

BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam bab ini diuraikan rancangan penelitian yang dianggap relevan dengan permasalahan yang diteliti untuk menjelaskan hubungan antara stres dengan perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki perokok Fakultas Pendidikan Teknik Kejuruan dan Fakultas Pendidikan Olahraga Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

A. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, karena masalah yang menjadi titik tolak dalam penelitian ini sudah dirumuskan secara jelas oleh peneliti yakni mengenai stres serta kaitannya dengan perilaku merokok yang dilakukan oleh seseorang. Peneliti mengumpulkan data dari responden yang sudah ditetapkan dengan kriteria-kriteria tertentu dengan menggunakan instrumen yang terukur. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan teknik statistik tertentu sehingga dapat menghasilkan kesimpulan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Secara lebih spesifik metode kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasional. Desain penelitian korelasional dipilih karena peneliti bermaksud untuk mengetahui hubungan antara variabel stres dan variabel perilaku merokok, yang mana kedua

variabel ini merupakan variabel yang sudah ada dalam diri subjek penelitian tanpa peneliti harus memberikan perlakuan apapun terhadap subjek.

B. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2010) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi mengenai hal tersebut untuk kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun variabel yang terdapat dalam penelitian ini stres sebagai variabel X, dan perilaku merokok mahasiswa sebagai variabel Y.

2. Definisi Operasional Variabel

a. Stres

Yang dimaksud stres dalam penelitian ini adalah pengalaman keadaan tidak menyenangkan yang dialami mahasiswa karena disebabkan oleh berbagai macam faktor penyebab berupa stressor yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan pembebanan terhadap diri sendiri sehingga menimbulkan berbagai reaksi yaitu reaksi fisiologis, reaksi emosi, reaksi perilaku, serta penilaian kognitif terhadap stres yang dialami, diukur berdasarkan derajat skor Skala Stres yang dirumuskan berdasarkan teori dari Gadzella dan Masten (2005).

b. Perilaku Merokok

Yang dimaksud dengan perilaku merokok dalam penelitian ini adalah kegiatan membakar rokok yang terbuat dari daun tembakau yang dibungkus kertas kemudian menghisap asapnya lalu dihembuskan ke luar tubuh, diukur berdasarkan derajat skor Skala Perilaku Merokok yang dirumuskan berdasarkan teori dimensi perilaku dari Martin dan Pear (2007), mencakup tiga aspek, yaitu durasi merokok, frekuensi merokok, dan intensitas merokok.

C. Pengembangan Alat Pengumpul Data

Dalam penelitian kuantitatif, peneliti menggunakan instrumen untuk mengumpulkan data dan kualitas pengumpulan data merupakan salah satu hal utama yang mempengaruhi kualitas data hasil penelitian (Sugiyono, 2010). Dalam penelitian ini digunakan sumber primer yakni mahasiswa perokok. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberi seperangkat pertanyaan tertulis yang harus dijawab oleh subjek (Sugiyono, 2010).

Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup dimana kuesioner terdiri atas pertanyaan yang disertai jawaban alternatif sehingga responden dapat memilih satu dari jawaban yang telah tersedia. Kuesioner disusun dengan format *summated rating scale* (Likert). Skala Likert merupakan skala

yang skor akhirnya diperoleh dengan menjumlahkan skor item yang ada di dalam skala tersebut (Ihsan, 2009).

Digunakan dua instrumen dalam mengumpulkan data yaitu Skala Stres untuk dan Skala Perilaku Merokok. Kedua instrumen masing-masing mengandung pernyataan favorabel dan pernyataan unfavorabel. Pernyataan favorabel merupakan pernyataan yang mencerminkan perilaku yang menunjukkan kecenderungan terhadap perilaku tersebut, sementara pernyataan unfavorabel merupakan pernyataan yang tidak menunjukkan kecenderungan terhadap perilaku tersebut (Ihsan, 2009).

Skala Stres merupakan modifikasi dari *Student-life Stress Inventory (SSI)*. *SSI* disusun oleh B.M. Gadzella pada tahun 1991 (Gadzella dan Masten, 2005). Instrumen ini dikembangkan dari model stres yang dikemukakan oleh Charles G. Morris (1990, dalam Gadzella dan Masten, 2005). *SSI* terdiri atas pernyataan-pernyataan yang mengidentifikasi lima kategori stressor (frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan *self-imposed*) dan empat kategori dari reaksi terhadap stressor (fisiologis, psikologis, perilaku, dan penilaian kognitif). Di bawah ini pada Tabel 3.1. merupakan kisi-kisi dimensi, indikator, dan pernyataan dari Skala Stres.

Tabel. 3.1. Kisi-kisi Instrumen Skala Stres (Sebelum Uji)

Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
Stres pada mahasiswa (X)	Stressor	Frustrasi	A. Sebagai mahasiswa 1. Saya mengalami frustrasi ketika gagal dalam mencapai tujuan (+) 2. Sehari-hari saya mengalami kerepotan sehingga menghalangi saya dalam mencapai tujuan (+) 3. Saya mengalami kekurangan sumber daya (buku, uang, dsb) (+)

			<p>4. Saya mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan yang telah saya tetapkan (+)</p> <p>5. Saya tidak diterima secara sosial oleh lingkungan (+)</p> <p>6. Saya mengalami frustrasi dalam berpacaran (+)</p> <p>7. Saya merasa telah melewatkan kesempatan yang sebenarnya akan mampu saya lakukan (+)</p>
		Konflik	<p>B. Saya mengalami konflik</p> <p>8. Ketika memilih dua hal yang sama-sama menyenangkan (+)</p> <p>9. Ketika memilih dua hal yang sama-sama tidak menyenangkan (+)</p> <p>10. Ketika tujuan yang telah saya tetapkan memiliki efek negatif dan positif (+)</p>
		Tekanan	<p>C. Saya mengalami tekanan</p> <p>11. Karena berada dalam sebuah kompetisi (nilai, pekerjaan, sehubungan dengan saudara atau teman) (+)</p> <p>12. Karena menghadapi batas waktu (<i>deadline</i> tugas, pembayaran uang) (+)</p> <p>13. Karena banyaknya pekerjaan yang harus dikerjakan dalam satu waktu (+)</p> <p>14. Karena hubungan interpersonal (keluarga, teman) (+)</p>
		Perubahan	<p>D. Saya mengalami</p> <p>15. Perubahan yang tidak menyenangkan dengan sangat cepat (+)</p> <p>16. Banyak perubahan yang terjadi dalam waktu yang sama (+)</p> <p>17. Perubahan yang mengganggu hidup dan tujuan saya (+)</p>
		<i>Self-imposed</i>	<p>E. Sebagai seorang individu</p> <p>18. Saya suka berkompetisi dan saya ingin menang (-)</p> <p>19. Saya suka diperhatikan dan dicintai oleh semua orang (-)</p> <p>20. Saya terlalu mencemaskan banyak hal dan banyak orang (+)</p> <p>21. Saya mempunyai kecenderungan untuk menunda sesuatu yang harus diselesaikan (+)</p> <p>22. Saya merasa harus menemukan</p>

			<p>solusi yang sempurna untuk menyelesaikan masalah yang saya alami (+)</p> <p>23. Saya merasa cemas dan khawatir ketika menghadapi suatu tes atau ujian (+)</p>
Reaksi terhadap stressor	Fisiologis	F.	<p>Dalam situasi yang penuh tekanan, saya:</p> <p>24. Berkeringat (+)</p> <p>25. Gagap (+)</p> <p>26. Gemetar (+)</p> <p>27. Bergerak dengan cepat (berjalan cepat dari satu tempat ke tempat lain) (+)</p> <p>28. Kelelahan (+)</p> <p>29. Sakit perut (+)</p> <p>30. Sesak napas (+)</p> <p>31. Sakit punggung, otot kejang (kram) (+)</p> <p>32. Gatal-gatal (+)</p> <p>33. Sakit kepala sebelah, tekanan darah tinggi, jantung berdetak kencang (+)</p> <p>34. Radang sendi, badan sakit (meriang)</p> <p>35. Demam, flu (+)</p> <p>36. Kehilangan nafsu makan (+)</p> <p>37. Makan berlebihan (+)</p> <p>38. Sulit tidur (+)</p> <p>39. Terlalu banyak tidur (+)</p>
	Psikologis	G.	<p>Ketika berada dalam situasi tertekan, saya merasa</p> <p>40. Takut, cemas, khawatir (+)</p> <p>41. Marah (+)</p> <p>42. Bersalah (+)</p> <p>43. Sedih, depresi (+)</p>
	Perilaku	H.	<p>Ketika berada dalam situasi tertekan, saya</p> <p>44. Menangis (+)</p> <p>45. Menyakiti orang lain (baik verbal, ataupun fisik) (+)</p> <p>46. Merusak diri sendiri (mengkonsumsi narkoba, minum alkohol, dsb) (+)</p> <p>47. Merokok berlebihan (+)</p> <p>48. Cepat marah terhadap orang lain (+)</p> <p>49. Berusaha bunuh diri (+)</p> <p>50. Menggunakan mekanisme pertahanan diri (+)</p> <p>51. Mengasingkan diri dari orang lain (menyendiri)(+)</p>

	Penilaian kognitif	I. Mencagu pada situasi stres, saya 52. Berpikir dan menganalisis sejauh mana tingkat stres yang saya hadapi (-) 53. Berpikir dan menganalisis apakah strategi yang saya gunakan sudah efektif untuk menghadapi stres tersebut (-) 54. Membuat keputusan tanpa memikirkan dampaknya (+)
--	--------------------	--

Untuk setiap pernyataan pada Skala Stres diberikan lima pilihan jawaban, yaitu tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, dan selalu. Penyeoran item dilakukan dengan cara penyeoran langsung dengan ketentuan sebagai berikut.

Tabel 3.2. Sistem Penyeoran Pilihan Jawaban pada Skala Stres

Pilihan Jawaban	Favorabel	Unfavorabel
Tidak pernah	1	5
Jarang	2	4
Kadang-kadang	3	3
Sering	4	2
Selalu	5	1

Perilaku merokok diukur dengan menggunakan Skala Perilaku Merokok, yang dirumuskan berdasarkan pengembangan teori dimensi perilaku oleh Martin dan Pear (2007), meliputi aspek durasi merokok, frekuensi merokok, dan intensitas merokok, dengan kisi-kisi instrumen seperti yang tertera pada tabel 3.3.

