

## BAB III

### METODE PENELITIAN

Bab ini berisi pemaparan desain penelitian, populasi & sampel, variabel penelitian, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, prosedur penelitian, hasil uji asumsi klasik.

#### 3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan metodologi kuantitatif, dengan model analisis regresi linear berganda untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh harapan (X1) dan dukungan teman sebaya (X2) terhadap stres (Y).

#### 3.2 Responden Penelitian

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa S2 aktif di Bandung Raya sedang kuliah sambil bekerja, serta sedang atau pernah mengalami kuliah daring.

#### 3.3 Populasi, Sampel, & Teknik Sampling

Adapun populasi pada penelitian ini tidak diketahui jumlahnya. Maka dari itu peneliti menggunakan rumus Lemeshow (Lemeshow et al., 1990) untuk mengetahui jumlah sampel yang dibutuhkan.

$$n = \frac{z^2 P(1-P)}{d^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel minimal yang diperlukan

Z = Nilai standar dari distribusi sesuai nilai  $\alpha = 5\% = 1,96$

P = Maksimal estimasi = 0,5

d = Tingkat ketelitian 10%

Berdasarkan rumus, maka

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5 (1-0,5)}{0,1^2}$$

$$= \frac{3,8416 \times 0,25}{0,01}$$

$$= 96,04$$

diperoleh jumlah sampel minimal yang dibutuhkan adalah 96 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*.

### 3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

#### 3.4.1 Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yang terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah harapan (X1), dan (X2) dukungan teman sebaya. Sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres (Y).

#### 3.4.2 Definisi Operasional

##### 3.4.2.1 Harapan

Harapan ialah tinggi rendahnya kemampuan seseorang untuk menghasilkan motivasi atau dorongan serta cara tersendiri untuk mencapai sebuah tujuan yang diinginkan, ditandai dengan adanya: 1) *Pathway thinking*, 2) *Agency thinking* 3) *Goal*.

##### 3.4.2.2 Stres

Stres ialah tinggi rendahnya kemampuan seseorang dalam menghadapi adanya perbedaan tuntutan antara situasi psikologis dan lingkungan. ditandai dengan stressor akademik, dan reaksi terhadap stressor akademik.

##### 3.4.2.3 Dukungan Teman Sebaya

Dukungan teman sebaya ialah tinggi rendahnya peran seorang rekan dalam membantu, dan memberi dukungan kepada sesama rekan sebayanya. Dukungan teman sebaya terdapat 4 aspek diantaranya: penghargaan, instrumental, emosional, dan informasi.

### 3.5 Instrumen Penelitian

Terdapat tiga instrumen alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu instrumen harapan, dukungan teman sebaya dan instrumen stres.

### 3.5.1 Instrumen Harapan

Pada penelitian ini akan menggunakan alat ukur Snyder (2002). Pada penelitian ini peneliti akan menggunakan alat ukur yang sudah tersedia, yang diadaptasi oleh Sumartha (2020), dengan nilai reliabilitas sebesar 0,814 dan nilai validitas 0,4-0,5. Memiliki 7-item skala harapan diberikan untuk menilai sifat harapan. Untuk tiap aspek nya terdiri dari 2 item untuk *agency thinking*, 4 *pathway thinking*, dan 1 item untuk *goal*. Dalam studi ini, peserta menggunakan format respons 5 poin untuk menilai masing-masing item 1 sangat tidak sesuai (STS), 2 tidak sesuai (TS), 3 netral (N), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS).

**Tabel 3.1 Indikator Keperilakuan Harapan**

No	Aspek	Indikator	No Item
1.	<i>Goal</i>	Memiliki tujuan dalam hidup dan mampu meraihnya	7
2.	<i>Pathway Thinking</i>	Menemukan cara penyelesaian masalah	1,3,5
		Memikirkan cara untuk meraih tujuan dalam hidup	4
2.	<i>Agency Thinking</i>	Memiliki kemauan dalam mengejar hidup	2

		Belajar dari pengalaman masa lalu	6
--	--	-----------------------------------	---

### 3.5.2 Instrumen Stres Akademik

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu, skala stres akademik yang diadaptasi dari alat ukur Gadzella's *Student-Life Stress Inventory* (1994). Skala stres akademik terdiri dari sembilan kategori, yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, pemaksaan diri, reaksi fisik, reaksi emosi, reaksi perilaku, dan penilaian kognitif. Dengan reliabilitas sebesar 0.93 (Gadzella et al., 2012). Penelitian ini menggunakan pengukuran yang diadaptasi berdasarkan teori-teori yang telah dijelaskan sebelumnya. Peneliti mengacu pada teori stres akademik yang dikemukakan oleh Gadzella, yang kemudian diadaptasi oleh Indriyani (2018). Dengan nilai reliabilitas sebesar 0,871 dan validitas sebesar 0,5-0,6. Untuk penilaian berkisar dari nilai 1 (satu) hingga 5 (lima) Untuk pernyataan *favourable* skor 5 untuk jawaban sangat sesuai (SS), skor 4 untuk jawaban sesuai (S), skor 3 untuk jawaban netral (N), skor 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), skor 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan, untuk pernyataan *unfavourable* skor 1 untuk jawaban sangat sesuai (SS), skor 2 untuk jawaban sesuai (S), skor 3 untuk jawaban netral (N), skor 4 untuk jawaban tidak sesuai (TS), skor 5 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS).

### 3.5.3. Indikator Stres:

**Tabel 3.2 Indikator Stres**

No	Aspek		Indikator	No Item
1.	Stressor Akademik	<i>Frustrations</i>	- Keterlambatan dalam mencapai tujuan	5,8,15

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kegagalan dalam mencapai tujuan</li> <li>- Merasa terasing dalam lingkungan masyarakat</li> </ul>	
		<i>Confliict</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konflik antara dua pilihan yang menyenangkan</li> <li>- Konflik antara sisi positif dan negatif dari sebuah pilihan</li> <li>- Konflik antara dua pilihan yang tidak menyenangkan</li> </ul>	4,7,13
		<i>Preassuress</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Harapan dari keluarga atau orang lain</li> <li>- Beban tugas kuliah yang terlalu banyak</li> <li>- <i>Deadfine</i> tugas kuliah</li> </ul>	6,10,19
		<i>Changes</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perubahan yang sangat cepat</li> <li>- Banyak perubahan dalam waktu bersamaan</li> <li>- Perubahan hidup yang mengganggu kehidupan individu</li> </ul>	3,9,14

		<i>Self-Imposed</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memaksa diri menjadi pemenang</li> <li>- Kecemasan menghadapi ujian</li> <li>- Prokrastinasi</li> </ul>	1,11,12
2.	Reaksi Terhadap stressor akademik	<i>Phsyological</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keluarnya keringat secara berlebihan</li> <li>- Bolak-balik ke toilet</li> <li>- Makan secara berlebihan</li> <li>- Merasa sakit atau nyeri di salah satu atau di beberapa bagian tubuh</li> </ul>	16,21,27,28
		<i>Emotional</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merasa takut</li> <li>- Merasa depresi</li> <li>- Merasa kesal/marah</li> </ul>	17,23,25

		<i>Behavioral</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menangis</li> <li>- Mudah tersinggung</li> <li>- Menyakiti diri sendiri</li> <li>- Menyakiti orang lain</li> </ul>	18,20,24, 26
		<i>Cognitive</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memikirkan dan menganalisa strategi yang paling efektif</li> <li>- Menganalisis masalah yang dialami</li> </ul>	2,22
		Jumlah		28

#### 3.5.4. Instrumen Dukungan Teman Sebaya

Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala yang sudah dikembangkan oleh pemtoh (2021), skala dukungan sosial disusun berdasarkan indikator-indikator yang berpedoman dari aspek dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith (2011). Skala dalam penelitian ini memiliki 40 item pernyataan. Nilai 1 (satu) hingga 4 (empat). Untuk pernyataan *favourable* skor 4 untuk jawaban sangat setuju (SS), skor 3 untuk jawaban setuju (S), skor 2 jawaban kurang setuju (KS), skor 1 untuk jawaban tidak setuju (TS). untuk pernyataan *unfavourable* skor 1

jawaban sangat setuju (SS), skor 2 untuk jawaban setuju (S), skor 3 untuk jawaban kurang setuju (KS), skor 4 untuk jawaban tidak setuju (TS). Hasil uji reliabilitas terhadap skala dukungan sosial teman sebaya sebesar 0,980 dan nilai validitas sebesar 0,5-0,6.

### 3.5.5. Indikator Dukungan Teman Sebaya

**Tabel 3.3 Indikator Dukungan Teman Sebaya**

No	Aspek	Indikator	No item
1.	Dukungan emosional	a. Adanya empati dari teman sebaya	4,21 18
		b. Adanya kepedulian dari teman sebaya	3,13 22,32
		c. Adanya perhatian dari teman sebaya	2,14 12,34
		d. Adanya dorongan dari teman sebaya	1 20,35
2.	Dukungan Penghargaan	a. Pemberian ungkapan kata yang berharga dari teman sebaya	5,38 23,30
		b. Saling menghormati dan memberi dukungan satu sama lain	6,16 24,36
		c. Menghargai karya/kemampuan	7,39 31



		teman satu sama lain	
3.	Dukungan instrumental	a.Pemberian sumbangan materi dari teman sebaya yang mendukung mahasiswa baru mengikuti kuliah <i>online</i> di masa pandemi	8,15 25,29
		b.Pemberian sumbangan bantuan mengerjakan tugas kuliah atau pekerjaan selama masa pandemi	9,19 26,37
4.	Dukungan Informasi	a. Teman sebaya memberikan nasihat seputar kuliah di masa pandemi	10,40 27
		b. Teman sebaya memberikan informasi seputar kuliah	11,17 28,33
Jumlah			40

### 3.6 Teknik Analisis Data

Analisis regresi linear berganda, untuk mengetahui pengaruh variabel XI (harapan) dan X2 (dukungan teman sebaya) terhadap variabel Y (stres).

### 3.7 Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan melakukan beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut:

#### 3.7.1 Tahap Persiapan

1. Menentukan topik penelitian dan rumusan masalah yang akan diteliti.
2. Mencari literatur sebagai dasar teori yang sesuai dengan variabel penelitian.
3. Menentukan kerangka berpikir dan hipotesis.
4. Menentukan populasi, dan sampel yang sesuai dengan penelitian.
5. Menentukan aspek dan alat ukur penelitian yang sesuai.

#### 3.7.2 Tahap Pelaksanaan

1. Menyebarkan kuesioner berupa angket secara *online* (menggunakan media *google form*) kepada mahasiswa magister di Bandung Raya
2. Mengumpulkan kuesioner yang telah diisi oleh mahasiswa magister di Bandung Raya.
3. Melakukan pengolahan data dan analisa data.

#### 3.7.3 Tahap Pengolahan data

1. Melakukan verifikasi data untuk mengecek jumlah kuesioner agar tidak terdapat kesalahan maupun kekeliruan.
2. Melakukan penyekoran dari data yang sudah terkumpul.
3. Menganalisis hasil data yang sudah diperoleh untuk dilihat apakah terdapat pengaruh antara harapan, dan dukungan teman sebaya dengan stres pada mahasiswa magister yang kuliah sambil bekerja selama pandemi covid-19 di Bandung Raya.

#### 3.7.4 Tahap Pelaporan

Tahap ini merupakan tahap terakhir dalam penelitian. Pada tahap ini, peneliti melakukan penarikan kesimpulan lalu menuliskan hasilnya dalam bentuk laporan tertulis.

### 3.8 Uji Asumsi Klasik

#### 3.8.1 Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel terikat dan variabel bebas berdistribusi normal atau tidak. Pada uji normalitas data dapat dilakukan dengan menggunakan uji *one sample kolmogorov smirnov*. Sampel dikatakan berdistribusi normal apabila hasil perhitungan KS lebih besar dari 0,05. Dengan ketentuan apabila skor signifikansi ( $p$ ) > 0,05 maka data tersebut dapat dikatakan normal, namun apabila ( $p$ ) < 0,05 maka data tersebut dikatakan tidak normal. Adapun hasil dari uji normalitas adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.4 Hasil Uji Normalitas**

Variabel	<i>Statistics</i>	Interpretasi
X (Harapan)	0,092	Berdistribusi Normal
X (Dukungan Teman Sebaya)	0,230	Berdistribusi Normal
Y (Stres)	0,282	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan dari pengujian normalitas, variabel X1 (Harapan), X2 (Dukungan Teman Sebaya), Y (Stres), mempunyai nilai signifikansi masing-masing lebih besar dari 0 (0.05), maka dapat diambil keputusan data berdistribusi normal.

#### 3.8.2 Hasil Uji Linieritas

Menurut Sugiyono dan Susanto (2015:323) uji linearitas untuk mengetahui variabel terikat dengan variabel bebas memiliki hubungan linear atau tidak secara signifikan. Dua variabel dapat dikatakan memiliki

hubungan yang linear apabila nilai signifikansi pada linearitas  $< 0,05$ , dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 3.5 Hasil Uji Linieritas**

Variabel	<i>Linearity</i>	Interpretasi
X (harapan) dengan Y (Stres)	0,03	Linier
X (Dukungan Teman Sebaya) dengan Y (Stres)	0,00	Linier

Pengujian asumsi linearitas pada tabel, didapatkan bahwa nilai signifikansi untuk *linearity* lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan terdapat hubungan linear antar variabel X1 (Harapan), X2 (Dukungan Teman Sebaya), dengan Y (Stres), sehingga dapat disimpulkan bahwa asumsi linearitas terpenuhi.

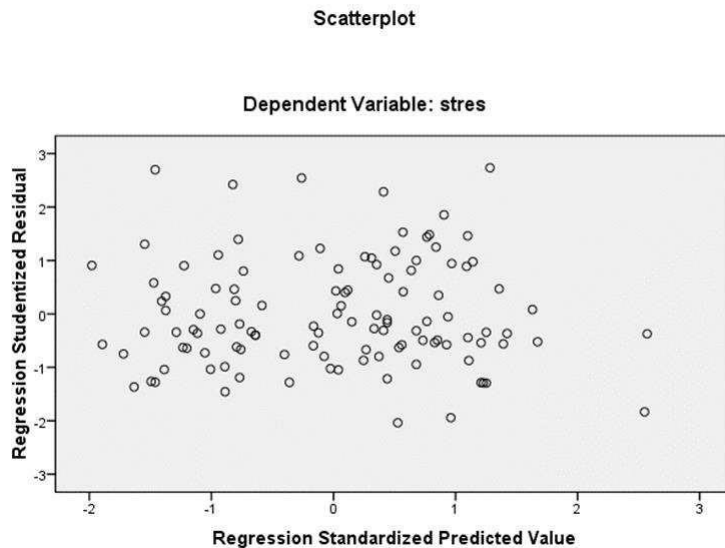
### 3.8.3 Uji Multikolinearitas

**Tabel 3.6 Hasil Uji Multikolinearitas**

Variabel	Tolrance	VIF
Harapan	.904	1.107
Dukungan Teman Sebaya	.904	1.107

Tabel di atas menunjukkan nilai VIF untuk variabel harapan dan dukungan teman sebaya sama-sama 1,107, sedangkan nilai tolerancenya sebesar 0,904. Karena nilai VIF dari kedua variabel lebih besar dari 10, maka dapat dikatakan tidak terjadi multikolinieritas pada kedua variabel .

### 3.8.4 Uji Heteroskedastisitas



**Gambar 3.1 Uji Heteroskedastisitas**

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terdapat ketidaksamaan varians dan residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Model regresi dikatakan terjadi heteroskedastisitas jika data berpencar di sekitar angka nol (0 pada sumbu Y) dan tidak membentuk suatu pola atau trend tertentu. Gambar di atas menunjukkan sebaran titik tidak membentuk suatu pola/alur tertentu, sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi heteroskedastisitas atau dengan kata lain terdapat homoskedastisitas.