BAB III
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah mengguakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analisis regresi mediasi, yaitu regresi dengan melibatkan variabel mediator. Metode tersebut digunakan untuk menguji pengaruh tidak langsung gaya berpikir terhadap distres psikologis melalui lokus pengendalian dan efikasi diri (Baron & Kenny, 1986).

B. Partisipan

Karakteristik partisipan adalah individu yang bekerja pada usia 25 sampai dengan 44 tahun. Lokasi penelitian dilakukan di beberapa perusahaan / pengisian individual di Kota Bandung. Partisipan yang telah terlibat dalam penelitian ini berjumlah 234 orang

Populasi pada penelitian ini adalah individu bekerja pada usia produktif (25-44 tahun) yang berada di Bandung Raya. Teknik sampling yang digunakan adalah *quota sampling*, yaitu teknik dimana prosesnya dimulai dengan mendefinisikan jumlah sampel dari total populasi yang dilibatkan dalam penelitian (Stopher, 2012). Dalam teknik *quota sampling* jumlah populasi tidak diperhitungkan . Pengumpulan data dilakukan langsung pada unit sampling, setelah kuota terpenuhi, pengumpulan data dihentikan (Margono, 2004).

Menurut Roscoe (1975) ukuran sampel lebih dari 30 dan kurang dari 500 adalah tepat untuk penelitian. Maka peneliti menentukan kuota sebanyak 200 responden, sehingga setelah data terkumpul sebanyak minimal 200 responden pengumpulan data telah selesai.

Sampel penelitian tersebar di beberapa perusahaan dan pengerjaan individual. Agar penyebaran data merata dan efisien, peneliti menentukan target responden dengan sebanyak minimal 50 % pengisian di beberapa perusahaan dan 50%

pengerjaan secara individual. Untuk data responden setiap satu perusaan peneliti menentukan 5-20 data responden.

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Independen : Gaya Berpikir

b. Variabel Dependen : Distres Psikologis

c. Variabel Mediator 1 : Lokus Pengendalian

d. Variabel Mediator 2 : Efikasi Diri

2. Definisi Operasional Gaya Berpikir

Gaya Berpikir adalah bagaimana proses individu dalam menerima dan mengatur informasi dalam otak. Tipe gaya berpikir menurut Strenberg yakni tipe I (legislatif, yudisial, hierarki, global, dan liberal), tipe II (eksekutif, monarki, lokal, dan konservatif), dan tipe III (olgarki, anarki, internal, dan eksternal).

3. Definisi Operasional Lokus Pengendalian

Lokus pengendalian adalah keyakinan seseorang tentang kontrol yang ada pada dirinya, seberapa besar kontrol yang dimilikinya terhadap situasi atau kejadian yang ada dalam kehidupannya. Dimensi lokus pengendalian terdiri dari lokus pengendalian internal dan lokus pengendalian eksternal.

4. Definisi Operasional Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan individu tentang kemampuannya untuk menghadapi tugas-tugas individu. Dimensi dari efikasi diri adalah *magnitude, generality,* dan *strength*.

5. Definisi Operasional Distres Psikologis

Distres psikologis dalam penelitian ini adalah keadaan emosional individu merasa tidak menyenangkan. Dimensi dari distres psikologis adalah depresi dan kecemasan.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen/ alat ukur yang digunakan pada penelitian ini berbentuk kuesioner. Kuesioner yang digunakan dalam peneliitian ini terdiri dari 4 bagian. Bagian yang pertama bertujuan untuk mengukur kecenderungan gaya berpikir seseorang. Untuk hal tersebut peneliti menggunakan *Thinking Style Inventory Rev-II* (Sternberg , Wargner, & Zhang; 2007). Pada bagian kedua untuk mengukur lokus pengendalian seseorang, peneliti menggunakan kuesioner dari Rotter yaitu *Rotter's Locus of Control Scale* (Rotter, 1966). Untuk bagian ketiga bertujuan mengukur tingkat efikasi diri seseorang menggunakan *General Self Efficacy Scale* milik Ralf Schwazer & Matthias Jerusalem (1995). Sedangkan pada bagian keempat, untuk mengukur tingkat distres psikologis seseorang menggunakan Hopkins Symptom Checklist (Derogatis, 1974). Untuk lebih jelasnya, sub-bab berikutnya akan menjelaskan lebih rinci mengenai masing-masing alat ukur.

1. *Blueprint*

a. Instrumen Gaya Berpikir

Peneliti menggunakan instrumen berupa *questionnaire* yang diadaptasi dan dikembangkan dari *Thinking Style Inventory Rev II* yang dikembangkan oleh Sternberg , Wargner, & Zhang (2007) untuk mengukur kecenderungan gaya berpikir pada individu. Skala dari instrumen ini terdiri dari 65 pernyataan menggunakan skala *likert.* Skor akhir diperoleh dari penjumlahan keseluruhan item. Skor total dibagi menjadi beberapa tipe gaya berpikir sesuai dengan item-item yang telah ditentukan, skor yang tinggi menandakan seseorang cenderung memiliki tipe gaya berpikir tersebut. Semakin tinggi nilai yang diperoleh, semakin tinggi kecenderungan gaya berpikir seseorang.

1) *Blueprint* Instrumen Gaya Berpikir

No	Dimensi	Indikator	No Item	Jumlah

1	Tipe I (berdasarkan kreativitas yang menghasilkan gaya)	Legislatif	5, 10, 14, 32, 49	5
		Yudisial	20, 23, 42, 51, 57	5
		Hierarki	4, 19, 33, 25, 56	5
		Global	7, 18, 38, 48, 61	5
		Liberal	45, 53, 58, 64, 65	5
2	Tipe II (berdasarkan gaya yang disukai)	Exekutif	8, 11, 12, 31, 39	5
		Monarki	2, 43, 50, 54, 60	5
		Lokal	1, 6, 24, 44, 62	5
		Konservatif	13, 22, 26, 28, 36	5
3	Tipe 3 (berdasarkan situasi atau tugas)	Oligarki	27, 29, 30, 52, 59	5
		Anarki	16, 21, 35, 40, 47	5
		Internal	9, 15, 37, 55, 63	5
		Eksternal	3, 17, 34, 41, 46	5
Jumlah				65

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Gaya Berpikir

2) Pengisian Instrumen

Instrumen gaya berpikir terdiri dari 65 pernyataan dengan skala *likert*. Pilihan jawaban 1 (sangat tidak sesuai) hingga 7 (sangat sesuai). Skor akhir diperoleh dengan menjumalhakan tiap item dari tipe gaya berpikir. Skor akhir diperoleh dari penjumlahan keseluruhan item. Skor total dibagi menjadi beberapa tipe gaya berpikir sesuai dengan item-item yang telah ditentukan, skor yang tinggi menandakan seseorang cenderung memiliki tipe gaya berpikir tersebut. Semakin tinggi nilai yang diperoleh, semakin tinggi kecenderungan gaya berpikir seseorang.

3) Penyekoran Instrumen

Skor	Keterangan
1	Sangat Tidak Sesuai
2	Tidak Sesuai
3	Sedikit Tidak Sesuai
4	Netral
5	Sedikit Sesuai
6	Sesuai
7	Sangat Sesuai

Tabel 3.2 Penyekoran Instrumen Gaya Berpikir

b. Instrumen Lokus Pengendalian

Peneliti menggunakan instrumen berupa *questionnaire* yang diadaptasi dari *Rotter's Locus of Control Scale* yang dikembangkan oleh Rotter (1966) untuk mengukur lokus pengendalian pada individu. Instrumen ini terdiri dari 23 pernyataan dan juga ada tambahan 6 *filler items*. *Filler items* adalah item *distractor* atau item pengecoh, dengan tujuan atau untuk mengaburkan tujuan sebenarnya dari kuesioner. Total dari seluruh pernyataan yang ada dalam kuesioner ini adalah 29 pernyataan. Skala dari instrumen ini adalah skala *Likert.* Setiap pernyataan terdiri dari dua pilihan, yaitu pernyataan eksternal dan pernyataan internal. Subjek diminta untuk memilih 1 diantara 2 pilihan.