Tabel 3.3. Kisi-kisi Instrumen Skala Perilaku Merokok (Sebelum Uji)

Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan	
Perilaku merokok mahasiswa (Variabel Y)	Durasi merokok	Lamanya merokok dalam keadaan tertentu	1. Saya menghabiskan waktu selama 5 menit untuk menghabiskan satu batang rokok (+)	
			2. Saya menghabiskan waktu dengan merokok saat menyendiri (+)	
			3. Saya akan terus merokok saat berada dalam ruangan pribadi saya (+)	
			4. Saya merokok sepanjang perjalanan menuju kampus (+)	
			5. Saya akan berhenti merokok jika orang lain terganggu dengan asap rokok saya (-)	
	Frekuensi merokok	a. Seringnya merokok dalam setiap waktu	6. Setiap bangun tidur, saya langsung merokok (+)	
			7. Saya merokok setiap kali selesai makan (+)	
			8. Saya merokok pada pagi dan malam hari (+)	
			9. Saya merokok di area khusus untuk merokok	
			10. Saya merokok meskipun sedang tidak berada di area khusus untuk perokok (+)	
			11. Saya merokok setiap kali merasa kedinginan (+)	
			12. Saya merokok di tempat yang banyak orang merokok (+)	
			13. Saya merokok setiap kali dilanda masalah (+)	
			14. Saya merokok setiap kali mulut saya terasa asam (+)	
			15. Saya merokok saat berada di kamar tidur (+)	
			16. Saya mampu bertahan untuk tidak merokok selama satu hari (-)	
			b. Seringnya merokok dalam suatu kesempatan	17. Saya merokok saat sedang buang air besar (+)
				18. Saya tetap merokok saat buang air kecil (+)
				19. Saya tidak merokok meskipun sedang santai (-)

			20. Saya merokok saat sedang mengerjakan tugas (+)
			21. Saya tidak merokok saat tidak mempunyai uang (-)
			22. Saya merokok ketika berkumpul bersama teman-teman yang perokok (+)
			23. Saya tidak merokok saat bersama dengan pacar (-)
			24. Saya merokok ketika ditawari rokok oleh teman (+)
	Intensitas Merokok	a. Batang rokok yang dihisap dalam setiap waktu	25. Saya menghabiskan lebih dari 10 batang rokok setiap hari (+)
			26. Saya menyiapkan rokok selanjutnya apabila rokok yang sedang dihisap akan segera habis (+)
			27. Saya merokok lebih banyak dari biasanya setiap kali gagal dalam suatu tugas (+)
			28. Saya menghabiskan betul satu batang rokok dengan hanya menyisakan sedikit puntung rokoknya saja (+)
			29. Saya sulit menghabiskan satu batang rokok (-)
		b. Batang rokok yang dihisap dalam suatu kesempatan	30. Saat sedang mengerjakan tugas, saya menghabiskan lebih dari satu bungkus rokok (+)
			31. Saat berkumpul dengan teman-teman, saya merokok lebih sedikit dari biasanya (-)
			32. Saya menghabiskan lebih banyak rokok saat merasa banyak masalah (+)
			33. Saya menghabiskan lebih sedikit rokok saat berada di tempat keramaian (-)
			34. Saat bersama orang tua, saya tidak merokok walau satu batang pun (-)

Untuk setiap pernyataan pada Skala Perilaku Merokok diberikan empat pilihan jawaban, yaitu tidak pernah, kadang-kadang, sering, dan selalu. Penyekoran item dilakukan dengan cara penyekoran langsung dengan ketentuan sebagai berikut.

Tabel 3.4. Sistem Penyekoran Pilihan Jawaban pada Skala Perilaku Merokok

Pilihan Jawaban	Favorabel	Unfavorabel
Tidak pernah	1	4
Kadang-kadang	2	3
Sering	3	2
Selalu	4	1

Salah satu hal utama yang mempengaruhi kualitas hasil penelitian adalah kualitas instrumen penelitian yang berkenaan dengan validitas dan reliabilitas instrumen (Sugiyono, 2010). Oleh karena itu sebelum alat ukur tersebut digunakan, peneliti terlebih dahulu harus mengetahui validitas dan reliabilitas dari instrumen tersebut.

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah sejauh mana kecermatan dan ketepatan alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya (Azwar, 1999). Suatu instrumen atau alat ukur dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi alat ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut.

Oleh karena instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan instrumen *nontest* yang jawabannya bersifat “positif dan negatif”, bukan “salah dan benar”, maka dilakukan pengujian validitas konstruksi (*construct validity*) (Sugiyono, 2010). Instrumen yang mempunyai validitas konstruksi adalah instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur gejala sesuai dengan yang didefinisikan. Untuk menguji validitas konstruksi dilakukan melalui pengujian isi tes secara rasional melalui pendapat ahli (*judgment experts*) (Sugiyono, 2010).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini melewati proses *judgment experts* oleh ibu Dra. Herlina, Psi. dan bapak Helli Ihsan, M.Si. Tidak ada item yang harus dihilangkan pada Skala Stres, akan tetapi dilakukan beberapa revisi terhadap redaksi instruksi dan item pernyataan. Sementara itu terdapat dua item yang dihilangkan pada Skala Perilaku Merokok yakni item nomor 15 dan nomor 20, sehingga jumlah pernyataan menjadi 32 item. Berikut ini merupakan kisi-kisi instrumen setelah *judgment*.

Tabel. 3.5. Kisi-kisi Instrumen Skala Stres (Setelah *Judgment*)

Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
Stres pada mahasiswa (X)	Stressor	Frustrasi	<p>A. Sebagai seorang mahasiswa</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Saya mengalami frustrasi ketika gagal dalam mencapai tujuan (+) 2. Sehari-hari saya mengalami kerepotan sehingga menghalangi saya dalam mencapai tujuan (+) 3. Saya mengalami kekurangan sumber daya (buku, uang, dsb) (+) 4. Saya mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan yang telah saya tetapkan (+) 5. Saya tidak diterima secara sosial oleh lingkungan (+) 6. Saya mengalami frustrasi dalam berpacaran (+) 7. Saya merasa telah melewatkan kesempatan yang sebenarnya akan mampu saya lakukan (+)
		Konflik	<p>B. Saya mengalami konflik ketika:</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Harus memilih salah satu dari dua atau lebih hal yang sama-sama menyenangkan (+) 9. Harus memilih salah satu dari dua atau lebih hal yang sama-sama tidak menyenangkan (+) 10. Tujuan yang harus saya capai memiliki efek positif dan negatif (+)

		Tekanan	<p>C. Saya merasa tertekan:</p> <p>11. Saat berada dalam situasi persaingan (dalam nilai kuliah, prestasi kerja, hubungan dengan pasangan, teman) (+)</p> <p>12. Saat menghadapi <i>deadline</i> (tugas makalah, pembayaran) (+)</p> <p>13. Bila terdapat banyak tugas atau pekerjaan yang harus dikerjakan dalam satu waktu (+)</p> <p>14. Dalam hubungan interpersonal (hubungan dengan dosen, lingkungan kosan, keluarga, teman, menghadapi harapan orang lain terhadap saya, tanggung jawab terhadap tugas) (+)</p>
		Perubahan	<p>D. Saya mengalami</p> <p>15. Perubahan (eksternal) yang tidak menyenangkan dengan sangat cepat (+)</p> <p>16. Terlalu banyak perubahan (eksternal) yang terjadi dalam waktu yang sama (+)</p> <p>17. Perubahan (eksternal) yang mengganggu kehidupan dan tujuan saya (+)</p>
		<i>Self-imposed</i>	<p>E. Sebagai seorang individu</p> <p>18. Saya merasa senang berkompetisi dan memperoleh kemenangan (-)</p> <p>19. Saya merasa senang diperhatikan dan dicintai oleh semua orang (-)</p> <p>20. Saya sangat mencemaskan banyak hal dan banyak orang (+)</p> <p>21. Saya mempunyai kecenderungan untuk menunda tugas yang harus diselesaikan (+)</p> <p>22. Saya tidak merasa harus menemukan solusi yang sempurna untuk menyelesaikan masalah yang saya alami (+)</p> <p>23. Saya merasa cemas dan khawatir ketika menghadapi tes atau ujian (+)</p>

Reaksi terhadap stressor	Fisiologis	<p>F. Saat mengalami stres dan berada dalam situasi yang penuh tekanan, saya:</p> <p>24. Berkeringat (+)</p> <p>25. Gagap (+)</p> <p>26. Gemetar (+)</p> <p>27. Bergerak dengan cepat (berjalan cepat dari satu tempat ke tempat lain) (+)</p> <p>28. Kelelahan (+)</p> <p>29. Sakit perut (+)</p> <p>30. Sesak napas (+)</p> <p>31. Sakit punggung, otot kejang (kram) (+)</p> <p>32. Gatal-gatal (+)</p> <p>33. Sakit kepala sebelah, tekanan darah tinggi, jantung berdetak kencang (+)</p> <p>34. Radang sendi, badan sakit (meriang) (+)</p> <p>35. Demam, flu (+)</p> <p>36. Kehilangan nafsu makan (+)</p> <p>37. Makan berlebihan (+)</p> <p>38. Sulit tidur (+)</p> <p>39. Terlalu banyak tidur (+)</p>
	Psikologis	<p>G. Saat mengalami stres dan berada dalam situasi yang penuh tekanan, saya:</p> <p>40. Takut, cemas, khawatir (+)</p> <p>41. Marah (+)</p> <p>42. Bersalah (+)</p> <p>43. Sedih, depresi (+)</p>
	Perilaku	<p>H. Saat mengalami stres dan berada dalam situasi yang penuh tekanan, saya:</p> <p>44. Menangis (+)</p> <p>45. Menyakiti orang lain (baik verbal, ataupun fisik) (+)</p> <p>46. Merusak diri sendiri (mengkonsumsi narkoba, minum alkohol, dsb) (+)</p> <p>47. Merokok berlebihan (+)</p> <p>48. Cepat marah terhadap orang lain (+)</p> <p>49. Berusaha bunuh diri (+)</p> <p>50. Menggunakan mekanisme pertahanan diri (+)</p> <p>51. Mengasingkan diri dari orang lain (menyendiri) (+)</p>

		Penilaian kognitif	<p>I. Saat merasa sedang stres, saya</p> <p>52. Berpikir dan menganalisis sejauh mana tingkat stres yang saya hadapi (-)</p> <p>53. Berpikir dan menganalisis apakah strategi yang saya gunakan sudah efektif untuk menghadapi stres tersebut (-)</p> <p>54. Membuat keputusan tanpa memikirkan dampaknya (+)</p>
--	--	--------------------	---

Tabel 3.6. Kisi-kisi Instrumen Skala Perilaku Merokok (Setelah *Judgment*)

Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
Perilaku merokok mahasiswa (Variabel Y)	Durasi merokok	Lamanya merokok dalam keadaan tertentu	1. Saya menghabiskan satu batang rokok dalam waktu yang singkat (+)
			2. Saat sendiri saya menghabiskan waktu dengan merokok (+)
			3. Saya akan terus merokok selama berada dalam ruangan pribadi saya (+)
			4. Saya merokok sepanjang perjalanan menuju ke suatu tempat (+)
			5. Saya akan berhenti merokok jika orang lain terganggu dengan asap rokok saya (-)
	Frekuensi merokok	c. Seringnya merokok dalam setiap waktu	6. Setiap bangun tidur, saya langsung merokok (+)
			7. Saya merokok setiap kali selesai makan (+)
			8. Saya merokok pada pagi dan malam hari (+)
			9. Saya merokok di area khusus untuk merokok
			10. Saya merokok meskipun sedang tidak berada di area khusus untuk perokok (+)
			11. Saya merokok setiap kali merasa kedinginan (+)
			12. Saya merokok di tempat yang banyak orang merokok (+)

			13. Saya merokok setiap kali dilanda masalah (+)
			14. Saya merokok setiap kali mulut saya terasa asam (+)
			15. Saya mampu bertahan untuk tidak merokok selama satu hari (-)
		d. Seringnya merokok dalam suatu kesempatan	16. Saya merokok saat sedang buang air besar (+)
			17. Saya tetap merokok saat buang air kecil (+)
			18. Saya tidak merokok meskipun sedang santai (-)
			19. Saya tidak merokok saat tidak mempunyai uang (-)
			20. Saya merokok ketika berkumpul bersama teman-teman yang perokok (+)
			21. Saya tidak merokok saat bersama dengan pacar (-)
			22. Saya merokok ketika ditawari rokok oleh teman (+)
	Intensitas Merokok	c. Batang rokok yang dihisap dalam setiap waktu	23. Saya menghabiskan lebih dari 10 batang rokok setiap hari (+)
			24. Saya menyiapkan rokok selanjutnya apabila rokok yang sedang dihisap akan segera habis (+)
			25. Saya merokok lebih banyak dari biasanya setiap kali gagal dalam suatu tugas (+)
			26. Saya menghabiskan betul satu batang rokok dengan hanya menyisakan sedikit puntung rokoknya saja (+)
			27. Saya sulit menghabiskan satu batang rokok (-)
		d. Batang rokok yang dihisap dalam suatu kesempatan	28. Saat sedang mengerjakan tugas, saya menghabiskan lebih banyak rokok dari biasanya (+)
			29. Saat berkumpul dengan teman-teman, saya merokok lebih sedikit dari biasanya (-)
			30. Saya menghabiskan lebih banyak rokok saat merasa

			banyak masalah (+)
			31. Saya menghabiskan lebih sedikit rokok saat berada di tempat keramaian (-)
			32. Saat bersama orang tua, saya tidak merokok walau satu batang pun (-)

Setelah pengujian isi tes oleh ahli maka instrumen diujicobakan kepada sampel lain yang memiliki karakter sama dengan sampel penelitian untuk mengetahui sejauh mana skor-skor hasil pengukuran instrumen tersebut merefleksikan konstruksi teoritis yang mendasari instrumen tersebut (Allen dan Yen, seperti yang dikutip Azwar, 2009). Dalam penelitian ini instrumen diujicobakan kepada 30 orang mahasiswa Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis yang memiliki karakteristik sama dengan sampel, yakni mahasiswa laki-laki berusia antara 18-25 tahun, dan merupakan perokok aktif.

Setelah data ditabulasikan, pengujian validitas konstruk dilakukan dengan mengkorelasikan jumlah skor faktor dengan skor total item. Menurut Sugiyono (2010) apabila korelasi tiap faktor tersebut positif dan besarnya 0,3 ke atas maka faktor tersebut merupakan konstruk yang kuat.

Dalam Skala Stres, terdapat dua dimensi atau dua faktor yakni stressor dan respon terhadap stressor. Sementara itu dalam Skala Perilaku Merokok, terdapat tiga faktor, yaitu durasi merokok, frekuensi merokok, dan intensitas merokok. Dari hasil perhitungan menggunakan bantuan *Microsoft Excel* didapatkan koefisien korelasi masing-masing faktor seperti yang tertera pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.7. Hasil Perhitungan Pengujian Koefisien Korelasi Jumlah Faktor dengan Skor Total Item

Variabel	Dimensi	Koefisien korelasi
Stres	Stressor	0,85
	Respon terhadap stressor	0,93
Perilaku merokok	Durasi merokok	0,69
	Frekuensi merokok	0,87
	Intensitas merokok	0,69

Berdasarkan Tabel 3.7. di atas dapat dilihat bahwa koefisien korelasi dari semua faktor atau dimensi terhadap masing-masing variabel berada di atas 0,30. Sehingga dapat disimpulkan bahwa setiap faktor merupakan konstruk yang valid untuk mengukur variabel tersebut.

Selanjutnya dilakukan uji validitas item dengan cara mengkorelasikan antara skor item dengan skor total item (Azwar, 1999). Interkorelasi yang tinggi antara skor item dengan skor totalnya dapat dianggap bukti bahwa tes secara keseluruhan mengukur satu sifat atau satu variabel yang sama.

Untuk menyeleksi item yang signifikan atau valid dan menghilangkan item yang tidak valid dilihat dari korelasi item total terkoreksi (*corrected item-total correlation*). Bila harga korelasi di bawah 0,30 maka dapat disimpulkan bahwa item tersebut tidak valid (Sugiyono, 2010). Namun menurut Ihsan (2009) sebagian ahli psikometri berpendapat dan menyepakati bahwa harga korelasi 0,20 adalah cukup. Hal ini dilakukan apabila item tersebut dihapus maka akan ada indikator

yang terbuang. Oleh karena itu dalam penelitian ini, pemilihan item dilakukan dengan menyeleksi item yang memiliki harga korelasi 0,20.

Perhitungan seleksi item dilakukan dengan menggunakan bantuan *software SPSS 17.0*. Berikut ini merupakan hasil perhitungan pengujian validitas item untuk masing-masing skala.

Tabel 3.8. Hasil Perhitungan Pengujian Validitas Item Skala Stres

Item	Corrected Item-Total Correlation	Keputusan
Item1	.556	valid
Item2	.605	valid
Item3	.356	valid
Item4	.600	valid
Item5	.518	valid
Item6	.677	valid
Item7	.403	valid
Item8	.578	valid
Item9	.480	valid
Item10	.442	valid
Item11	.443	valid
Item12	.559	valid
Item13	.373	valid
Item14	.142	tidak valid
Item15	.261	valid
Item16	.431	valid
Item17	.118	tidak valid
Item18	-.276	tidak valid
Item19	-.322	tidak valid
Item20	.168	tidak valid
Item21	.460	valid
Item22	.388	valid
Item23	.575	valid

Item24	.451	valid
Item25	.477	valid
Item26	.538	valid
Item27	.241	valid
Item28	.370	valid
Item29	.373	valid
Item30	.328	valid
Item31	.418	valid
Item32	.518	valid
Item33	.546	valid
Item34	.477	valid
Item35	.674	valid
Item36	.449	valid
Item37	.487	valid
Item38	.600	valid
Item39	.507	valid
Item40	.354	valid
Item41	.401	valid
Item42	.396	valid
Item43	.419	valid
Item44	.349	valid
Item45	.425	valid
Item46	.468	valid
Item47	.271	valid
Item48	.375	valid
Item49	.116	tidak valid
Item50	.381	valid
Item51	.101	tidak valid
Item52	-.230	tidak valid
Item53	-.194	tidak valid
Item54	.247	valid

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa harga koefisien korelasi yang terendah adalah -0,322, dan yang tertinggi 0,677. Item yang valid merupakan item yang memiliki koefisien korelasi lebih besar dari 0,20, sehingga item yang dinyatakan tidak valid berjumlah 9 item, yakni item nomor 14, 17, 18, 19, 20, 49, 51, 52, dan 53.

**Tabel 3.9. Hasil Perhitungan Pengujian Validitas Item
Skala Perilaku Merokok**

Item	Corrected Item-Total Correlation	Keputusan
Item1	.498	valid
Item2	.732	valid
Item3	.623	valid
Item4	.400	valid
Item5	-.314	tidak valid
Item6	.666	valid
Item7	.725	valid
Item8	.650	valid
Item9	-.069	tidak valid
Item10	.215	valid
Item11	.623	valid
Item12	.584	valid
Item13	.483	valid
Item14	.083	tidak valid
Item15	.350	valid
Item16	.323	valid
Item17	-.190	tidak valid
Item18	.368	valid

Item19	-.017	tidak valid
Item20	.427	valid
Item21	.023	tidak valid
Item22	.429	valid
Item23	.606	valid
Item24	.295	valid
Item25	.243	valid
Item26	.306	Valid
Item27	.206	Valid
Item28	.403	Valid
Item29	-.197	tidak valid
Item30	.458	Valid
Item31	-.256	tidak valid
Item32	.101	tidak valid

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa harga koefisien korelasi yang terendah adalah -0,314, dan yang tertinggi 0,732. Item yang valid merupakan item yang memiliki koefisien korelasi lebih besar dari 0,20, sehingga item yang dinyatakan tidak valid berjumlah 9 item, yakni item nomor 5, 9, 14, 17, 19, 21, 29, 31, dan 32.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas instrumen merujuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat ukur pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2002). Pengujian reliabilitas dilakukan dengan *internal consistency*, artinya pengujian instrumen terhadap responden hanya dilakukan satu

kali, kemudian data dianalisis dengan menggunakan teknik tertentu (Sugiyono, 2010).

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik uji reliabilitas dengan rumus Alpha. Alasan pengujian reliabilitas dengan menggunakan rumus Alpha karena data penelitian bersifat dikotomi. Data yang akan dianalisis berasal dari satu kali pengtesan. Selain itu, rumus Alpha digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya *rating scale*, misalnya angket atau soal bentuk uraian (Arikunto, 2002).

Seperti halnya uji validitas, pengujian reliabilitas juga menghasilkan nilai koefisien yang disebut koefisien reliabilitas. Secara teoretik besarnya koefisien reliabilitas berkisar antara 0 sampai dengan 1 dimana semakin mendekati 1 maka instrumen tersebut semakin bagus dalam artian semakin reliabel (Azwar, 2009).

Sebagai kriteria untuk mengetahui tingkat reliabilitas dapat digunakan klasifikasi dari Arikunto (2002) dengan rentang sebagai berikut.

Tabel 3.10. Tabel Interpretasi Koefisien Reliabilitas

Interval Koefisien	Klasifikasi Reliabilitas
0,80 – 1,00	Derajat keterandalan sangat tinggi
0,60 – 0,799	Derajat keterandalan tinggi
0,40 – 0,599	Derajat keterandalan cukup
0,20 – 0,399	Derajat keterandalan rendah
0,00 – 0,199	Derajat keterandalan sangat rendah

Berikut hasil perhitungan pengujian reliabilitas instrumen Skala Stres dan Skala Perilaku Merokok dengan menggunakan bantuan program SPSS 17.0.

Tabel 3.11. Hasil Perhitungan Pengujian Reliabilitas Instrumen

Instrumen	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
Skala Stres	.898	.905	54
Skala Perilaku Merokok	.798	.801	32

Berdasarkan Tabel 3.11 di atas, dapat dilihat bahwa koefisien reliabilitas yang dimiliki oleh Skala Stres adalah sebesar 0,905 dan koefisien reliabilitas yang dimiliki oleh Skala Perilaku Merokok adalah sebesar 0,801. Menurut Azwar (2009) koefisien reliabilitas di sekitar 0,900 dapat dianggap memuaskan, sehingga dapat dinyatakan bahwa instrumen ini reliabel. Jika berpatokan pada Tabel 3.10. dapat pula diinterpretasikan bahwa Skala Stres dan Skala Perilaku Merokok memiliki derajat keterandalan yang sangat tinggi.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Untuk memperoleh hasil penelitian yang benar, maka diperlukan subjek penelitian yang tepat pula. Sudjana (2000) menyatakan pendapatnya mengenai populasi, yakni totalitas semua nilai, yang mungkin hasil menghitung ataupun pengukuran kuantitatif maupun kualitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan

yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat – sifatnya. Berdasarkan hal tersebut, maka populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa laki-laki perokok di FPTK dan FPOK UPI Bandung. Jumlah populasi target dalam penelitian ini tidak diketahui secara jelas, karena belum ada penelitian survei yang menghitung jumlah mahasiswa perokok di Universitas Pendidikan Indonesia Bandung. Ketidakpastian jumlah populasi selanjutnya akan mempengaruhi teknik pengambilan sampel.

2. Sampel Penelitian

Suatu penelitian tidak mungkin meneliti semua anggota populasi, disebabkan karena adanya keterbatasan biaya, tenaga, dan waktu yang tersedia (Sugiyono, 2010). Oleh karena itu, peneliti diperkenankan untuk mengambil sebagian dari objek populasi yang ditentukan, selama bagian yang diambil tersebut representatif artinya dapat mewakili bagian lain yang tidak diteliti (Sudjana, 2000). Pengambilan sebagian subjek dari populasi dinamakan sampel (Arikunto, 2002).

Mengenai jumlah sampel, Arikunto (2002) menyatakan bahwa apabila jumlah subjek lebih dari 100 orang, maka dapat diambil 10% - 15% atau 20% – 25% atau lebih. Hal ini sesuai dengan pendapat Roscoe yang mengemukakan bahwa “ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500 orang” (Sugiyono, 2009).

Karena jumlah populasi yang tidak jelas atau tidak pasti, maka peneliti melakukan pengambilan sampel dengan tidak acak atau *nonprobability sampling*. Secara lebih spesifik, teknik yang digunakan

adalah *purposive sampling*. Dengan teknik ini sampel diambil dengan maksud atau tujuan tertentu. Peneliti menetapkan jumlah sampel sebanyak 150 orang yang terbagi atas 75 orang mahasiswa FPTK dan 75 orang mahasiswa FPOK UPI. Kriteria sampel dalam penelitian ini, yakni mahasiswa FPTK dan FPOK UPI angkatan 2005 sampai angkatan 2010, berusia 18-25 tahun, dan merupakan perokok aktif. Perokok aktif disini merupakan istilah yang menyatakan seseorang yang melakukan kegiatan merokok, berkebalikan dengan istilah perokok pasif yaitu orang di sekitar perokok yang tidak merokok, namun menghirup asap rokok.

E. Prosedur dan Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Berdasarkan langkah-langkah analisis data yang dikemukakan oleh Sugiyono (2010) maka dalam penelitian ini dilakukan beberapa kegiatan analisis data yaitu pengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis responden, tabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, penyajian data tiap variabel yang diteliti, perhitungan statistik untuk menjawab rumusan masalah, dan perhitungan statistik untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Pengelompokan data atau kategorisasi dilakukan untuk menempatkan responden ke dalam kelompok yang terpisah menurut satu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kategorisasi bersifat relatif sehingga peneliti

memiliki kebebasan untuk menetapkan luas interval kategori secara subjektif selama penetapan tersebut berada pada batas kewajaran (Azwar, 1999).

Dalam penelitian ini digunakan pengelompokan lima kategori untuk pengalaman stres (selalu, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah), dan pengelompokan tiga kategori untuk perilaku merokok (tinggi, sedang dan rendah). Pengelompokan kategori untuk pengalaman stres dilakukan berdasarkan perhitungan skor total dan nilai kategori tertentu yang didapatkan berdasarkan batas nyata interval, sedangkan pengelompokan kategori untuk perilaku merokok dilakukan berdasarkan perhitungan skor rata-rata atau mean baku dari skor ideal (Azwar, 1999).

Langkah-langkah yang dilakukan untuk melakukan pengelompokan kategori pada masing-masing instrumen adalah sebagai berikut.

1. Pengelompokan data stres
 - a. Menghitung skor total masing-masing responden penelitian (x).
 - b. Menghitung nilai kategori masing-masing responden (k) dengan cara membagi skor total masing-masing responden (x) dengan jumlah item (45).
 - c. Pengelompokan subjek ke dalam lima kategori dilakukan berdasarkan ketentuan sebagai berikut.

Tabel 3.12. Kriteria Kategorisasi Data Stres

No.	Kategori	Nilai k
1.	Tidak Pernah	1 – 1,49
2.	Jarang	1,5 – 2,49
3.	Kadang-kadang	2,5 – 3,49
4.	Sering	3,5 – 4,49
5.	Selalu	4,5 – 5

2. Pengelompokan data perilaku merokok

- a. Menghitung skor maksimum dan skor minimum dari masing-masing instrumen berdasarkan sistem penyekoran langsung.

Skor maksimum baku = jumlah soal x skor pilihan jawaban tertinggi.

Skor minimum baku = jumlah soal x skor pilihan jawaban terendah.

- b. Menghitung luas jarak sebaran.

Luas jarak sebaran = skor maksimum baku - skor minimum baku.

- c. Menghitung satuan deviasi standar (σ)

Satuan deviasi standar = jarak sebaran : 6.

- d. Menghitung nilai rata-rata (μ).

- e. Pengelompokan subjek dibagi ke dalam 3 kategori dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 3.13. Kriteria Kategorisasi Data Perilaku Merokok

No.	Rumus Kategorisasi	Kriteria	Kategori
1.	$(\mu + 1,0 \delta) < x$	$69 < x$	Tinggi
2.	$(\mu - 1,0 \delta) \leq x \leq (\mu + 1,0 \delta)$	$46 \leq x \leq 69$	Sedang
3.	$x < (\mu - 1,0 \delta)$	$x < 46$	Rendah

Selanjutnya untuk menguji hipotesis penggunaan teknik statistik dilakukan berdasarkan jenis data yang akan dianalisis dan asumsi-asumsi yang berlaku (Sugiyono, 2010). Jenis data yang dihasilkan dari penelitian ini adalah data ordinal. Hal ini didasarkan pada pendapat yang dikemukakan oleh Guilford (seperti yang dikutip oleh Ihsan, 2009) dan Creswell (2008) bahwa data yang dihasilkan dari angket berbentuk skala likert akan menghasilkan data ordinal.

Selain berdasarkan jenis data, bentuk hipotesis juga mendasari teknik statistik yang digunakan. Oleh karena itu teknik analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik non parametrik yakni dengan menggunakan rumus *Spearman Rank Correlation*, dan dilakukan secara komputerisasi dengan menggunakan bantuan *Microsoft Excel* dan *software SPSS 17.00*. Untuk dapat memberi interpretasi terhadap kuat atau lemahnya hubungan yang didapatkan, maka dapat digunakan pedoman seperti yang tertera pada tabel 3.14. di bawah ini (Arikunto, 2002).

Tabel 3.14. Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00 – 0.199	Sangat lemah
0.20 – 0.399	Lemah
0.40 – 0.599	Sedang
0.60 – 0.799	Kuat
0.80 – 1.000	Sangat kuat

F. Prosedur Penelitian

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian ini meliputi:

1. Menyusun dan mengkonsultasikan proposal penelitian dengan dosen mata kuliah Seminar Psikologi Sosial pada Juli 2011.
2. Proposal penelitian yang telah disahkan oleh penanggungjawab mata kuliah Seminar Psikologi Sosial, selanjutnya diajukan kepada dewan skripsi, calon dosen pembimbing skripsi serta ketua jurusan Psikologi pada bulan September 2011.
3. Mengajukan permohonan pengangkatan dosen pembimbing skripsi pada tingkat fakultas yang kemudian disetujui pada bulan Oktober 2011.

4. Mendiskusikan kembali latar belakang penelitian, kajian teori, dan metode penelitian bersama dosen pembimbing pada bulan November 2011 hingga Desember 2011.
5. Menyusun dan mengembangkan alat pengumpul data berdasarkan dimensi masing-masing variabel penelitian pada akhir Desember 2011.
6. Melakukan *judgment* terhadap setiap item pernyataan angket kepada dosen pembimbing dan dua dosen ahli dari jurusan Psikologi, yaitu Herlina, Psi., dan Helli Ihsan, M.Si. pada pertengahan Januari 2011.
7. Melakukan uji coba instrumen terhadap mahasiswa 30 orang mahasiswa FPEB UPI pada awal Februari 2011.
8. Melakukan uji statistik untuk menentukan validitas dan reliabilitas instrumen pada pertengahan Februari 2011.
9. Mengajukan permohonan izin penelitian dari jurusan Psikologi yang memberikan rekomendasi untuk melanjutkan ke tingkat fakultas dan Rektor UPI.
10. Melaksanakan pengumpulan data dengan menyebarkan angket pada mahasiswa FPTK dan FPOK UPI Bandung. Penyebaran angket memakan waktu satu bulan dari akhir Februari 2011 hingga Maret 2011.
11. Melakukan pengolahan data secara statistik menggunakan bantuan program *Microsoft Excel* dan *software SPSS 17.00* pada awal April 2011.
12. Mendeskripsikan hasil temuan penelitian dan menyusun pembahasan hasil penelitian pada bulan April 2011 hingga awal Mei 2011.
13. Merampungkan keseluruhan penyusunan skripsi pada bulan Mei 2011.