

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### 1.1 Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang memungkinkan dilakukannya pencatatan data hasil penelitian secara nyata dalam bentuk angka sehingga memudahkan proses analisis dan penafsirannya.

Metode yang digunakan adalah penelitian komparatif (*causal-comparatif research*) atau *ex post facto*. Menurut Kerlinger (Emzir, 2007:119) penelitian kausal komparatif (*causal-comparatif research*) atau *ex post facto* yaitu penyelidikan empiris yang sistematis dimana ilmuwan tidak mengendalikan variabel bebas secara langsung karena eksistensi dari variabel tersebut telah terjadi, atau karena variabel tersebut pada dasarnya tidak dapat dimanipulasi. Penelitian ini disebut sebagai *ex post facto* (dalam bahasa Indonesia 'setelah fakta') karena pengaruh dan yang mempengaruhi telah terjadi dan diteliti oleh peneliti dalam tinjauan ke belakang (*restrospect*) (Emzir, 2007).

## 1.2 Variabel

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres sedangkan sebagai variabel bebas adalah kelas program akselerasi dan kelas reguler menjadi kelompok kontrolnya.

## 1.3 Definisi Operasional

Definisi konseptual stres yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada pendapat Lazarus yang dikemukakan oleh Tracy Herbert dan Sheldon Cohen (1996: 295) yaitu stres sebagai “*a process through which environmental events are interpreted by people in relation to their own values and resources and responded to psychologically, behaviorally, and biologically*”. Diterjemahkan menjadi stres sebagai sebuah proses dimana peristiwa-peristiwa yang terjadi di lingkungan diinterpretasikan oleh manusia dalam hubungannya dengan nilai-nilai yang mereka pegang, sumber pengetahuan mereka (kognitif), dan bagaimana mereka merespon hal tersebut secara psikologis, perubahan perilaku, atau secara biologi. Definisi konseptual tersebut selanjutnya diturunkan menjadi definisi operasional dimana stres dalam PSS mengukur seberapa jauh responden merasakan bahwa diri mereka dalam keadaan tidak dapat diprediksi (*unpredictable*), tak terkontrol (*uncontrolable*), dan kelebihan beban (*overloading*) (PSS; Cohen, Kamarck, & Melmerstein, 1983; Sheldon & Williamson, 1988; Herbert & Cohen, 1996).

Adapun program akselerasi pada penelitian ini menggunakan definisi dari Colangelo (Hawadi, 2004: 5) yaitu sebagai model kurikulum akselerasi berarti

mempercepat bahan ajar dari yang seharusnya dikuasai oleh siswa saat itu. Berarti, akselerasi dilakukan dalam kelas khusus dan siswa dapat menyelesaikan kegiatan belajarnya dalam dua tahun dari waktu yang seharusnya tiga tahun.

#### 1.4 Instrumen Penelitian

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi mengenai perasaan stres yang telah terstandar dan memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang baik. Instrumen ini merupakan *perceived stress scale* (PSS) yaitu *a global measure of perceived stress* yang terdapat dalam *journal of health and social behavior* yang dibuat oleh Sheldon Cohen, Tom Kamarck, dan Robin Mermelstein. Skala ini mengukur persepsi global dari stres yang memberikan beberapa fungsi penting (PSS; Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983). Pertama, skala ini memberikan informasi mengenai proses-proses dimana *event-event* yang menyebabkan stres dapat mempengaruhi patologi. Kedua, PSS (*Perceived Stress scale*) dapat digunakan untuk menyelidiki peran patogenik dari keseluruhan *appraisal stress* dalam situasi dimana sumber-sumber objektif dari stres membingungkan atau sulit diukur. Terakhir, PSS dapat dipandang sebagai sebuah variabel hasil -yang mengukur tingkat stres sebagai fungsi dari peristiwa-peristiwa objektif yang penuh dengan stres, proses coping, faktor-faktor personal, dan sebagainya.

Di dalam pengukuran ini, efek dari sebuah *stressor* diasumsikan terjadi jika ada dua hal, yaitu:

1. Situasi dipandang membahayakan atau menuntut perhatian
2. Sumber coping yang ada tidak memadai

Bagian terpenting dari sudut pandang ini adalah bahwa respon stres tidak didasari semata dari intensitas *event* atau kualitas turunannya, akan tetapi respon itu terkait juga dengan faktor personal dan kontekstual. Selain itu, PSS didisain untuk digunakan dalam komunitas sampel yang sekurang-kurangnya berpendidikan menengah pertama.