Skor akhir diperoleh dengan memberikan nilai satu pada setiap nomer item eksternal. Tingginya nilai yang diperoleh, menandakan bahwa orang tersebut memiliki lokus pengendalian eksternal,rendahnya nilai yang diperoleh menandakan seseorang memiliki lokus pengendalian internal.

1) *Blueprint* Instrumen Lokus Pengendalian

Berikut kisi-kisi instrumen lokus pengendalian:

No.	Dimensi	No Item
1	Internal	2b, 3a, 4a, 5a, 6b, 7b, 9b, 10a, 11a, 12a, 13a, 15a, 16b, 17b, 18b, 20b, 21b, 22a, 23b, 25b, 26a, 28a, 29b.
2	Eksternal	2a, 3b, 4b, 5b, 6a, 7a, 9a, 10b, 11b, 12b, 13b, 15b, 16a, 17a, 18a, 20a, 21a, 22b, 23a, 25a, 26b, 28b, 29a.
3	Filler	1,8,14,19,24,27

Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Lokus Pengendalian

2) Pengisian Instrumen

Skala dari instrumen ini adalah skala *Likert.* Setiap pernyataan terdiri dari dua pilihan, yaitu pernyataan eksternal dan pernyataan internal. Subjek diminta untuk memilih 1 diantara 2 pilihan yang paling sesuai dengan dirinya. Skor akhir diperoleh dengan memberikan nilai satu pada setiap item eksternal. Tingginya nilai yang diperoleh, menandakan orang tersebut memiliki lokus pengendalian eksternal, rendahnya nilai yang diperoleh menandakan seseorang memiliki lokus pengendalian internal.

3) Penyekoran Instrumen

Penyekoran dari instrumen lokus pengendalian adalah:

Skor	Keterangan
0	Lokus Pengendalian Internal
1	Lokus Pengendalian Eksternal

Tabel 3.4 Penyekoran Instrumen Lokus Pengendalian

c. Instrumen Efikasi Diri

Dalam penelitian ini, pengukuran efikasi diri menggunakan *General Self Efficacy Scale* milik Ralf Schwazer & Matthias Jerusalem (1995). Skala hanya disajikan dalam 10 item dengan menggunakan 4 rating tentang kebenaran pernyataan tersebut. Skor akhir diperoleh dari penjumlahan keseluruhan item. Semakin tinggi nilai yang diperoleh, semakin tinggi tingkat efikasi diri seseorang seseorang.

1) *Blueprint* Instrumen Efikasi Diri

Berikut kisi-kisi instrumen efikasi diri:

No	Dimensi	Indikator	No. Item	Jumlah item
1	*Level*	Keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas	6, 9	2
		Pemilihan tingkah laku berdasarkan tingkat kesulitan suatu tugas	4, 10	2
2	*Strength*	Tingkat kekuatan keyakinan individu terhadap kemampuannya	8, 2, 1	3
3	*Generality*	Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktivitas	5, 7, 3	3

Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri

2) Pengisian Instrumen

Pada instrumen efikasi diri, disajikan10 item pernyataan dengan menggunakan 4 rating tentang kebenaran pernyataan tersebut. Pilihan jawaban mulai dari 1 (tidak setuju) hingga $ (sangat setuju). Instruksi dari instrumen efikasi diri adalah memberikan penilaian kebenaran pernyataan dengan tanda *checklist* (√) pada setiap pernyataan.

3) Penyekoran Instrumen

Penyekoran dari instrumen efikasi diri adalah sebagai berikut:

Skor	Keterangan
1	Tidak Setuju
2	Agak Setuju
3	Hampir Setuju
4	Sangat Setuju

Tabel 3.6 Penyekoran Instrumen Efikasi Diri

d. Instrumen Distres Psikologis

Alat ukur yang digunakan untuk melihat tingkat distres psikologis dalam penelitian kali ini adalah *Hopkins Symptom Checklist* (Derogatis, 1974) terdiri dari 11 item yang berisikan tingkat *distres* seseorang dengan pernyataan berupa gejala yang dialami dalam periode satu minggu terakhir. Skor akhir diperoleh dari penjumlahan keseluruhan item. Semakin tinggi nilai yang diperoleh, semakin tinggi tingkat distres psikologis seseorang.

1) *Blueprint* Instrumen Distres Psikologis

Berikut adalah kisi-kisi instrumen distres psikologis:

No.	Dimensi	No Item	Jumlah Item
1	Kecemasan	1, 2, 3, 4, 5	5
2	Depresi	6, 7, 8, 9, 10, 11	6
Total			11

Tabel 3.7 Kisi-kisi Instrumen Distres Psikologis

2) Pengisian Instrumen

Skala dalam instrumen ini menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban setiap itemnya. Dengan pilihan responnya (tidak memiliki gejala di hari apapun) hingga 4 (mengalami selama lima sampai 7 hari). Instruksi dari

instrumen distres psikologis adalah responden menigisi kuesioner dengan memberikan tanda *checklist (√)* pada kolom skor pada setiap pernyataan gejala distres psikologis.

3) Penyekoran Instrumen

Penyekoran dari instrumen distres psikologis adalah sebagai berikut:

Skor	Keterangan
1	Tidak memiliki gejala apapun
2	Memiliki selama satu atau dua hari
3	Mengalami selama tiga atau empat hari
4	Mengalami selama lima hari atau lebih

Tabel 3.8 Penyekoran Instrumen Distres Psikologis

2. Validitas Isi dan Uji Keterbacaan

Validitas isi atau validitas konten adalah validitas yang diperhitungkan melalui pengujian terhadap isi instrument dengan analisis rasional. Pengujian konten dilakukan dengan meminta pendapat ahli (*expert judgement)* kepada tiga dosen, yaitu Ibu Nia Nafisah, S. S, M.Pd., Bapak Dr. H. Mubiar Agustin M.Pd. dan Bapak Medianta Tarigan, M.Psi untuk memberikan penilaian mengenai masing-masing item yang sesuai dengan indikator perilaku yang hendak diungkap terhadap item-item yang digunakan dalam alat ukur.

Setelah instrumen selesai ditimbang oleh beberapa dosen lalu direvisi, langkah selanjutnya adalah melakukan uji coba instrumen terhadap subjek yang akan diteliti. Subjek yang digunakan dalam uji coba ini memiliki karakteristik yang sama dengan subjek pengambilan data utama. Jumlah subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah individu baik pria maupun wanita pada usia produktif (25-44 tahun) yang bekerja.

3. Uji Coba Instrumen

a. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu langkah pengujian yang dilakukan terhadap suatu instrumen, dengan tujuan mengukur ketepatan instrumen yang digunakan dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2006). Dalam penelitian ini uji validitas dilakukan dengan uji validitas koefisiensi item dengan uji validitas konstruk.

1. Analisis Item

Analisis item dilakukan menggunakan permodelan *rasch* dengan aplikasi komputer *winstep* pada data *Try Out* untuk memeriksa item yang tidak sesuai dengan data: nilai *outfit Mean Square* (MNSQ) yang diterima: 0,5<MNSQ<1,5; nilai *outfit Z-Standard* (ZSTD) yang diterima: -2,0<ZSTD<+2,0; nilai *Point Measure Correlation* (*Pt Mean Corr*) : 0,4 < *Pt Measure Corr* < 0,85 (Sumintono & Widhiarso, 2015).

a) Analisis Item Instrumen Gaya Berpikir

Kuesioner mengenai gaya berpikir dihitung validitasnya oleh peneliti setelah melakukan uji coba. Hasil yang diperoleh beberapa item dari 65 item dari kuesioner ini tidak signifikan, diantaranya nomor 36, 4, 50, 16, 63, dan 3, sehingga item tersebut harus dibuang dari pengambilan data utama. Dikarenakan kuesioner gaya berpikir menghasilkan skor menjadi satuan tipe, sehingga tidak bisa membuang satu item dari instrumen, serta dengan tujuan untuk menyerdehanakan kuesioner penelitian dalam pengambilan data utama maka peneliti memutuskan untuk membuang 2 item dari 5 item pernyataan setiap tipe gaya berpikir yang skor validitas item yang rendah diantara kelima itemnya. Maka total item yang dibuang dari *Thinking Style Inventory Rev-II* adalah 26 item dari 65 item pernyataan menjadi 39 item.

(a) Analisis Item Instrumen Lokus Pengendalian

Kuesioner mengenai lokus pengendalian dihitung validitasnya oleh peneliti setelah melakukan uji coba. Hasil yang diperoleh beberapa item dari kuesioner ini tidak signifikan, diantaranya item nomor 3, 4, 5, 7, 12,

15, 17, 21, 25 dan 28. Maka peneliti menghapus beberapa item yang tidak signifikan pada kuesioner lokus pengendalian saat pengambilan data utama.

b) Analisis Item Instrumen Distres Psikologis

Setelah melakukan uji coba pada kuesioner ini, peneliti mengukur validitas dari setiap item yang ada, dan hasil yang diperoleh dalam instrumen distres psikologis menunjukan item 2,3,5,7,dan 9 tidak signifikan. Namun untuk kesesuaian alat ukur dengan dimensi/teori distres psikologis, maka peneliti memilih tidak ada item yang dibuang.

2. Validitas Konstruk

Validitas konstruk adalah validitas yang mempermasalahkan seberapa jauh item-item tes mampu mengukur apa yang benar-benar hendak diukur sesuai dengan konsep teori khusus atau definisi konseptual yang telah ditentukan (Djaali & Pudji, 2008). Uji validitas konstruk diuji menggunakan aplikasi LISREL dimana nilai dilihat dari hasil GFI. Apabila nilai GFI mendekati 1 mengindikasikan model yang diuji memiliki kesesuaian yang baik (Hair et al, 1998).

a) Validitas Konstruk Instrumen Gaya Berpikir

Dari hasil CFA LISREL, instrumen gaya berpikir dari 65 item memperoleh nilai GFI = 0,605. Untuk hasil pengujian intrumen gaya berpikir dengan 39 item diperoleh dengan GFI = 0,715.

Diperoleh nilai GFI dari instrumen gaya berpikir 39 item lebih besar dari 65 item, sehingga instrumen thinking style dengan 39 item lebih sesuai dengan teori yang mendasari penyusunan alat ukur tersebut.

b) Validitas Konstruk Instrumen Lokus Pengendalian

Dari hasil CFA LISREL instrumen lokus pengendalian 23 item terdapat nilai GFI = 0,374. Untuk hasil pengujian intrumen lokus pengendalian dengan 13 item diperoleh dengan GFI = 0,465.

Nilai GFI dari instrumen lokus pengendalian 13 item lebih besar dari 23 item, sehingga instrumen lokus pengendalian dengan 13 item lebih sesuai dengan teori yang mendasari penyusunan alat ukur tersebut.

c) Validitas Konstruk Instrumen Distres Psikologis

Berdasarkan hasil CFA LISREL intrumen distres psikologis mendapatkan hasil nilai GFI =0,887. Maka model dari instrumen distres psikologis memiliki kesesuaian yang baik dengan teori yang mendasari instrumen distres psikologis.

b. Reliabilitas

Reliabilitas berhubungan dengan akurasi instrumen dalam mengukur apa yang diukur, kecermatan hasil ukur dan seberapa akurat seandainya dilakukan pengukuranulang (Thorndike & Hagen, 1977). Teknik untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini adalah menggunakan *Coefficient Alpha* (α).

1. Reliabilitas Instrumen Gaya Berpikir

Nilai reliabilitas yang diperoleh dari instrumen gaya berpikir adalah (α =0,95). Reliabilitas dari per tipe yaitu: Legislatif (α = 0,76), Eksekutif (α = 0,72), Yudisial (α= 0,73), Global (α = 0,6), Lokal (α= 0,74), Liberal (α= 0,81), Konservatif (α= 0,65), Hierarki (α= 0,75), Monarki (α= 0,7), Oligarki (α= 0,8), Anarki (α= 0,6), Internal (α=0,74), dan Eksternal (α= 0,78).

2. Reliabilitas Instrumen Lokus Pengendalian

Reliabilitas yang diperoleh dari instrumen lokus pengendalian adalah (α=0,75). Setelah item yang tidak valid dibuang, reliabilitas alat ukur lokus pengendalian pun diperoleh menjadi (α= 0,849).

3. Reliabilitas Instrumen Distres Psikologis

Tingkat reliabilitas yang diperoleh dari instrumen distress psikologsi adalah (α=0,86).

E. Teknik Pengumpulan Data

Alat ukur yang telah mengalami perbaikan setelah diujicobakan kemudian diberikan kepada karyawan usia produktif yang berada di Kota Bandung yang terpilih untuk menjadi subyek meneilitian. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 19 Juli 2016 hingga 9 Agustus 2016 dengan menyebar kuesioner sebanyak 234.

Kuesioner diberikan secara langsung kepada responden oleh peneliti. Kuesioner disebarkan terdiri dari lima bagian, bagian pertama berisi identitas responden, bagian kedua berisi instrumen gaya berpikir, instrumen lokus pengendalian, instrumen efikasi diri, dan insrumen distres psikologis.

F. Teknik Analisis Data

Skala interval merupakan salah satu syarat penggunaan statistik parametrik. Karena data yang ada berskala ordinal, maka sebelum melakukan analisis, data harus dilakukan transformasi dari ordinal menjadi interval. Transformasi data dilakukan menggunakan permodelan Rasch. Pemodelan Rasch mengatasi masalah keintervalan data dengan cara mengakomodasi transformasi logit, atau menerapkan logaritma pada fungsi rasio *odd.* Secara matematis, *logit* diwujudkan dalam persamaan :

$$\text{Logit} = \text{Log}\ (P/(1-P))$$

Dengan mengunakan fungsi logit maka akan didapatkan mistar pengukuran dengan interval yang sama. Dengan terbentuknya mistar *logit* maka kita dapat menggunakan mistar tersebut sebagai acuan untuk membentuk pengukuran suatu skala yang didapatkan dari skor menggunakan kuesioner. Permodelan Rasch akan

membuat hubungan hierarki antara responden dan butir yang digunakan. Skala yang dibentuk menjadi dasar untuk menggali respons partisipan terhadap berbagai peristiwa. Skala yang dihasilkan merupakan analog dengan skala thermometer yang dipakai untuk mengukur suhu. Dengan aplikasi instrumen yang datanya diubah menjadi skala logit yang diperoleh, respons akan mengukur sifat dan kemampuan seseorang berdasarkan hasil ujian atau respons sikap pada kuesioner yang dikerjakan oleh partisipan (Sumintono & Widhiarso, 2015).

Teknik analisa yang digunakan adalah teknik regresi mediasi dengan strategi *causal step*. Desain analisis mediasi yang melibatkan hanya satu variael mediator dinamakan dengan mediasi sederhana (*simple mediation*) adapun prosedur analisis dalam teknik tersebut adalah (Baron, & Kenny, 1986):

1. Meregresikan variabel mediasi (M) pada variabel independen (X)
2. Meregresikan variabel dependen (Y) pada variabel independen (X)
3. Meregresikan variabel dependen (Y) pada kedua variabel independen (X) dan mediasi (M)

Terdapat 3 kondisi yang harus dipenuhi untuk tercapainya mediasi yaitu (Baron & Kenny, 1986):

1. Variabel independen (X) harus mempengaruhi variabel mediasi (M) pada persamaan pertama
2. Variabel independen (X) harus mempengaruhi variabel dependen (Y) pada persamaan kedua
3. Variabel mediasi (M) harus signifikan mempengaruhi variabel dependen (Y) pada persamaan ketiga.

Jika kondisi tersebut sesuai dengan yang diprediksi, maka kekuatan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen berkurang bila mediator ditambahkan pada model (signifikansi antar variabel independen dengan variabel dependen pada persamaan ketiga harus lebih kecil/signifikan dari persamaan kedua). Mediasi yang sempurna berlaku jika independen variabel tidak berpengaruh terhadap variabel dependen ketika mediator dikendalikan. Sedangkan mediasi parsial berlaku

juka hubungan antara variabel independen dan dependen signifikansinya lebih kecil atau tidak signifikan ketika mediator ditambahkan.

Analisis mediasi dengan melibatkan lebih dari satu variabel mediator atau intervening, yang dikenal dengan istilah *multiple mediation*. Dalam pengujian *causal steps,* peneliti perlu mengestimasi empat tahap regresi untuk model mediasi dengan dua mediator yaitu (Mac Kinnon,D. P., 2008):

1. Regresi sederhana variabel dependen (Y) pada variabel independen (X)
2. Persamaan regresi berganda variabel dependen (Y) pada variabel independen dan dua mediator (M1 dan M2)
3. Persamaan regresi sederhana variabel mediator pertama (M1) pada variabel independen (X)
4. Persamaan regresi sederhana variabel mediator kedua (M2) pada variabel independen (X)

Berdasarkan hasil estimasi model regresi tersebut, ada beberapa persyaratan yang harus dipenuhi untuk tercapainya mediasi yaitu:

1. Variabel independen (X) harus signifikan mempengaruhi variabel dependen (Y) pada persamaan pertama.
2. Variabel independen (X) harus signifikan mempengaruhi variabel mediator pertama (M1) pada persamaan ketiga. Dan variabel independen (X) harus signifikan mempengaruhi variabel mediator kedua (M2).
3. Variabel mediator (M1 dan M2) harus signifikan mempengaruhi variabel dependen(Y) setelah variabel independen(X) dikontrol.
4. Direct effect variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) setelah mengontrol kedua mediator M1 dan M2 pada persamaan kedua tidak signifikan untuk terpenuhinya kondisi *perfect* atau *complete mediation*. Namun, jika *direct effect* signifikan namun nilainya berkurang maka ada kemungkinan adanya *partial mediation*.

Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis jalur disimpulkan berdasarkan tingkat signifikansi (*p value*). Hubungan antara variabel dinyatakan

berpengaruh secara signifikan apabila *p value* lebih kecil dari 0,05 (level signifikansi $\alpha = 5\%$)

Sesuai dengan kerangka berpikir yang dibuat peneliti, maka variabel dipenden dalam penelitian ini adalah distres psikologis (Z). Sedangkan variabel independen terdiri dari gaya berpikir (X), serta variabel mediator lokus pengendalian (M_1), dan efikasi diri (M_2).

Perhitungan dilakukan dengan alat bantu komputer. Program yang digunakan merupakan program pengolahan data, yaitu *Microsoft Excel*, *Statistic Package for Social Science* (SPSS), LISREL, dan *Winstep*.

G. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Tahapan yang dilakukan dalam melaksanakan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. **Tahap Persiapan**
   a. Menentukan masalah yang akan diteliti
   b. Melakukan kajian literature untuk mendapatkan teori yang mendukung penelitian
   c. Menyusun proposal penelitian
   d. Menyusun instrumen penelitian
   e. Melakukan uji validitas instrumen dengan *expert judgement*
   f. Melakukan uji coba instrumen
2. **Tahap pelaksanaan**
   a. Melakukan penyebaran kuesioner kepada responden
   b. Mengumpulkan kuesioner yang telah diisi oleh responden
   c. Melakukan pengolahan data dan analisa data
3. **Tahap Pelaporan**
   a. Menyusun laporan dari hasil penelitian dalam bentuk skripsi.