* pada setiap variabel:

Tabel 3. 9 Pedoman Tingkat Keandalan Instrumen dari Cronbach

Hasil Uji <i>Alpha Cronbach</i>	Derajat Keandalan
< 0,5	Tidak dapat digunakan
0,5 – 0,6	Jelek (<i>Poor</i>)
0,6 - 0,7	Cukup atau dapat diterima (<i>Fair</i>)
0,7 – 0,9	Bagus (<i>Good</i>)
> 0,9	Luar biasa bagus (<i>Excellent</i>)

Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Derajat Keandalan	Keterangan
Kecerdasan Emosional	0.723	Bagus (<i>Good</i>)	Reliabel
Dukungan Sosial	0.685	Cukup atau dapat diterima (<i>Fair</i>)	Reliabel
Stres Akademik	0.963	Luar biasa bagus (<i>Excellent</i>)	Reliabel

Sumber: IBM SPSS Statistic Version 23, 2025

Berdasarkan tabel diatas, nilai *Cronbach's Alpha* untuk Kecerdasan Emosional sebesar 0.723 dengan derajat keandalan (*good*), Dukungan Sosial sebesar 0.685 dengan derajat keandalan (*Fair*), dan Stres Akademik sebesar 0.963 dengan derajat keandalan (*Excellent*). Hasil tersebut menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* Kecerdasan emosional, Dukungan Sosial dan Stres Akademik lebih besar dari 0.60. Maka instrumen penelitian dinyatakan reliabel.

3.6 Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan utama, yakni tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap penyelesaian. Uraian dari masing-masing tahapan adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap awal ini, peneliti melakukan berbagai kegiatan yang mendukung kelancaran pelaksanaan penelitian, antara lain:

a. Pengumpulan Referensi

Peneliti mengumpulkan berbagai referensi seperti jurnal ilmiah, skripsi, dan literatur relevan lainnya guna memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai topik yang akan diteliti, serta untuk mengetahui metode yang sesuai dalam pelaksanaan penelitian.

b. Penetapan topik penelitian.

Peneliti mencari referensi untuk mendapat gambaran penelitian. Setelah itu, peneliti memilih topik yang menarik dan mencari penelitian sebelumnya yang relevan.

c. Penyusunan instrumen penelitian

Pada angket ini menggunakan angket tertutup menggunakan *Skala Likert*.

d. Pengujian Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian terlebih dahulu diuji untuk mengetahui sejauh mana kualitas dan kelayakannya dengan langkah uji validitas dan uji reliabilitas.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, peneliti mengumpulkan data dengan membagikan angket kepada responden yang dipilih sesuai jumlah sampel yang telah ditetapkan sebelumnya.

3. Tahap Akhir

Tahapan ini mencakup pengolahan data yang telah diperoleh dengan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 23. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis data sesuai dengan teori yang relevan, membahas rumusan masalah, menarik kesimpulan dari hasil temuan, serta menyusun saran dan rekomendasi yang mendukung penyusunan skripsi.

3.7 Analisis Data

3.7.1 Analisis Deskriptif

Uji analisis deskriptif merupakan uji statistik yang dipakai dalam penelitian kuantitatif untuk menganalisis data dengan memberikan gambaran atau deskripsi mengenai suatu fenomena berdasarkan nilai rata-rata, maksimum, minimum, dan standar deviasi. Dalam penelitian ini, analisis deskriptif dilakukan terhadap tanggapan 60 mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS angkatan 2021 terkait tiga variabel yang diteliti, yaitu kecerdasan emosional, dukungan sosial, dan stres akademik.

Untuk mengukur tingkat variabel, digunakan metode kategorisasi berdasarkan mean dan standar deviasi, yang memungkinkan pengelompokan responden ke dalam tiga kategori: tinggi, sedang, dan rendah. Sementara itu, untuk menganalisis kecenderungan tanggapan responden terhadap setiap variabel, digunakan *Tree Box Analysis*, di mana pola jawaban responden dikaji dengan menghitung skor rata-rata (mean) atau indeks dan menentukan

kecenderungannya dalam rentang skor tertentu. Pendekatan didasarkan pada penelitian (Daga et al., 2020).

Untuk menentukan tingkat klarifikasi tiap variabel maka diperlukan perhitungan kelas interval. Dalam penelitian ini, digunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban untuk membantu mengklasifikasikan setiap variabel. Kategori penilaiannya disusun sebagai berikut:

Tabel 3. 11 Tabel Kategorisasi Responden

No	Kategorisasi	Skor
1	Tinggi	$X > (\text{Mean} + 1\text{SD})$
2	Sedang	$(\text{Mean} - 1\text{SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$
3	Rendah	$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$

Keterangan:

M = Mean

SD = Standar Deviasi

X = Skor Total

Adapun kategorisasi pada penelitian ini dilihat berdasarkan persentase dari indikator pada setiap variabel yang digunakan, Kategori penilaiannya disusun sebagai berikut:

Tabel 3. 12 Tabel Kategorisasi Berdasarkan Persentase Indikator

No.	Kategorisasi	Persentase
1	Tinggi	90% - 100%
2	Sedang	79% - 89%
3	Rendah	78% - 0%

Yang diperoleh berdasarkan pada rumus berikut:

$$\frac{\text{Total skor aktual Indikator} \times 100}{\text{Responden} \times \text{skor tertinggi} \times \text{jumlah item indikator}} =$$

Selanjutnya untuk menghitung kecenderungan jawaban responden menggunakan metode *tree box analysis*. Berikut merupakan rincian perhitungannya:

$$\text{Skor indeks maksimum} : (\%F \times 4) / 4 = (60 \times 4) / 4 = 60$$

$$\text{Skor indeks maksimum} : (\%F \times 4) / 4 = (60 \times 1) / 4 = 15$$

Berdasarkan perhitungan tersebut, skor indeks yang diperoleh menunjukkan skor 15-60, dengan rentang interval skor 45, dengan menggunakan kriteria *tree box method*, maka nilai interval yang diperoleh dibagi menjadi tiga kategori yang akan digunakan sehingga diperoleh 15 untuk menginterpretasi nilai indeks, sebagai berikut:

15 – 29 : Rendah

30 – 44 : Sedang

45 – 60 : Tinggi

Perhitungan dalam penelitian ini dilakukan dengan menetapkan skor tertinggi sebesar 4 dan skor terendah sebesar 1. Berdasarkan rentang tersebut, perhitungan indeks jawaban responden dilakukan menggunakan rumus berikut:

$$\text{Nilai indeks} = [(\%F1*1) + (\%F2*1) + (\%F3*1) + (\%F4*1)]/4$$

Keterangan:

F1 : Frekuensi responden yang menjawab 1

F2 : Frekuensi responden yang menjawab 2

F3 : Frekuensi responden yang menjawab 3

F4 : Frekuensi responden yang menjawab 4

Berdasarkan jumlah responden pada penelitian ini yang berjumlah 60 responden dengan menggunakan skala likert 1-4, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Nilai minimum sebesar $1 \times 60 = 60$
2. Nilai maksimum sebesar $4 \times 60 = 240$
3. Nilai persentase minimum $\frac{60}{240} \cdot 100 = 25\%$
4. Nilai persentase maksimum $\frac{240}{240} \cdot 100 = 100\%$

3.7.2 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah setiap variabel dalam penelitian memiliki distribusi data yang normal. Dalam proses ini, digunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* sebagai teknik pengujian normalitas. Penentuan distribusi normal atau tidak dilakukan berdasarkan kriteria hasil uji *Kolmogorov-Smirnov*, yang dijadikan acuan dalam pengambilan keputusan sebagai berikut:

- a. Jika nilai signifikansi (Sig) > dari 0,05 maka data berdistribusi normal.
- b. Jika nilai signifikansi (Sig) < dari 0,05 maka data berdistribusi tidak normal

3.7.3 Uji Multikolinieritas

Uji ini digunakan untuk mengidentifikasi apakah terdapat keterkaitan antar variabel bebas. Model regresi yang baik seharusnya tidak menunjukkan adanya korelasi antar variabel bebas tersebut. Menentukan ada atau tidaknya multikolinieritas dalam model regresi dapat dilihat dari besaran VIF (*Variance Inflation Factor*) dan *tolerance*. Regresi bebas dari multikolinieritas jika besar $VIF < 10$ dan nilai *tolerance* > 0,10.

3.7.4 Uji Heteroskedastisitas

Pengujian ini dilakukan untuk menilai apakah model regresi memiliki variansi residual yang konsisten antar pengamatan. Ketika variansi tersebut bersifat tetap, maka dinamakan homokedastisitas, sementara jika bervariasi antar pengamatan, disebut heterokedastisitas. Model regresi yang tepat seharusnya memenuhi asumsi homokedastisitas. Adanya heterokedastisitas dapat dikenali melalui grafik *scatterplot*; jika pola tertentu muncul dalam penyebaran titik data, maka indikasi heterokedastisitas ada. Namun, apabila titik-titik menyebar secara acak di sekitar garis nol pada sumbu Y tanpa menunjukkan pola tertentu, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heterokedastisitas.

3.7.5 Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk mengidentifikasi ada tidaknya pola hubungan linier antara variabel X dan variabel Y. Pengujian ini menjadi syarat penting sebelum melanjutkan ke tahap analisis korelasi atau regresi linear, guna memastikan bahwa hubungan antar variabel sesuai dengan model yang digunakan. Adapun kriteria pengambilan keputusan uji linearitas yaitu :

- a. Jika nilai signifikansi (Sig) > dari 0,05 maka kedua variabel penelitian dapat dikatakan linear.
- b. Jika nilai signifikansi (Sig) < dari 0,05 maka kedua variabel penelitian dapat dikatakan tidak linear.

3.7.6 Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis ini digunakan untuk memahami sejauh mana perubahan pada variabel dependen (stres akademik) dipengaruhi oleh dua atau lebih variabel independen, seperti kecerdasan emosional dan dukungan sosial, yang bertindak sebagai prediktor (Sugiyono, 2011). Bila dijabarkan berikut persamaan regresi linier berganda:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan:

Y = Stres Akademik

X₁ = Kecerdasan Emosional

X₂ = Dukungan Sosial

a = Konstanta

b₁ = Koefisien Regresi kecerdasan emosional

b₂ = Koefisien Regresi dukungan sosial

e = eror, variabel gangguan

3.7.7 Uji t

Uji-t dilakukan untuk mengetahui apakah variabel independen memiliki pengaruh yang berarti terhadap variabel dependen. Pengujian menggunakan tingkat signifikansi sebesar 5% ($\alpha = 0,05$).

Untuk memperoleh hasil yang akurat dalam pengolahan data, peneliti memanfaatkan perangkat lunak IBM SPSS *Statistics 23* sebagai alat bantu analisis. Rumus yang dipakai dalam pengujian hipotesis penelitian merujuk pada pendapat (Sugiyono, 2014, hlm. 184) yaitu sebagai berikut:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

r = Korelasi

n = Banyaknya sampel

t = Tingkat signifikan t_{hitung} yang selanjutnya dibandingkan dengan t_{tabel}

Kemudian menentukan model keputusan dengan menggunakan statistik Uji t, dengan melihat asumsi sebagai berikut:

- a. Interval keyakinan $\alpha = 0.05$
- b. Derajat kebebasan = $n-2$
- c. Dilihat hasil t_{tabel}

Hasil hipotesis t dibandingkan dengan t tabel dengan kriteria uji sebagai berikut:

- a. Jika signifikansi $t > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak (tidak berpengaruh).
- b. Jika signifikansi $t < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima (berpengaruh)

3.7.8 Uji F

Merujuk pada Ghazali (2018, hlm. 98) uji F dilakukan untuk menilai sejauh mana variabel independen secara bersama-sama memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen dalam suatu penelitian. Tingkat signifikansi yang digunakan dalam pengujian ini adalah 5% atau 0,05. Berikut rumus yang digunakan untuk menghitung nilai F statistik.

$$F = \frac{R^2 / k}{(1 - R^2) / (n - k - 1)}$$

(Rohmana, 2010, hlm. 78)

Keterangan:

R^2 = Koefisien analisis regresi berganda

k = Jumlah variabel independen

n = Jumlah anggota sampel

Langkah selanjutnya setelah mendapatkan nilai F hitung adalah membandingkannya dengan nilai F tabel pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Berikut adalah ketentuan dalam pengujian F:

- a. Jika $F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya semua variabel bebas berpengaruh terhadap variabel terikat.
- b. Jika $F_{\text{hitung}} < F_{\text{tabel}}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak artinya semua variabel bebas tidak berpengaruh terhadap variabel terikat.

3.7.9 Koefisien Determinasi (R^2)

Merujuk pada Robert Kurniawan (2016, hlm 45) analisis koefisien determinasi dimaksudkan mengukur sejauh mana variabel bebas (X) memberikan kontribusi terhadap variabel terikat (Y). Nilai koefisien ini memperlihatkan besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat yang diungkapkan dalam persentase. Semakin tinggi persentasenya, semakin besar peran variabel bebas (X) dalam menjelaskan variasi pada variabel terikat. Sebaliknya, jika terdapat sisa persentase, maka hal itu mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh dari variabel lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Jika persentasenya rendah, maka peran variabel independen (X) dalam mempengaruhi variabel dependen juga lebih kecil. Rumus yang ditetapkan yakni:

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

Keterangan

KD = nilai koefisien determinasi

r^2 = nilai koefisien korelasi

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

3.8 Uji Hipotesis

Menurut Darmawan (2016, hlm 122) asumsi awal yang kebenarannya harus dibuktikan melalui pengujian lebih lanjut untuk mengetahui kebenarannya. Dalam konteks penelitian kuantitatif, pengujian hipotesis menjadi tahap penting yang bertujuan menentukan apakah hipotesis yang telah dirumuskan dapat diterima atau justru harus ditolak (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016, hlm 103).

Hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a) dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya suatu pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). maka diperlukannya uji hipotesis signifikan sehingga menghasilkan kesimpulan diterima atau ditolak hipotesis yang diajukan, yakni:

1. Apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_o ditolak.
2. Apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_o diterima dan H_a ditolak

Menurut (Sugiyono, 2014, hlm. 159) hipotesis adalah jawaban sementara atas rumusan masalah yang perlu dibuktikan melalui data. Pengujian dilakukan dengan menetapkan hipotesis nol (H_o) dan alternatif (H_a), memilih uji statistik, menghitung nilai statistik, serta menentukan tingkat signifikansi dan kriteria pengujian. Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier berganda melalui uji t, uji f, dan koefisien determinasi.