#### **1.4.1 Deskripsi Instrumen dan Kategorisasi Skor**

PSS dihadirkan dalam bentuk 14 pernyataan yang dapat diisi sendiri oleh responden. PSS merupakan instrumen yang bersifat unidimensional (Phipps, et al., 2005). PSS mengukur keadaan dimana kehidupan seseorang dianggap penuh dengan stres. Butir-butir pertanyaan PSS didisain untuk mendeteksi seberapa jauh responden merasakan bahwa diri mereka dalam keadaan tidak dapat diprediksi (*unpredictable*), tak terkontrol (*uncontrolable*), dan kelebihan beban (*overloading*) (PSS; Cohen, Kamarck, & Melmerstein, 1983; Sheldon & Williamson, 1988; Herbert & Cohen, 1996).

Skala ini termasuk jenis *summarize rating scale* dimana skor diperoleh dengan menjumlahkan seluruh butir item. Dalam skala ini terdapat 5 interval jawaban dengan nilai 0-4. Kelima alternatif jawaban skala ini yaitu:

Tabel 3-1 Alternatif Jawaban Instrumen PSS

0	Tidak Pernah
1	Jarang
2	Kadang-kadang
3	Agak Sering
4	Sering Sekali

Item-item pertanyaan bersifat negatif, namun untuk item pertanyaan yang positif, maka skornya dibalik menjadi 0=4, 1=3, 2=2, 3=1, dan 4=0. Item-item positif ini adalah item nomor 4, 5, 6, 7, 9, 10 dan 13.

Skor total PSS yang menggambarkan tingkat stres kemudian akan dikategorisasikan berdasarkan Model Distribusi Normal dengan mengasumsikan bahwa skor subjek dalam populasi terdistribusi secara normal (Azwar, 2005). Skor maksimal PSS adalah 56, sedangkan skor minimum adalah 0. Dengan demikian didapatkan rata-rata teoritis ( $\mu$ ) 28. Kemudian rentangan skor skala sebesar 56 ini dibagi 6 untuk mencari estimasi standar deviasi ( $\sigma$ ), diperoleh hasil 10 (dibulatkan). Dengan bekal dua parameter ini, maka dibuat lima kategori sebagai berikut:

Tabel 3-2 Kategori Tingkat Stres Berdasarkan Skor PSS

Rentang skor		Kategori
$X < (\mu - 1,5 \sigma)$	$X < 13$	Sangat Rendah
$(\mu - 1,5 \sigma) < X < (\mu - 0,5 \sigma)$	$13 < X < 23$	Rendah
$(\mu - 0,5 \sigma) < X < (\mu + 0,5 \sigma)$	$23 < X < 33$	Sedang
$(\mu + 0,5 \sigma) < X < (\mu + 1,5 \sigma)$	$33 < X < 43$	Tinggi
$(\mu + 1,5 \sigma) < X$	$43 < X$	Sangat Tinggi

#### 1.4.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen

PSS merupakan alat ukur yang sudah baku dan memiliki nilai validitas dan reliabilitas yang baik. Dalam *journal of health and social behavior*, validitas instrumen ini dikumpulkan dari tiga kelompok sampel dimana dua kelompok diantaranya terdiri dari mahasiswa (*college student*) dan yang lainnya adalah kelompok yang lebih heterogen yang sedang mengikuti program berhenti merokok (*smoking-cessation group*). PSS menunjukkan reliabilitas internal dan test-retest yang baik. Reliabilitas koefisien alpha dari PSS untuk masing-masing sampel adalah 0,84, 0,85, dan 0,86.

Namun validitas prediktif dari PSS diperkirakan akan jatuh drastis setelah empat sampai delapan minggu, karena tingkat stres yang dialami seseorang sangat dipengaruhi dari kejadian-kejadian yang ditemui setiap harinya.

### 1.4.3 Uji Coba Instrumen Penelitian

Walaupun PSS ini merupakan instrumen yang telah baku serta memiliki nilai validitas dan reliabilitas yang cukup tinggi, namun instrumen dalam penelitian ini masih akan dilakukan uji coba. Hal tersebut dikarenakan PSS yang digunakan pada penelitian ini telah mengalami translasi ke dalam bahasa Indonesia, sehingga tidak menutup kemungkinan, penerjemahan memberikan dampak pada karakteristik instrumen penelitian, khususnya dalam hal reliabilitas dan validitas. Dalam penelitian ini data sampel uji coba juga dipakai sebagai data dalam penelitian ini (sampel akan diambil secara *one-shoot sampling*).

Berikut adalah nilai reliabilitas dan validitas hasil uji coba yang disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 3-3 Reliabilitas Instrumen PSS

Cronbach's Alpha	N of Items
.686	14

Tabel di atas merupakan nilai reliabilitas data hasil uji coba terhadap 105 siswa yang menunjukkan bahwa nilai reliabilitas dari seluruh item adalah 0,68. Nilai alpha cronbach menunjukkan korelasi antara item, jika korelasi antar item besar, maka nilai alpha cronbach kemungkinan besar bernilai besar. Tidak ada patokan khusus mengenai nilai baku dari Alpha Cronbach yang mencukupi bagi suatu instrumen. Namun demikian, seringkali angka 0.7 (dibulatkan) dinilai cukup memadai untuk sebuah penelitian sosial.

