

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel dalam penelitian ini adalah:

3.1.1 Variabel bebas (X) : Penyesuaian Diri

3.1.2 Variabel tergantung (Y) : Stres Akademik

3.2 Definisi Operasional

3.2.1 Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri mengacu pada teori Runyon dan Haber (Ramadhan, 2019) yaitu usaha individu untuk mengatasi dan mencegah konflik, frustrasi yang berada di dalam dirinya sehingga mampu menyesuaikan atau menyelaraskan diri dengan lingkungannya. Penyesuaian diri yang efektif menyangkut beberapa hal diantaranya, persepsi terhadap realitas, kemampuan untuk menghadapi stres, memiliki gambaran diri yang positif, dilanjutkan dengan mampu mengekspresikan emosi dengan baik, serta memiliki hubungan interpersonal yang baik.

3.2.2 Stres Akademik

Stres akademik mengacu pada teori Bedewy dan Gabriel (2015) yaitu tekanan berlebihan yang dialami oleh individu dan hal ini berasal dari kehidupan akademiknya sehingga mempengaruhi ekspektasi akademik, tuntutan perkuliahan maupun ujian dan persepsi terhadap diri yang mampu memberikan pandangan negatif

terhadap ketidak mampuan individu dalam menyesuaikan sistem pembelajaran.

3.3 Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini yaitu mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun Ajaran 2021/2022. Pembagian subjek menggunakan teknik *purposive sampling* menurut (Siyoto & Sodik, 2015) yaitu bentuk pengumpulan data melalui berbagai kriteria dan pertimbangan tertentu, tidak didasarkan atas random atau wilayah, strata tetapi didasarkan pada tujuan tertentu. Adapun kriteria yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Mahasiswa baru angkatan 2021/2022 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- b. Mahasiswa program studi Psikologi perempuan atau laki-laki.

3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah langkah penting dalam sebuah penelitian karena data tersebut dipakai untuk menjawab beberapa pertanyaan penelitian. Pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti yaitu diukur dengan menggunakan skala psikologi, skala yakni stimulus yang digunakan untuk mengungkap suatu indikator dengan atribut tertentu atau suatu item-item pernyataan.

Langkah pengumpulan data untuk penelitian ini ialah: Penyusunan skala penyesuaian diri dan stres akademik, uji coba skala.

3.4.1 Penyusunan Skala

Skala pada penelitian ini adalah skala penyesuaian diri yang dimodifikasi dari penelitian (Ramadhan, 2019) validitas skala ini yaitu 0, 265 – 0, 620 dan reliabilitas dari skala ini adalah 0, 776. Skala ini terdiri dari 21 item yang memiliki 12 butir *favourable* dan *unfavourable* 9 item. Skala penyesuaian diri dipakai untuk mengukur tingkat penyesuaian diri yang dilakukan oleh mahasiswa baru Tahun Ajaran 2021/2022 Prodi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Tabel 1.
Blueprint Skala Penyesuaian Diri

	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
1.	Memiliki hubungan interpersonal baik	1, 3, 5	2, 4	4
2.	Kemampuan adaptasi terhadap stres dan tekanan	7, 9, 10	6, 8, 11	4
3.	Memiliki gambaran diri yang positif	12, 14, 16, 18	13, 15, 17, 19	7
4.	Mengekspresikan emosi secara baik	20		1
5.	Memiliki persepsi terhadap realita	21		1
Total		12	9	17

Skala berikutnya yaitu stres akademik atau *Perception of Academic Stress Scale* (PAS) Bedewy dan Gabriel Affani (2021) 16 item dengan nilai validitas yaitu 0,282-0,718 dan nilai reliabilitas dari skala ini yaitu 0,765.

Tabel 2.
Blue Print Skala Stres Akademik

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
1.	Ekspektasi akademik	1, 2, 3, 4		1
2.	Tuntutan perkuliahan dan ujian	6, 7, 8, 10, 11, 12	5, 9	
3.	Persepsi diri	14, 15, 16	13	
Totall		13	3	15

Model pelaksanaan pengambilan jawaban responden menggunakan model skala *Likert* (Azwar, 2017), yang memiliki 4 (empat) alternatif jawaban seperti: 1.) Sangat Tidak Setuju (STS), 2.) Tidak Setuju (TS), 3.) Setuju (S), 4.) Sangat Setuju (SS).

Tabel 3.
Kategorisasi Favourable dan Unfavourable Skala

No	Kategori Favourabel	Skor	No	Kategori Unfavourable	Skor
1	STS	1	1	STS	4
2	TS	2	2	TS	3
3	S	3	3	S	2
4	SS	4	4	SS	1

3.4.2 Uji Coba Skala

Pelaksanaan uji coba skala penyesuaian diri dan stres akademik akan diberikan kepada mahasiswa baru di kampus lain, dan skala yang akan disebar berdasarkan jumlah responden mahasiswa baru dari kampus tersebut.

a. Uji Validitas

(Azwar, 2012) menjelaskan bahwa uji validitas ditujukan untuk mengetahui bagaimana alat ukur yang dipakai dapat menghasilkan data yang akurat dan sejalan dengan apa yang akan diukur. Pengukuran validitas dilakukan dengan uji

Korelasi Product Moment melalui *SPSS 25 for windows* (*Statistical Product and Service Solutions*).

