

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Data penelitian *sense of humor* dan sres remaja dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan ketika data yang diperoleh berupa angka-angka (numerikal) dan analisis data menggunakan metode statistika (Azwar, 2004, hlm. 5). Penelitian kuantitatif juga merupakan metode yang digunakan untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antarvariabel, variable-variabel diukur dengan instrument-instrumen penelitian sehingga data yang terdiri atas angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistic (Cresswell, 2014, hlm. 5).

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif melalui studi korelasional. Metode deskriptif digunakan untuk memberikan deskripsi yang jelas mengenai variabel yang diteliti (Reksoadmojdo, 2009, hlm. 41). Studi korelasional merupakan teknik bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variable X dengan variable Y, dan melihat keberartian dari hubungan tersebut (Arikunto, 2010, hlm. 51). Sejalan dengan Arikunto, Sukardi (2011, hlm. 166) juga menjelaskan studi korelasional sebagai penelitian yang dilakukan dengan pengumpulan data dari dua atau lebih variabel untuk kemudian dianalisis adanya hubungan dan tingkat dari hubungan tersebut.

#### **3.2 Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **3.2.1 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 19 Bandung yang berlokasi di Jalan Sadang Luhur XI Kelurahan Sekeloa, Kecamatan Coblong, Kota Bandung. Adapun pemilihan lokasi penelitian ini berdasarkan pertimbangan melalui studi pendahuluan berupa wawancara tidak terstruktur terhadap Guru BK dengan hasil sebagai berikut.

- 1) Melalui studi pendahuluan, ditemukannya permasalahan-permasalahan yang menunjukkan adanya fenomena stres siswa terutama siswa kelas IX, hal ini dikarenakan kelas IX cenderung memiliki stresor yang lebih banyak dari kelas VII dan VIII.
- 2) Berdasarkan penuturan Guru BK SMP Negeri 19 Bandung, secara umum siswa memiliki pribadi serius dan kaku. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa SMP Negeri 19 Bandung memiliki *sense of humor* yang rendah.

Belum adanya penelitian mengenai keterkaitan antara *sense of humor* dengan stres di sekolah tersebut juga mendorong peneliti untuk meneliti hubungan antara *sense of humor* dengan stres di SMP Negeri 19 Bandung kelas IX tahun ajaran 2016/2017.

### 3.2.2 Populasi dan Sampel Penelitian

Merujuk pada pernyataan Arikunto (2010, hlm. 130) populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Lebih lanjut, Sugiyono (2001, hlm. 57) menerangkan bahwa “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Adapun populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX SMP Negeri 19 Bandung pada tahun ajaran 2016-2017. Seluruh populasi penelitian dalam penelitian ini digunakan sebagai sampel penelitian (sensus). Menurut Riduan (2012, hlm. 64) teknik pengambilan sampel dengan menggunakan semua populasi dinamakan sensus.

Populasi dalam penelitian berjumlah 306 orang yang merupakan anggota dari semua kelas IX di SMP Negeri 19 Bandung yang tersaji dalam tabel 3.1.

**Tabel 3.1.**

#### **Populasi Penelitian**

<b>No</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Siswa</b>
1	IX-A	36
2	IX-B	31

No	Kelas	Jumlah Siswa
3	IX-C	34
4	IX-D	36
5	IX-E	31
6	IX-F	31
7	IX-G	36
8	IX-H	37
9	IX-I	34
<b>Jumlah</b>		<b>306</b>

### 3.3 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2004, hlm. 74). Terdapat dua variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini. Variabel pertama adalah *sense of humor* yang berperan sebagai variabel bebas (X) kemudian variabel kedua adalah stres yang berperan sebagai variabel terikat (Y). Adapun definisi operasional dari *sense of humor* dan stres diuraikan sebagai berikut.

#### 3.3.1 *Sense of Humor*

Dalam penelitian ini, *sense of humor* adalah kemampuan individu dalam merespons situasi humor dan hal-hal lucu yang ditunjukkan dengan pemahaman dan penghargaan terhadap hal yang dianggap lucu (*conformist sense*), kuantitas atau seringnya individu tertawa, dan mudahnya individu merasa geli (*quantitative sense*) serta kemampuan individu menceritakan cerita-cerita lucu dan mampu membuat individu lain terhibur (*productive sense*).

Beberapa aspek yang digunakan untuk mengukur *sense of humor* dingkap oleh Eysenck (1972, hlm. xvi), diantaranya:

- 1) *Conformist sense*, berupa kesamaan apresiasi berupa pemahaman dan penghargaan individu terhadap hal yang dianggap lucu.

- 2) *Quantitative sense*, berupa kuantitas atau seringnya individu tertawa, serta mudahnya individu merasa geli.
- 3) *Productive sense*, berupa kemampuan individu untuk menceritakan cerita-cerita lucu dan mampu membuat individu lain terhibur.

### 3.3.2 Stres

Dalam penelitian ini, stres diartikan sebagai reaksi individu yang ditunjukkan oleh gejala pikiran, fisik, perasaan dan perilaku hingga menimbulkan perasaan tidak nyaman dan tertekan akibat adanya tuntutan internal maupun eksternal (stresor) yang melebihi kemampuan adaptasinya.

Berdasarkan definisi operasional stres, gejala-gejala stres yang diteliti merujuk pada pendapat McNamara (2004, hlm. 9-12) adalah sebagai berikut.

- 1) Gejala pikiran meliputi: sulit untuk berkonsentrasi; melupakan suatu hal; sulit untuk membuat keputusan; hilangnya kepercayaan diri; Menunda-nunda sesuatu; tidak mampu berpikir ke depan; Berpikir mengenai hal yang buruk; merasa khawatir daripada memecahkan masalah; dan selalu berusaha ada dalam kontrol.
- 2) Gejala fisik meliputi: sakit dan nyeri; sakit kepala; otot tegang terutama di leher dan bahu; kelelahan; mual; merasa tercekik di tenggorokan; gemetar; mengatupkan gigi dan mengepalkan tangan; jantung berdetak lebih cepat atau tidak dapat merasakan debar jantung/hampa; telapak tangan berkeringat; jari-jari dingin; sering buang air kecil; nafas tidak menentu.
- 3) Gejala perasaan meliputi: marah, agresif, menarik diri (mengasingkan diri), *self-esteem* menjadi yang rendah, *moody*, menangis, sinis, merasa bersalah, cemas atau panik, sensitif yang berlebihan terhadap kritik, ketakutan yang irasional, merasa putus asa, menunjukkan sikap yang bermusuhan, dan merasa menyedihkan.
- 4) Gejala perilaku meliputi buruk dalam mengelola waktu; kurang bisa mengorganisir diri; terburu-buru namun seringkali tidak selesai dalam mengerjakan sesuatu; perubahan pola tidur (tidak bisa tidur atau tidur berlebihan); perubahan pola makan (banyak makan atau kurang makan);

kehilangan kontak dengan teman; menyalahkan orang lain ketika menghadapi masalah; dan bolos sekolah.

### 3.4 Instrumen Penelitian

#### 3.4.1 Jenis Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data mengenai *sense of humor* dan stres dalam penelitian dilakukan dengan menggunakan instrumen. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah instrumen non-tes berupa angket atau kuisioner. Menurut Nasution (1987, hlm. 165) angket atau kuisioner adalah alat ukur penelitian berupa daftar pertanyaan untuk memperoleh keterangan dari responden.

Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket pertanyaan tertutup yaitu angket dengan pilihan jawaban terbatas yang telah ditentukan oleh peneliti (Nasution, 1987, hlm. 166). Adapun angket *sense of humor* dan stres terdiri atas pernyataan dengan beberapa pilihan jawaban sehingga responden diminta untuk memilih salah satu jawaban yang menunjukkan skala peringkat sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberi *checklist* (√).

Skala yang digunakan adalah skala likert yang berupa skala pengukuran sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena (Djaali, 2008, hlm. 28). Skala yang digunakan dalam penelitian ini menunjukkan tingkat kesesuaian dengan memiliki lima alternatif jawaban sebagai berikut: “Sangat Sesuai (SS)”, “Sesuai (S)”, “Kurang Sesuai (KS)”, “Tidak Sesuai (TS)”, “Sangat Tidak Sesuai (STS)”.

#### 3.4.2 Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen

Instrumen untuk mengungkap *sense of humor* dan stres dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian dengan kisi-kisi instrumen:

- 1) kisi-kisi instrumen untuk mengukur *sense of humor* berpedoman pada aspek yang diungkapkan oleh Eysenck (1972, hlm. xvi).
- 2) kisi-kisi instrumen stres dikembangkan berdasarkan gejala yang diungkapkan oleh McNamara (2004, hlm. 9-12).

Adapun kisi-kisi instrumen yang akan disajikan untuk mengukur variabel keduanya disajikan dalam tabel 3.2 dan tabel 3.3.

**Tabel 3.2.**  
**Kisi-Kisi Instrumen *Sense of humor***  
**(Sebelum Uji Kelayakan)**

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No Item (+)</b>	<b>No Item (-)</b>
<i>Conformist sense</i>	Memahami hal yang dianggap lucu	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	
	Menghargai hal lucu	11, 12, 15, 17, 19	13, 14, 16, 18
<i>Quantitative sense</i>	Sering tertawa	20, 21, 23, 24, 25,	22
	Mudah merasa geli	26, 27, 28,29, 30	
<i>Productive sense</i>	Menceritakan hal yang lucu	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39,	
	Membuat orang lain terhibur	40, 41, 45, 46	42, 43, 44

**Tabel 3.3.**  
**Kisi-Kisi Instrumen Stres**  
**(Sebelum Uji Kelayakan Instrumen)**

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No Item</b>
Pikiran	Sulit berkonsentrasi	1, 2, 3
	Melupakan suatu hal	4, 5, 6
	Sulit membuat keputusan	7, 8, 9
	Hilangnya percaya diri	10, 11, 12
	Menunda-nunda sesuatu	13, 14, 15
	Tidak mampu berpikir ke depan	16, 17, 18
	Berpikir mengenai hal yang buruk	19, 20, 21
	Khawatir dan melamun dari pada menyelesaikan masalah	22, 13
	Selalu berusaha ada dalam kontrol	24, 25, 26
	Fisik	Sakit dan nyeri
Sakit kepala		30, 31, 32
Otot tegang terutama di leher dan bahu		33, 34, 35
Kelelahan		36, 37, 38
Mual		39, 40, 41
Merasa tercekik di tenggorokan		42, 43, 44
Gemetar		45, 46, 47
Mengatupkan gigi dan mengepalkan tangan		48, 49, 50
Jantung berdetak lebih cepat atau tidak dapat merasakan debar jantung/hampa		51, 52, 53
Telapak tangan berkeringat		54, 55, 56
Jari-jari dingin		57, 58, 59
Sering buang air kecil		60, 61, 62
Napas tidak menentu		63, 64, 65
Perasaan	Marah	66, 67, 68

Aspek	Indikator	No Item
	Agresif	69, 70, 71
	Menarik diri (mengasingkan diri)	72, 73, 74
	<i>Self-esteem</i> menjadi rendah	75, 76, 77
	<i>moody</i>	78, 79
	Menangis	80, 81, 82
	Sinis	83, 84, 85
	Merasa bersalah	86, 87, 88
	Cemas atau panik	89, 90, 91
	Sensitif yang berlebihan terhadap kritik	92, 93, 94
	Ketakutan yang irasional	95, 96, 97
	Merasa putus asa	98, 99, 100
	Menunjukkan sikap yang bermusuhan	101, 102, 103
	Merasa menyedihkan	104, 105, 106
Perilaku	Buruk dalam mengelola waktu	107, 108, 109
	Kurang bisa mengorganisir diri	110, 111, 112
	Selalu terburu-buru namun tidak selesai dalam melakukan sesuatu	113, 114, 115
	Perubahan pola tidur	116, 117, 118
	Perubahan pola makan	119, 120, 121
	Kehilangan kontak dengan teman	122, 123, 124
	Menyalahkan orang lain ketika mengalami masalah	125, 126, 127
	Bolos sekolah	128, 129, 130

### 3.4.3 Penyusunan Item Pernyataan

Ahmad Fathurrozak, 2016

**HUBUNGAN SENSE OF HUMOR DENGAN STRES REMAJA SERTA IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Penyusunan item pernyataan dilakukan peneliti sebagai penjabaran dari kisi-kisi instrumen yang telah dirancang sebelumnya. Instrumen *sense of humor* terdiri dari pernyataan positif dan negatif, sedangkan instrumen stres keseluruhannya menggunakan pernyataan positif.

#### 3.4.4 Uji Kelayakan Instrumen

Sebagai upaya mengukur layak tidaknya instrumen *sense of humor* dan instrumen stres yang diberikan pada responden dilakukan dengan uji kelayakan. Uji kelayakan dilakukan oleh dosen ahli dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dengan menimbang setiap item pernyataan dari segi konstruk, isi dan bahasa.

Uji kelayakan dilakukan oleh Dr. Nandang Budiman, M.Si dan Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. pada tanggal 22 Agustus sampai dengan 20 September 2016.

Berikut adalah hasil dari uji kelayakan disajikan pada table 3.4 dan 3.6.

**Tabel 3.4.**  
**Hasil Uji kelayakan *Sense of Humor***

Keterangan	Item
Memadai	2, 3, 5, 8, 10, 11, 12, 15, 22, 25, 28, 30, 32, 33, 34, 35, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46
Revisi	1, 4, 6, 7, 9, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 29, 30, 31, 37, 36, 38
Buang	-

**Tabel 3.5.**  
**Kisi-Kisi Instrumen *Sense of Humor* (Setelah Uji Kelayakan)**

Aspek	Indikator	No Item (+)	No Item (-)
<i>Conformist sense</i>	Memahami hal yang dianggap lucu	1, 2, 3, 4, 5, 6,	

Aspek	Indikator	No Item (+)	No Item (-)
		7, 8, 9, 10	
	Menghargai hal lucu	11, 12, 15, 17, 19	13, 14, 16, 18
<i>Quantitative sense</i>	Sering tertawa	20, 21, 23, 24, 25,	22
	Mudah merasa geli	26, 27, 28, 29, 30	
<i>Productive sense</i>	Menceritakan hal yang lucu	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39,	
	Membuat orang lain terhibur	40, 41, 45, 46	42, 43, 44

Tabel 3.6.

## Hasil Uji kelayakan Instrumen Stres

Keterangan	Item
Memadai	2, 3, 4, 6, 7, 13, 14, 16, 18, 20, 21, 26, 31, 32, 36, 37, 38, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61, 66, 67, 68, 70, 72, 75, 77, 80, 81, 82, 86, 87, 88, 90, 93, 97, 99, 101, 105, 107, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 128, 129, 130
Revisi	1, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 15, 17, 19, 22, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 33, 34, 35, 39, 40, 48, 49, 50, 60, 62, 63, 64, 65, 69, 71, 73, 74, 76, 78, 79, 83, 84, 89, 91, 92, 94, 95, 96, 98, 100, 102, 103, 106, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 126, 127
Buang	25, 85, 104

**Tabel 3.7.**  
**Kisi-Kisi Instrumen Stres**  
**(Setelah Uji Kelayakan)**

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No Item</b>
Pikiran	Sulit berkonsentrasi	1, 2, 3
	Melupakan suatu hal	4, 5, 6
	Sulit membuat keputusan	7, 8, 9
	Hilangnya percaya diri	10, 11, 12
	Menunda-nunda sesuatu	13, 14, 15
	Tidak mampu berpikir ke depan	16, 17, 18
	Berpikir mengenai hal yang buruk	19, 20, 21
	Khawatir dan melamun dari pada menyelesaikan masalah	22, 23
	Selalu berusaha ada dalam kontrol	24, 25
	Fisik	Sakit dan nyeri
Sakit kepala		29, 30, 31,
Otot tegang terutama di leher dan bahu		32, 33, 34
Kelelahan		35, 36, 37
Mual		38, 39, 40
Merasa tercekik di tenggorokan		41, 42, 43
Gemetar		44, 45, 46
Mengatupkan gigi dan mengepalkan tangan		47, 48, 49
Jantung berdetak lebih cepat atau tidak dapat merasakan debar jantung/hampa		50, 51, 52
Telapak tangan berkeringat		53, 54, 55
Jari-jari dingin		56, 57, 58

<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No Item</b>
	Sering buang air kecil	59, 60, 61
	Napas tidak menentu	62, 63, 64
Perasaan	Marah	65, 66, 67
	Agresif	68, 69, 70
	Menarik diri (mengasingkan diri)	71, 72, 73
	<i>Self-esteem</i> menjadi rendah	74, 75, 76
	<i>moody</i>	77, 78
	Menangis	79, 80, 81
	Sinis	82, 83
	Merasa bersalah	84, 85, 86
	Cemas atau panik	87, 88, 89
	Sensitif yang berlebihan terhadap kritik	90, 91, 92
	Ketakutan yang irasional	93, 94, 95
	Merasa putus asa	96, 97, 98
	Menunjukkan sikap yang bermusuhan	99, 100, 101
Merasa menyedihkan	102, 103	
Perilaku	Buruk dalam mengelola waktu	104, 105, 106
	Kurang bisa mengorganisir diri	107, 108, 109
	Selalu terburu-buru namun tidak selesai dalam melakukan sesuatu	110, 111, 112
	Perubahan pola tidur	113, 114, 115
	Perubahan pola makan	116, 117, 118
	Kehilangan kontak dengan teman	119, 120, 121
	Menyalahkan orang lain ketika mengalami masalah	122, 123, 124

Aspek	Indikator	No Item
	Bolos sekolah	125, 126, 127

### 3.4.5 Uji Keterbacaan

Sebelum instrumen diberikan kepada responden sebelumnya dilakukan uji keterbacaan terlebih dahulu kepada lima orang dari populasi penelitian. Uji keterbacaan dilakukan untuk melihat item pernyataan yang sulit dipahami responden sehingga dapat diperbaiki sebelum instrument diberikan secara empiris kepada responden yang sebenarnya.

Pengujian dilakukan kepada lima orang siswa kelas IX SMP Negeri 19 Bandung. Adapun hasil dari uji keterbacaan, semua item pernyataan dalam instrument cukup memadai dan dapat dipahami siswa baik dari segi makna maupun bahasa.

### 3.4.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

#### 3.4.6.1 Uji Validitas

Menurut Azwar, (2012, hlm. 92) sebuah item dinyatakan valid ketika item dapat mengukur secara tepat atribut yang hendak diukur. Semakin tinggi nilai validitas, maka menunjukkan bahwa item tersebut semakin valid. Uji validitas instrumen dilakukan dengan mengkorelasikan tiap item dengan skor total yang merupakan jumlah tiap skor butir (Sugiyono, 2001, hlm. 106).

Uji validitas item dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi *Spearman-Brown* melalui program *IBM SPSS V.23 for windows*. Rumus *Spearman-Brown* dipilih karena hasil pengukuran dari instrumen menggunakan alternatif jawaban yang menghasilkan data ordinal (Reksoatmodjo, 2009, hlm. 4).

Berikut adalah hasil penghitungan uji validitas item pada instrumen *sense of humor* dan instrumen stres tersaji yang tabel 3.8. dan tabel 3.9.

**Tabel 3.8.**  
**Hasil Uji Validitas Variabel *Sense of Humor***

<b>Signifikansi</b>	<b>Nomor Item</b>	<b>Jumlah</b>
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 43	40
Tidak Valid	6, 13, 14, 16, 42, 44	6

**Tabel 3.9.**  
**Hasil Uji Validitas Variabel Stres**

<b>Signifikansi</b>	<b>Nomor Item</b>	<b>Jumlah</b>
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124	121
Tidak Valid	24, 37, 69, 104, 125, 127	6

Berdasarkan hasil dari uji validitas item, pada instrumen *sense of humor* menunjukkan bahwa 40 item dinyatakan valid dan 6 item dinyatakan tidak valid, sedangkan pada instrumen stres menunjukkan bahwa 121 item dinyatakan valid dan 6 item dinyatakan tidak valid.

### 3.4.6.2 Uji Reliabilitas

Langkah selanjutnya setelah pengujian validitas adalah melakukan uji realibilitas instrumen. Uji realibilitas dilakukan untuk melihat sejauh mana instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat dipercaya (reliabel). Menurut Arikunto (2010, hlm.154) realibel memiliki arti bahwa instrumen ajeg (tetap baik) dan dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data dengan menghasilkan skor yang relatif sama dan tidak berubah ketika digunakan kembali.

Menurut Supangat (2010, hlm. 187) realibilitas pada suatu instrumen terkait dengan konsistensi atau kestabilan hasil pengukuran yang diperoleh dari subjek yang sama ketika dilakukan tes ulang.

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* melalui program *IBM SPSS V.23 for windows*. Sebagai tolak ukur, digunakan kriteria rentang koefisien realibilitas sebagai berikut.

**Tabel 3.10.**  
**Kriteria Realibilitas Instrumen**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kriteria</b>
0.00 – 0.199	Derajat keterandalan sangat rendah
0.20 – 0.399	Derajat keterandalan rendah
0.40 – 0.599	Derajat keterandalan sedang
0.60 – 0.799	Derajat keterandalan tinggi
0.80 – 1.00	Derajat keterandalan sangat tinggi

(Arikunto, 2010, hlm. 276)

Adapun hasil dari uji reliabilitas dari instrumen *sense of humor* dan instrumen stres tersaji dalam tabel 3.11 dan 3.12.

**Tabel 3.11.**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen *Sense of Humor***

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.862	46

**Tabel 3.12.**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Stres**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.949	127

Hasil dari uji reliabilitas instrumen *sense of humor* menunjukkan nilai reliabilitas sebesar 0,862 (sangat tinggi), sedangkan instrumen stres menunjukkan nilai reliabilitas sebesar 0,949 (sangat tinggi). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua instrumen dikatakan reliabel dengan derajat keterandalan sangat tinggi dengan kata lain instrumen *sense of humor* dan instrumen stres mampu menghasilkan skor-skor yang konsisten pada setiap item dan layak untuk dijadikan instrumen penelitian.

### 3.5 Teknik Pengolahan Data

#### 3.5.1 Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan dengan memeriksa data yang telah diperoleh dan memilih data yang memadai untuk diolah. Berikut adalah tahapan verifikasi yang dilakukan yaitu.

- 1) Mengecek jumlah angket yang dikumpulkan dengan jumlah responden penelitian.
- 2) mentabulasi data dengan *input* data dan melakukan penyekoran terhadap item-item dengan skor yang telah ditentukan.

Ahmad Fathurrozak, 2016

**HUBUNGAN SENSE OF HUMOR DENGAN STRES REMAJA SERTA IMPLIKASINYA BAGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- 3) Melakukan penghitungan statistik terhadap data sesuai dengan analisis yang dibutuhkan.

### 3.5.2 Penyekoran Data

Instrumen yang digunakan berupa angket berskala dengan kategori pilihan jawaban. Adapun alternatif respon pernyataan yang digunakan ialah skala likert dengan lima pilihan jawaban “Sangat Sesuai (SS)”, “Sesuai (S)”, “Kurang Sesuai (KS)”, “Tidak Sesuai (TS)”, “Sangat Tidak Sesuai (STS)”. Adapun pedoman skoring dalam instrumen ini adalah sebagai berikut.

**Tabel 3.13.**  
**Bobot Nilai Jawaban Instrumen**  
*Sense of Humor dan Stres*

<b>Alternatif Jawaban</b>	<b>Item positif (+)</b>	<b>Item negatif (-)</b>
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Kurang Sesuai (KS)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

## 3.6 Analisis Data

### 3.6.1 Kategorisasi Data

Kategorisasi data dilakukan untuk melihat kecenderungan umum dan menghitung banyaknya siswa masuk ketegori pada variabel *sense of humor* dan stres. Kategorisasi data diawali dengan mengelompokan data menjadi tiga kategori dengan mengubah lima pilihan jawaban pada instrumen menjadi tiga

kategori. Adapun kategori yang digunakan dalam menunjukkan tingkat *sense of humor* dan stres adalah “tinggi”, “sedang”, dan “rendah”.

Kecenderungan umum diperoleh melalui median dari data yang disesuaikan dengan kategori yang telah dibuat. Rumus median digunakan karena data yang diperoleh dari instrumen berbentuk ordinal. Untuk menghitung frekuensi dan persentase siswa kelas IX SMP Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017 pada setiap kategori dalam variabel *sense of humor* dan stres dilakukan dengan melakukan distribusi frekuensi melalui *IBM SPSS V.23 for windows*.

Adapun interpretasi dari setiap kategori *sense of humor* dan stres adalah tersaji dalam tabel 3.15 dan 3.16 berikut.

**Tabel 3.14.**

**Interpretasi Skor Kategori *Sense of Humor***

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategori</b>	<b>Interpretasi</b>
> 3,33	Tinggi	Siswa pada kategori tinggi menunjukkan kesesuaian dengan lebih dari empat indikator pada aspek <i>conformist sense, quantitative sense, productive sense</i> .
1,68 – 3,33	Sedang	Siswa pada kategori sedang menunjukkan kesesuaian dengan sekitar dua sampai empat indikator pada aspek <i>conformist sense, quantitative sense, productive sense</i> .
< 1,68	Rendah	Siswa pada kategori rendah menunjukkan kesesuaian dengan sekitar 2 indikator pada aspek <i>conformist sense, quantitative sense, productive sense</i> .

**Tabel 3.15.**

**Interpretasi Skor Kategori Stres**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategori Stres</b>	<b>Interpretasi</b>
> 3,33	Tinggi	Siswa pada kategori tinggi menunjukkan kesesuaian dengan lebih dari 30 indikator stres pada aspek pikiran, fisik, perasaan dan

		perilaku.
1,68 – 3,33	Sedang	Siswa pada kategori sedang menunjukkan kesesuaian dengan sekitar 15-30 indikator stres pada aspek pikiran, fisik, perasaan dan perilaku.
< 1,68	Rendah	Siswa pada kategori rendah menunjukkan kesesuaian dengan sekitar 15 indikator stres pada aspek pikiran, fisik, perasaan dan perilaku.

### 3.6.2 Uji Korelasi Data

Analisis korelasi dalam penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel *sense of humor* dan variabel stres. Uji korelasi dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi *Spearman's Rho* melalui *IBM SPSS V.23 for windows*. Rumus *Spearman-Rho* dipilih karena hasil pengukuran dari instrumen menggunakan alternatif jawaban yang menghasilkan data berbentuk ordinal.

Penggunaan rumus korelasi *Spearman-Rho* tidak memerlukan uji asumsi normalitas dan linearitas regresi. Uji korelasi data juga digunakan untuk menguji hipotesis yang dibuat peneliti.

Adapun hipotesis dalam pengambilan keputusan sebagai berikut:

$H_0$  :  $p = 0$  Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *sense of humor* dan stres siswa kelas IX SMP Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017.

$H_1$  :  $p \neq 0$  Terdapat hubungan yang signifikan antara *sense of humor* dan stres siswa kelas IX SMP Negeri 19 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017.

Dengan ketentuan:

- Nilai signifikansi (Sig.) > 0,05, maka  $H_0$  diterima, artinya tidak terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan stres.
- Nilai signifikansi (Sig.) < 0,05, maka  $H_1$  diterima, artinya terdapat hubungan antara *sense of humor* dengan stres.

Untuk memberikan petunjuk terhadap tingkat koefisien korelasi yang dihasilkan dari uji korelasi digunakan pedoman dari Sugiyono (2001, hlm. 149) sebagai berikut:

**Tabel 3.14.**  
**Interpretasi Koefisien Korelasi**

<b>Interval Koefisien/Korelasi</b>	<b>Tingkat Hubungan</b>
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

### 3.7 Prosedur Penelitian

Adapun prosedur penelitian mengenai *sense of humor* dan stres remaja di SMP Negeri 19 Bandung ini dijabarkan ke dalam beberapa langkah sebagai berikut:

#### 3.7.1 Tahap Persiapan

- 1) Melakukan studi pendahuluan ke SMP Negeri 19 Bandung
- 2) Menyusun proposal penelitian yang berjudul “hubungan *sense of humor* dengan stres remaja” yang kemudian diseminarkan pada mata kuliah metode dan riset BK.
- 3) Proposal yang telah disahkan oleh dosen mata kuliah metode dan riset BK kemudian diserahkan pada dewan skripsi, calon dosen pembimbing dan ketua jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan untuk disetujui dan disahkan.
- 4) Mengajukan permohonan Surat Keputusan (SK) pengangkatan dosen pembimbing pada tingkat fakultas.
- 5) Mengajukan permohonan izin penelitian dari Universitas untuk disampaikan pada pihak SMP Negeri 19 Bandung.

### **3.7.2 Tahap Pelaksanaan**

- 1) Menyusun instrumen penelitian dan diuji kelayakan oleh dua dosen ahli di Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.
- 2) Melaksanakan pengumpulan data melalui penyebaran instrument penelitian di kelas IX SMP Negeri 19 Bandung.
- 3) Melakukan pengolahan, dan menganalisis data yang telah terkumpul.
- 4) Merumuskan pembahasan dari hasil pengolahan data
- 5) merumuskan hasil pengolahan data dengan menarik kesimpulan dan rekomendasi.

### **3.7.3 Tahap Pelaporan**

- 1) Hasil penelitian disusun menjadi laporan akhir penelitian.
- 2) Laporan akhir diujikan pada saat ujian sidang sarjana.
- 3) Hasil ujian sarjana dijadikan sebagai masukan bagi penyempurnaan penelitian.