### **1.5 Teknik Analisis**

Dalam penelitian *ex post facto* ini, melibatkan teknik analisis dengan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif yang digunakan adalah rata-rata (mean), dan standar deviasi (standard deviation). Adapun statistik inferensial yang digunakan adalah uji t yang digunakan untuk melihat apakah terdapat suatu perbedaan yang signifikan antara rata-rata dari dua kelompok (Emzir, 2007).

Uji T akan dilakukan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok yang independen dengan jumlah sampel berbeda untuk masing-masing kelompok. Rumus uji T yang akan dipergunakan pada penelitian ini adalah rumus uji T untuk sampel kecil dan variansi populasi tidak diketahui akan tetapi diasumsikan besarnya sama (Kothari, 2004: 204). Berikut ini adalah rumus untuk uji T yang digunakan,



$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S_{X_1 X_2} \cdot \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

Dimana

$$S_{X_1 X_2} = \sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_{X_1}^2 + (n_2 - 1)S_{X_2}^2}{n_1 + n_2 - 2}}$$

Dimana ,

$\bar{X}$  adalah rata-rata sampel

$n$  adalah jumlah sampel

$S$  adalah Standar deviasi

Uji T memiliki asumsi sebagai berikut,

- 1) Sampel berdistribusi normal.
- 2) Kedua kelompok memiliki variansi yang sama. Jika asumsi ini tidak digunakan maka rumus diatas memerlukan tambahan penyesuaian dengan menggunakan perhitungan derajat kebebasan (*Degree of freedom*).
- 3) Data yang dihasilkan bersifat interval.

## 1.6 Teknik Penentuan Sampel

Penentuan sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan karakteristik tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel yang didasarkan atas kriteria tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Margono, 1996: 128).

### **1.7 Sampel Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat stres yang dialami oleh siswa kelas akselerasi dan siswa kelas reguler, oleh karena itu sampel yang digunakan adalah siswa yang program akselerasi dan siswa kelas reguler yang berada pada angkatan yang sama. Sampel merupakan siswa program akselerasi dan siswa reguler pada tahun angkatan 2008/2009. Masing-masing siswa akselerasi berjumlah 39 orang dan siswa kelas reguler 66 orang sehingga total sampel berjumlah 105 orang.

### **1.8 Prosedur Pengumpulan Data**

Langkah-langkah yang ditempuh dalam prosedur penelitian ini meliputi:

1. Membuat proposal penelitian yang berisi mengenai latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, dan sistematika penulisan pada juni-agustus 2008.
2. Selanjutnya pada awal Oktober 2008 proposal tersebut diajukan kepada dewan pembimbing skripsi dan dosen pembimbing skripsi.

3. Pada minggu keempat bulan Oktober 2008, dewan pembimbing skripsi sudah menetapkan pembimbing I dan II. Setelah itu, proses bimbingan dimulai.
4. Mengajukan permohonan pengangkatan dosen pembimbing skripsi pada tingkat fakultas pada Januari 2010.
5. Pada Desember 2008 mulai merencanakan lokasi penelitian.
6. Melakukan studi pendahuluan ke SMA Negeri 1 Bekasi, sekolah yang akan dijadikan tempat penelitian pada 7 Januari 2009.
7. Mengajukan permohonan izin dari jurusan psikologi yang diketahui oleh dekan fakultas untuk melakukan uji coba instrumen dan penelitian ke sekolah yang akan dijadikan tempat penelitian pada 9 Januari 2009. Selanjutnya surat izin tersebut disampaikan kepada pihak sekolah yang akan dijadikan tempat penelitian, yaitu kepala sekolah SMA Negeri 1 Bekasi.
8. Melaksanakan penelitian (pengambilan data) di SMAN 1 Bekasi pada bulan Januari dan Februari 2009 dengan perincian sebagai berikut:
  - 1) Pada 23 Januari 2009 melakukan uji coba instrumen.
  - 2) Pada 30 dan 20 Januari 2009 melakukan pengambilan data terhadap siswa reguler dengan instrumen yang telah di revisi.
  - 3) 23 dan 27 Februari melakukan pengambilan data terhadap siswa akselerasi dengan instrumen yang telah di revisi.
9. Memasukkan dan mengolah data pada Februari dan Maret 2008.
10. Menganalisis data sembari mencari referensi tambahan pada April-Agustus 2009.