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menurut (Azwar, 2012) dengan maksud guna mengetahui seberapa jauh alat ukur tersebut melakukan fungsinya secara konsisten atau mengetahui keajegan dari alat ukur tersebut, jika diuji ulang dengan subjek yang sama. Melalui uji reliabilitas *Cronbach Alpha* menggunakan alat bantu *SPSS 25 for windows* (*Statistical Product and Service Solutions*) ketentuan koefisien reliabilitas berkisar antara 0 sampai 1.00.

3.5 Metode Analisis Data

Metode analisa data yang digunakan pada penelitian ini yakni dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional menurut (Paramita et al., 2021) yaitu penelitian yang ditujukan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel penelitian. Hasil uji penelitian menggunakan *Non Parametrik* dimana uji tersebut menurut (Ahyar et al., 2020) tidak bergantung pada populasi, dan tidak membutuhkan asumsi parameter apapun. Tes ini digunakan ketika ukuran sampel kecil, beberapa asumsi dibuat berdasarkan pada data, sampel diambil dari beberapa populasi.

- a. Uji Normalitas yang digunakan pada penelitian ini bertujuan guna mengetahui sebaran data terdistribusi normal atau tidak, sehingga peneliti dapat mengetahui sampel penelitian dapat mewakili populasi atau tidak dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov Test* melalui

aplikasi SPSS 25 ibm. Ghozali (Nurcahyo & Riskayanto, 2018) memaparkan nilai signifikan yaitu 5% ($>0,05$) yaitu data berdistribusi normal, sedangkan ($<0,05$) yang berarti distribusi data tidak normal.

- b. Uji Linearitas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya linear dari kedua variabel menggunakan *compare mean for linearity* dengan signifikansi ($p < 0,05$) pengujian dilakukan pada kedua variabel Ghozali (Nurcahyo & Riskayanto, 2018).
- c. Uji Hipotesis yang digunakan pada penelitian ini bertujuan guna mengetahui serta memperoleh data hubungan antara variabel penelitian menggunakan uji *Non Parametrik Spearman* dengan nilai signifikansi Ghozali (Nurcahyo & Riskayanto, 2018) yaitu, ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel. Sedangkan ($p > 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan dari variabel tersebut.

3.6 Kredibilitas

a. Uji Validitas

Uji validitas menurut (Azwar, 2017) adalah untuk menyatakan sejauh mana data yang diperoleh melalui instrumen penelitian akan mengukur apa yang diukur. Hal tersebut berarti validitas digunakan untuk mengukur sejauh mana alat ukur tersebut melakukan fungsinya berdasarkan ketepatan dan kecermatannya, alat ukur yang memiliki tingkat validitas tinggi maka dapat menjelaskan fungsi dan tujuan yang

sesuai dengan pengukurannya. Uji validitas menggunakan rumus Aiken's V (Azwar, 2017) dengan keterangan sebagai berikut.

$$V = \sum s/[n(c - 1)]$$

Keterangan :

Σs = total dari skor yang diberikan (n) dalam satu item $s = r - lo$

r = angka yang diberikan oleh judgement

lo = angka penilaian validitas terendah (1)

c = angka penilaian validitas tertinggi (4)

n = banyaknya rater atau judgement

Nilai koefisien Aiken's V berkisar antara 0 – 1. Jika nilai koefisien Aiken's V di atas 0.5 maka berarti item tersebut dikategorisasikan valid.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menurut (Ahyar et al., 2020) merupakan sejauh mana alat ukur tersebut terbebas dari kesalahan (*error*) dan mengukur sejauh mana keefektifan atau keajegan alat ukur tersebut jika diukur kembali. Prinsip dari reliabilitas dengan mengukur sejauh mana alat ukur tersebut memberikan konsistensi hasil jika dilakukan pengukuran ulang dengan subjek yang sama. Perhitungan reliabilitas menggunakan SPSS 25 ibm.

3.7 Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional Yusuf (2016) yaitu menganalisa hubungan antara variabel didukung dengan proses pengambilan data melalui penyebaran link *google form*. Rancangan penelitian korelasional Yusuf (2016) yaitu merumuskan masalah yang akan

di teliti, melakukan studi pendahuluan untuk memperkuat landasan teori, dengan menyebar pertanyaan kepada mahasiswa angkatan 2021. Menentukan besaran sampel dan instrumen yang cocok untuk melakukan pengambilan data dan analisa data, mengumpulkan data dan analisa data, menyusun laporan peneliti.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN