

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel *Independent* : *Self-Efficacy*

Variabel *Dependent* : Penyesuaian Diri

B. Definisi Operasional

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu yang berupa proses psikologis untuk dapat menempatkan diri sesuai norma dan tuntutan yang ada pada lingkungan sekitar. Setiap individu memiliki kemampuan penyesuaian diri yang berbeda-beda, oleh karena itu penting untuk mengetahui bagaimana penyesuaian mahasiswa saat kembali berkuliah tatap muka. Penyesuaian diri diukur dengan skala psikologi yang dibuat berdasarkan teori dari Schneiders (1960). Skala penyesuaian diri tersebut terdiri dari tujuh aspek penyesuaian diri dengan rincian sebagai berikut: a) tidak memiliki emosi berlebihan, b) tidak terdapat mekanisme pertahanan diri, c) tidak terdapat perasaan frustrasi, d) adanya pertimbangan serta pengarahannya di dalam diri, e) memiliki kemampuan untuk belajar dan mampu memaafkan pengalaman, f) dapat memanfaatkan pengalaman.

2. *Self-efficacy*

Self-efficacy merupakan merupakan keyakinan yang dimiliki individu dalam hal mengevaluasi kemampuan diri untuk dapat melakukan tugas tertentu, mencapai tujuan, serta menghadapi kesulitan. *Self-efficacy* yang dimiliki setiap individu tentu berbeda. Oleh karena itu *self-efficacy* dapat dilihat berdasarkan beberapa aspek menurut Bandura yaitu a) Tingkat (*level*), b) Kekuatan (*strength*), c) Generalisasi (*generality*). Kemudian, *self-efficacy* diukur dengan alat ukur *General Self-Efficacy Scale* versi bahasa Indonesia dari Schwarzer dan Jerusalem (1995).

C. **Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta angkatan 2020 yang pernah berkuliah daring dan kini berkuliah tatap muka. Adapun teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *sampling purposive*. Teknik *sampling purposive* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2013). Pertimbangan dalam penelitian ini adalah adanya kriteria tertentu seperti mahasiswa yang pernah berkuliah daring dan sedang menjalani perkuliahan tatap muka.

Berdasarkan hal tersebut, dalam penelitian ini terdapat kriteria subjek yang digunakan dalam penelitian yaitu:

1. Mahasiswa dan mahasiswi aktif tahun angkatan 2020 di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Pernah mengikuti kuliah daring.
3. Saat ini mengikuti kuliah tatap muka.

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi. Jenis skala pada pengukuran ini menggunakan skala Likert. Sugiyono (2015) mengatakan bahwa untuk menghasilkan data kuantitatif diperlukan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan dalam pengukuran yang disebut skala pengukuran. Lebih lanjut Sugiyono (2015) mengatakan bahwa terdapat berbagai skala, skala Likert merupakan salah satu skala yang dapat digunakan dalam pengukuran, untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi individu maupun kelompok mengenai suatu fenomena sosial. Peneliti menggunakan rentang 1 sampai 4 pada opsi jawaban. Anderson (Supratiknya, 2014) menyatakan bahwa terdapat berbagai alasan dalam modifikasi opsi jawab, salah satunya adalah bahwa penggunaan jumlah opsi genap dapat mendorong responden untuk memberikan pilihan jawaban di antara aitem *favorable* dan *unfavorable*, yang artinya responden tidak diberikan kesempatan untuk memilih jawaban netral.

1. Skala *self-efficacy*

Skala *self-efficacy* yang digunakan adalah *General Self-Efficacy Scale* (GSE) versi Bahasa Indonesia yang dibuat oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995). Skala GSE berjumlah 10 item pernyataan *favorable*, pada skala GSE tidak terdapat *blue print* skala.

2. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dari teori penyesuaian diri Schneiders (1960) yang terdiri dari 7 aspek yaitu tidak memiliki emosi yang berlebihan (*absence of excessive emotionality*), tidak adanya mekanisme psikologis (*absence of psychological mechanism*), tidak adanya perasaan frustrasi (*absence of the sense of personal frustration*), adanya pertimbangan rasional dan pengarahan diri (*rational deliberation and self direction*), memiliki kemampuan untuk belajar dan mampu memaafkan pengalaman (*ability to learn*), memanfaatkan pengalaman (*utilization of past experience*), sikap yang realistis dan objektif (*realistic and objective attitudes*). Berdasarkan tujuh aspek tersebut diturunkan menjadi 15 indikator perilaku yang kemudian diturunkan menjadi 47 item pernyataan yang terdiri dari 39 item *favorable* dan 8 item *unfavorable*. Berikut tabel *blue print* skala penyesuaian diri:

Tabel 3.1
Blue Print Awal Skala Penyesuaian Diri

Aspek	Indikator Perilaku	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
		Nomor	Jumlah	Nomor	Jumlah
Tidak memiliki emosi yang berlebihan	a. Mampu mengendalikan emosi	7, 15	7	21	2
	b. Memiliki emosi yang stabil	31, 3, 10			
	c. Mampu merespon situasi dengan tepat	45, 17		4	
Tidak adanya mekanisme psikologis	a. Memiliki keterbukaan	23, 8, 33, 44	6	9	1
	b. Tidak mencari pembelaan diri	1, 22			
Tidak adanya perasaan frustrasi	a. Mampu menghadapi kesulitan	37, 39, 5	8		
	b. Mampu mengendalikan pikiran dan perasaan	2, 24			
	c. Berperilaku dengan tepat	13, 16, 11			
Adanya pertimbangan rasional dan pengarahan diri	a. Mampu mengarahkan diri	32, 6	6	25	1
	b. Berfikir rasional	38, 14, 43, 34			
Memiliki kemampuan untuk belajar dan mampu memaafkan pengalaman	a. Memiliki keinginan untuk belajar	12, 28, 26	5	27	1
	b. Memaafkan pengalaman	41, 47			
Memanfaatkan pengalaman	Mampu belajar dari pengalaman	46, 19, 36	3		
Sikap yang realistis dan objektif	a. Memiliki sikap yang realistis	29, 20	5	18,42	2
	b. Mampu menilai permasalahan secara objektif	30, 35, 40			
Total			40	7	

E. Metode Analisis Data

Penelitian ini akan melakukan analisis data dengan menggunakan alat bantu *software* SPSS versi 20 *for windows*. Pengujian hipotesis antara variabel *self-efficacy* dengan variabel penyesuaian diri dilakukan dengan Korelasi *Pearson Product Moment*. Sugiyono (2015) mengatakan untuk melakukan uji hipotesis antar satu variabel bebas dan satu variabel tergantung dapat dilakukan dengan Korelasi *Pearson Product Moment*. Kemudian, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi sebelum melakukan uji hipotesis. Uji asumsi merupakan suatu persyaratan untuk mengetahui apakah pengujian hipotesis dapat dilakukan dengan statistik parametrik atau tidak (Gunawan, 2015). Jika uji asumsi tidak terpenuhi maka pengujian hipotesis dilakukan dengan statistik nonparametrik, dalam hal ini uji korelasi *Spearman Rho*.

F. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif, dimana data diperoleh berdasarkan alat ukur atau instrumen yang telah dibuat, dan kemudian dianalisis dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 20 untuk mendapatkan hasil. Pernyataan tersebut selaras dengan yang disampaikan oleh Sugiyono (2015) bahwa dalam penelitian kuantitatif lebih menitikberatkan pada pengukuran dan analisis hubungan sebab akibat antara bermacam-macam variabel. Pada penelitian ini, peneliti ingin menguji apakah terdapat hubungan antar satu variabel dengan variabel yang lainnya, sehingga peneliti menggunakan uji korelasi.

Selanjutnya, alat ukur atau instrumen akan dimodifikasi sesuai dengan karakteristik subjek. Setelah memodifikasi instrumen penelitian, instrumen diuji validitasnya oleh *expert judgement* dan uji reliabilitas menggunakan alat bantu *software SPSS*. Setelah diberikan *feedback* oleh *expert judgement* lalu peneliti melakukan perbaikan pada aitem yang diberikan *feedback*. Selanjutnya, instrumen akan diujicobakan kepada subjek yang bukan asli namun memiliki karakteristik yang sama dengan subjek asli. Kemudian akan di uji daya beda dan reliabilitasnya untuk digunakan pada subjek asli.

Secara rinci, prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Menentukan masalah, sehingga kemudian diperoleh judul penelitian ini.
2. Mencari teori yang berkaitan dengan penelitian untuk dijadikan sumber referensi dalam penelitian.
3. Melakukan pengajuan judul ke Biro Administrasi Akademik untuk mengulas judul serta latar belakang penelitian, sehingga bisa mendapatkan Dosen Pembimbing Skripsi (DPS).
4. Konsultasi dengan DPS terkait proposal.
5. Memperbaiki hasil konsultasi.
6. Memodifikasi skala penelitian, skala penelitian ini digunakan untuk pengambilan data penelitian.
7. Melakukan pengujian validitas dan uji reliabilitas skala yang telah dibuat.
8. Melakukan uji coba skala pada subjek yang bukan sebenarnya.
9. Penyusunan kembali alat ukur.

10. Pengambilan data.
11. Melakukan skoring data.
12. Menganalisis hasil untuk melihat bagaimana hubungan antara *self-efficacy* dengan penyesuaian diri.

G. Kredibilitas Penelitian

Hendaknya suatu penelitian memiliki kredibilitas yang baik. Kredibilitas yang baik dapat dicapai dengan valid dan reliabelnya suatu alat ukur atau instrumen. Hal tersebut sejalan dengan pendapat dari Sugiyono (2015) bahwa terdapat syarat yang mutlak untuk mendapatkan hasil penelitian yang valid dan reliabel, yaitu dengan adanya instrumen yang valid dan reliabel.

Terdapat cara pengujian validitas dan reliabilitas instrumen yang dapat digunakan dalam penelitian, yaitu sebagai berikut (Sugiyono, 2015):

1. Pengujian Validitas Instrumen

Uji validitas digunakan untuk mendapatkan kesamaan antara data yang terkumpul dan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Pada pengukuran skala sikap, uji validitas yang perlu dilakukan adalah uji validitas konstruk (Sugiyono, 2016). Uji validitas konstruk dapat dilakukan dengan cara meminta pendapat dari ahli (*judgement expert*). Berdasarkan hal tersebut para ahli diminta pendapatnya untuk memberikan *feedback* mengenai instrumen yang telah dimodifikasi oleh peneliti.

Kemudian, untuk dapat mengetahui apakah instrumen tersebut valid atau tidak, dapat dilakukan dengan mengkorelasikan skor butir dengan

skor total (Sugiyono, 2016). Batasan norma yang digunakan adalah 0,20 sehingga dibawah 0,20 harus dibuang (Thorndike dan Thron-dike-Christ, 2014). Setelah instrumen diujikan kepada para ahli, dan diketahui validitasnya, selanjutnya instrumen tersebut dilakukan uji coba instrumen. Instrumen diujicobakan pada subjek yang memiliki kriteria sama dengan subjek asli. Jumlah anggota sampel setidaknya 30 orang. Kemudian selanjutnya data hasil uji coba dilakukan uji daya pembeda. Hal tersebut dilakukan untuk mencari daya pembeda setiap item dari kelompok yang memberikan jawaban tinggi dan jawaban rendah. Oleh karena itu peneliti akan melakukan uji daya beda dengan bantuan program SPSS.

Skala *General Self-Efficacy Scale* (GSE) diadaptasi langsung dari web resmi Schwarzer dan Jerusalem (1995) melalui link <http://userpage.fu-berlin.de/~health/selfscal.htm> dengan versi bahasa Indonesia. Nilai Cronbach's Alpha GSE diketahui sebesar 0.79 dan koefisien korelasi aitem bergerak dari 0.25 hingga 0.60. Selanjutnya pada skala penyesuaian diri yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri Schneiders (1960) yang berjumlah 47 aitem, terdapat 2 aitem yang tidak valid berdasarkan hasil dari *expert judgement* dan terdapat 1 aitem yang memiliki makna sama sehingga harus dieliminasi. Nilai hitung Aiken's V berada pada rentang 0,56 – 0,89, yang artinya 44 aitem tersebut valid.

2. Pengujian Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas dari sebuah instrumen penelitian sangat dianjurkan. Instrumen yang reliabel yaitu instrumen yang jika digunakan beberapa kali untuk mengukur suatu objek yang sama hasilnya akan tetap sama. Dikatakan oleh Azwar (2021) koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka 0 sampai dengan 1.00, dimana semakin tinggi dan mendekati angka 1,00 maka semakin reliabel. Sedangkan menurut Sugiyono (2016), instrumen dikatakan reliabel jika koefisien reliabilitas minimal 0,6. Pengujian reliabilitas alat ukur dapat dilakukan dengan melakukan *internal consistency*, yaitu dengan mengujicobakan alat ukur sekali saja kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan teknik tertentu (Sugiyono, 2015). Berkaitan dengan hal tersebut, peneliti akan menggunakan SPSS untuk melakukan uji reliabilitas.