

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Identifikasi variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas (independen) : kepercayaan diri.
2. Variabel terikat (dependen) : kecemasan.

#### **B. Definisi Operasional**

1. Kecemasan

Kecemasan adalah rasa takut atau khawatir yang tidak nyaman ketika mahasiswa sedang dihadapkan pada situasi yang tidak pasti. Perasaan tersebut dapat menyebabkan gangguan seperti jantung berdebar-debar, susah tidur, keringan dingin, gelisah, gugup, tegang serta rasa was-was pada hal yang belum terjadi. Kecemasan yang berlebihan akan menimbulkan masalah psikomatik pada mahasiswa. Mahasiswa dengan gangguan psikomatik akan mengeluh secara fisik. Pikiran negatif dari gangguan psikomatik tersebut akan mengambil alih dan akan membuat tubuh mahasiswa menderita. Pada mahasiswa yang mengalami kecemasan dapat diukur melalui skala kecemasan yang dimodifikasi dari komponen-komponen yang dikemukakan oleh Dacey, yaitu psikologi, fisiologi dan sosial yang diadaptasi oleh Aiman (2016), skala ini terdiri dari 26 item. Psikologis meliputi gelisah, tegang, serta

gugup. Fisiologis meliputi keringat dingin dan jantung berdebar-debar.

Sosial meliputi rasa was-was terhadap sekitar dan gangguan tidur.

## 2. Kepercayaan diri

Kepercayaan diri ialah sikap positif terhadap pengembangan potensi yang sedemikian rupa sehingga mahasiswa akan menjadi optimis secara mental hal tersebut dikarenakan mahasiswa akan merasa puas dengan potensi yang dimilikinya dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan serta berani menghadapi tantangan karena akan memberikan pengalaman yang dimiliki mahasiswa tersebut. Kepercayaan diri merupakan kapasitas untuk memastikan pada diri sendiri tentang keterampilan yang dimiliki atau keahlian untuk mengembangkan penilaian optimis dan memperluas pemahaman mengenai lingkungan serta toleransi sosial. Untuk mengukur rasa percaya diri pada mahasiswa yang akan dihadapkan dengan tugas akhir skripsi dapat diukur melalui skala kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster yaitu aspek kemampuan pribadi, interaksi sosial, dan konsep diri yang dimodifikasi oleh Aiman (2016) yang terdiri dari 28 item.

### C. Subjek penelitian

Penelitian ini melibatkan mahasiswa dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sebagai subjek penelitian. Subjek dari penelitian ini ialah individu, agar mendapatkan sebuah informasi. Pada penelitian ini teknik yang akan digunakan adalah *teknik non random sampling* dimana

teknik ini akan digunakan dalam menentukan responden penelitian. Pada teknik ini setiap populasi akan mempunyai peluang atau memiliki kesempatan yang sama agar dipilih dan akan menjadai sampel (Sugiyono, 2019). Dimana disini mahasiswa akan diberikan sebuah angket yang akan mereka kerjakan, akan tetapi akan ada kriteria tertentu yang sesuai dengan keinginan peneliti. Kegunaan teknik ini dalam pengambilan subjek akan dievaluasi untuk memenuhi tujuan penelitian. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
2. Laki-laki dan perempuan
3. Saat ini sedang dalam menempuh pendidikan sarjana (S1) dan sedang dalam tahap tugas akhir (skripsi)

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh suatu informasi yang sesuai terhadap tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Skala

Azwar (2014) mendefinisikan skala sebagai kumpulan pertanyaan yang bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik tertentu melalui respons individu terhadap pernyataan yang diajukan. Salah satu jenis skala yang digunakan ialah skala Likert, yang merupakan skala kepribadian dan dirancang untuk mengukur sikap.

Tabel 1.  
Kategori Penilaian

<b>Kategori Penilaian</b>	<b><i>Favorabel</i></b>	<b><i>Unfavorabel</i></b>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

a. Skala Kecemasan

Skala kecemasan yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan skala kecemasan Aiman (2016). Skala ini terdiri dari 26 item yaitu 14 pertanyaan *favorabel* dan 12 pernyataan *unfavorabel*. Mahasiswa yang mengalami kecemasan, seluruhnya diukur secara psikologis, fisiologis, dan sosial.

Tabel 2.  
Blueprint Skala Kecemasan

<b>Komponen</b>	<b>Indikator</b>	<b>Butir</b>	
		<b>Favorabel</b>	<b>Unfavorabel</b>
Psychology	1. Gelisah	1,2	7,8
	2. Gugup	3,4	9,10
	3. Tegang	5,6	11,12
Physiology	1. Jantung berdebar	13,14	16
	2. Kerinat dingin	15,24	17
Social	1. Gangguan tidur	18,26	21,20
	2. Rasa was-was akan sekitar	19,25	22,23
Jumlah		14	12

b. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri yang akan dipakai pada penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri yang dibangun dari aspek kepercayaan diri Aiman (2016), yang terdiri dari total 28 pernyataan, dengan 14 di antaranya bersifat *favorabel* dan 14 lainnya *unfavorabel*.

Table 3.  
Blueprint Skala Kepercayaan Diri

Komponen	Indikator	Butir	
		Favorabel	Unfavorabel
Kemampuan pribadi	1. Sikap yakin atau percaya terhadap kemampuan diri sendiri.	1,2 3,4	5,6 7,8
	2. Mengetahui kemampuan yang dimiliki individu		
Interaksi sosial	1. Mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.	9,10 12,11 13,14	15,16 17,18 19,20
	2. Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan		
	3. Bertoleransi dengan lingkungan		
Konsep diri	1. Mengenal kelebihan dan kekurangan dalam dirinya	21,22 23,25	26,27 28,24
	2. Diterima didalam lingkungannya		
Jumlah		14	14

## E. Metode Analisa Data

Hadi (Emilia & Heryadi, 2015) menjelaskan bahwa analisis data ialah metode yang dipakai untuk memproses data yang diperoleh guna menarik kesimpulan. Dalam penelitian ini, statistik serta *SPSS for Windows* dipakai dalam analisis data. Manajemen statistik ialah dasar yang penting untuk metode penelitian kuantitatif, sebab statistik memberikan teknik untuk memproses dan menganalisis data yang diperoleh. Teknik analisis data yang akan dipakai pada penelitian ini ialah teknik *kuantitatif korelasi*. Teknik ini diterapkan untuk mencari hubungan antara dua variabel penelitian atau lebih. Dalam penelitian ini, analisis data *korelasi* diterapkan untuk memperoleh hubungan antara kepercayaan diri serta kecemasan pada mahasiswa.

## F. Kredibilitas

Penelitian ini melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kepercayaan instrumen pengukur tersebut. Tujuan dari pengecekan validitas yaitu untuk memastikan bahwa item terhadap skala yang digunakan dapat diandalkan sebagai sumber informasi bagi peneliti.

### 1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2019), instrumen yang benar atau valid merujuk pada instrumen yang dipakai untuk memperoleh (mengukur) data yang valid. Saat instrumen dapat mengukur apa yang sedang diukur, maka instrumen tersebut valid. Uji validitas bertujuan untuk

menentukan sejauh mana instrumen yang digunakan valid. Instrumen yang sudah divalidasi memberikan informasi yang akan dibutuhkan oleh peneliti yang sama dengan variabel yang dipakai. Pada penelitian ini tidak melakukan uji validitas di karenakan penelitian ini menggunakan uji validitas Aiman.

## 2. Uji Reliabilitas

Sugiyono (2019) menerangkan bahwa instrumen yang dapat dipercaya ialah instrumen yang memberikan hasil yang konsisten ketika digunakan secara berulang untuk mengukur objek yang sama. Untuk menguji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik *alpha cronbach*. di mana item yang dinyatakan lulus adalah item yang memiliki skor inti korelasi keseluruhan  $\geq 0,03$ .

## G. Rencana penelitian

### 1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif, menurut (Djallong, 2014) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang erat akan angka dalam teknik pengumpulan datanya. Desain penelitian ini dipilih karena kecocokan dengan variabel dan sampel yang akan diteliti sehingga penelitian kuantitatif cocok untuk dilakukan. Pernyataan ini didukung oleh teori yang diungkapkan oleh (Sugiyono, 2019) bahwa penelitian kuantitatif pada umumnya dilakukan pada sampel yang diambil secara acak untuk ditarik kesimpulan yang akan menjelaskan tentang sebuah pupolasi

## 2. Prosedur Penelitian

### a. Memilih Masalah

Awal dari suatu penelitian adalah masalah, masalah merupakan suatu kesulitan yang dirasakan, suatu perasaan tidak menyenangkan atas suatu situasi atau gejala tertentu, jika keraguan, kesengsian, kebingungan tentang suatu fenomena, itu dianggap sebagai masalah.

### b. Melakukan Riset Pendahuluan

Riset pendahuluan adalah riset yang dilakukan sebelum riset yang sesungguhnya dilakukan. Riset pendahuluan ini perlu dilakukan dalam rangka menemukan masalah penelitian secara tepat, benar, dan komperhensif. Hal ini perludilakukan, karena sebuah masalah penelitian bukan didasarkan pada tebak-tebakan atau perkiraan melainkan fakta-fakta dan data-data.

### c. Mengidentifikasi Masalah dan Merumuskan Masalah

Mengidentifikasi masalah yang terkait dengan penelitian yang akan dilakukan, melainkan melakukan pendalaman dan pemahaman yang seksama terhadap sejumlah aspek yang dianggap sebagai masalah, serta keterkaitannya antara satu aspek dengan aspek lainnya.

### d. Merumuskan Hipotesis

Hipotesis adalah sebuah kesimpulan atau jawaban sementara yang bersifat teoritis yang dihasilkan melalui kajian secara mendalam dan seksama terhadap berbagai teori yang relevan,



hipotesis inilah yang selanjutnya perlu dibuktikan melalui penelitian.

e. Menentukan Sumber Data

Sebelum memilih dan menentukan sumber data dalam proses penelitian, terlebih harus mengetahui sumber data kaitannya dengan seluruh atau Sebagian sumber data. Apabila penelitian melibatkan seluruh data yang diteliti disebut penelitian populasi, sedangkan jika hanya Sebagian data yang mewakili populasi disebut penelitian sampel.

f. Mengumpulkan Data

Data merupakan bahan penting yang digunakan oleh peneliti untuk menjawab pertanyaan atau menguji hipotesis dan mencapai tujuan penelitian.

g. Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian atau untuk menguji hipotesis penelitian yang telah dinyatakan sebelumnya.

h. Menarik Kesimpulan

Menarik kesimpulan adalah Langkah terakhir dari suatu proses penelitian yang berupa jawaban terhadap rumusan masalah.

i. Membuat Laporan Penelitian

Laporan penelitian merupakan dokumen tertulis yang mengomunikasikan metode serta temuan penelitian kepada orang lain.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PERPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA