

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis, Sifat dan Lokasi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional (*correlation research*). Metode ini digunakan karena metode inilah yang paling cocok untuk penelitian psikologi khususnya penelitian untuk melihat hubungan antara satu aspek psikologis terhadap satu aspek yang lainnya, yaitu penelitian yang dilakukan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi.¹

Pendekatan penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif untuk menyesuaikan dengan jenis penelitian ini yang bersifat korelasional yaitu ciri-ciri dari suatu fakta sosial dalam sebuah penelitian dapat dinilai dengan angka-angka.²

Penelitian ini sendiri bersifat lapangan (*field research*) yang sumber datanya langsung diperoleh di lapangan penelitian yaitu mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin.

¹Sumardi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Raja Grafindo Perkasa, 1997). 24.

²Koentjaraningrat, *Metode-Metode Penelitian Masyarakat* (Jakarta: PT Gramedia, 1983), 253.

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian yang digunakan terdiri atas dua macam, yaitu:

- a. Variabel independen (x) dalam penelitian ini adalah efikasi diri.
- b. Variabel dependen (y) dalam penelitian ini adalah stres.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian.³ Jumlah populasi mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin Angkatan 2012 yang ada berdasarkan data yang diberikan pengelola berjumlah 123 orang. Untuk lebih jelasnya dapat di lihat pada tabel berikut:

TABEL 1
POPULASI MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
ANGKATAN 2012

No.	Jurusan	Jumlah
1.	Perbandingan Agama (PA)	10
2.	Tafsir Hadis (TAHA) Reg	31
3.	Tafsir Hadis (TAHA) PKU	30
4.	Akidah Filsafat (AF)	15
5.	Psikologi Islam (PI)	37
	Total	123

³Saifudin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 77.

2. Sampel

Sampel penelitian pada prinsipnya adalah bagian dari populasi yang diambil oleh peneliti untuk mewakili populasi yang ada. Ada dua syarat penting untuk dapat dipilih sebagai sampel, yaitu jumlah yang cukup besar dan mewakili karakteristik populasi.⁴ Jumlah sampel yang diambil untuk penelitian ini berjumlah 60 orang. Yang terdiri dari mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antsari Banjarmasin Angkatan 2012 dalam pembuatan skripsi.

Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive quota sampling*, teknik ini adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan terhadap subjek penelitian dengan menggunakan kuota yang telah ditetapkan sebelumnya.. Untuk lebih jelasnya dapat di lihat pada tabel berikut:

TABEL 2
SAMPel MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
ANGKATAN 2012

No.	Jurusan	Jumlah
1.	Perbandingan Agama (PA)	5
2.	Tafsir Hadis (TAHA) Reg	15
3.	Tafsir Hadis (TAHA) PKU	15
4.	Akidah Filsafat (AF)	6
5.	Psikologi Islam (PI)	19
	Total	123

⁴Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya* (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), 65.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini ada 3 macam, yaitu: angket atau kuisioner, wawancara dan observasi.

1. Angket atau kuesioner

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.⁵

Adapun bentuk angket yang akan digunakan dalam penelitian ini yakni dengan skala likert, yaitu skala yang biasa digunakan untuk mengukur sikap pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Adapun dalam penelitian ini, terdapat dua skala, yaitu skala efikasi diri dan stres, yang terdiri dari komponen:

- a. Setuju (S)
- b. Sangat Setuju (S)
- c. Tidak setuju (TS)
- d. Sangat tidak setuju (STS).

2. Wawancara

Teknik wawancara merupakan pengumpulan data melalui pengajuan sejumlah pertanyaan secara lisan kepada subjek yang diwawancarai. Teknik ini digunakan untuk mendapatkan data yang diperlukan dengan cara

⁵Rahmadi, *Pengantar Metode penelitian* (Banjarmasin : Antasari, 2011), 67.

mengadakan tanya jawab kepada responden dan informan melalui komunikasi secara tidak langsung.⁶ Penulis mengadakan wawancara dalam upaya mengumpulkan informasi dengan mengajukan sejumlah pertanyaan lisan, untuk dijawab secara lisan pula. Ciri utama wawancara ini adalah kontak langsung dan tatap muka antara pencari informasi dan sumber informasi. Namun di sini mereka diarahkan untuk memberikan keterangan-keterangan yang berkaitan dengan pertanyaan yang diajukan oleh si penulis yang mewancarai.⁷

3. Observasi

Observasi merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian kualitatif. Dengan observasi, peneliti dapat mendokumentasikan dan merefleksikan secara sistematis terhadap kegiatan dan interaksi subjek penelitian. Semua yang dilihat dan didengar asalkan sesuai dengan tema penelitian, semuanya dicatat dalam kegiatan observasi yang terencana secara fleksibel dan terbuka.⁸ Observasi yang diambil oleh peneliti adalah non partisipan. Artinya observasi pada penelitian ini, peneliti tidak terlibat langsung dengan kehidupan orang yang diamati, peneliti di sini bertindak

⁶John J. Shaughnessy, *Metode Penelitian dalam Psikologi*, (Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2012), 201.

⁷S. Margono, *Metodelogi Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997), 73.

⁸Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 93.

sebagai pengamat independen dan menjaga jarak dengan objek pengamatannya.⁹

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Sangat erat kaitannya instrumen penelitian dengan teknik pengumpulan data. Setiap teknik pengumpulan data akan memiliki bentuk instrumen yang berbeda pula.¹⁰ Pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Meneliti dengan data yang sudah ada lebih tepat kalau dinamakan membuat laporan dari pada melakukan penelitian. Namun demikian dalam skala yang paling rendah laporan juga dapat dinyatakan sebagai bentuk penelitian.¹¹ Untuk itu maka peneliti dalam bidang sosial instrumen penelitian yang digunakan sering disusun sendiri termasuk menguji validitas dan reliabilitasnya. Jumlah instrumen penelitian tergantung pada jumlah variabel penelitian yang ditetapkan untuk diteliti.¹²

Pada penelitian ini penulis meneliti tentang "Hubungan Efikasi Diri Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin

⁹Rahmadi, *Pengantar Metodologi penelitian*, (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 73.

¹⁰Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), 40.

¹¹Suryana, *Metodologi Penelitian (Model Praktis Kuantitatif dan Kualitatif)*, (Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia Press, 2010), 37.

¹²Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2013), hal. 72.

dalam pembuatan Skripsi” dalam hal ini ada dua skala yang digunakan yaitu skala efikasi diri dan skala stres.

Pernyataan item-item dalam angket dibedakan menjadi dua, yaitu item *favourable* dan *unfavourable*. Pernyataan *favourable* yaitu pernyataan yang mendukung atau memihak pada objek sikap, sedangkan *unfavourable* merupakan pernyataan yang tidak mendukung objek sikap.¹³

Sistem penilaian kedua item itu dibedakan menjadi dua bagian, yaitu sebagai berikut:

1. Item *favourable*

Sangat Setuju : 4

Setuju : 3

Tidak Setuju : 2

Sangat Tidak Setuju : 1

2. Item *unfavourable*

Sangat Setuju : 1

Setuju : 2

Tidak Setuju : 3

Sangat Tidak Setuju : 4

¹³Lihat Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, 45.

Aspek-aspek yang dijadikan dasar dalam pembuatan item adalah sebagai berikut:

a. Skala Efikasi Diri

Skala ini digunakan untuk mengetahui efikasi diri pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin dalam proses pembuatan skripsi. Keseluruhan item yang digunakan terdiri dari dua jalur *favourable* dan *unfavourable*. Skala efikasi diri disusun berdasarkan aspeknya, yaitu:

- 1). Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), derajat tingkat kesulitan tugas, sejauh mana individu merasa mampu dalam melakukan berbagai tugas dengan derajat tugas mulai dari yang sederhana, agak sulit, hingga yang sangat sulit.
- 2). Luas bidang perilaku (*Generality*), sejauh mana individu yakin akan kemampuannya dalam berbagai situasi tugas, mulai dari dalam melakukan suatu aktivitas atau situasi tertentu hingga dalam serangkaian tugas atau situasi yang bervariasi.
- 3). Kemantapan keyakinan (*Strength*), kuatnya keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimiliki.

TABEL 3
BLUE PRINT INSTRUMEN EFIKASI DIRI

No	Dimensi	Indikator	Favorable	Unfavorable	Total
1.	Magnitude	Keyakinan individu atas kemampuannya akan tingkat kesulitan tugas	1,11,12, 27, 45, 44	5,9,10, 38, 43,47	12
		Pemilihan tingkah laku berdasarkan tingkat kesulitan suatu tugas	2,29,30, 49, 16, 50	15,26,28, 40,46,53	12
2.	Strength	Tingkat kekuatan keyakinan pengharapan individu akan kemampuannya	7,8,18,20, 33, 37, 56	13,19,32, 34,39, 41,42	14
3.	Generality	Keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktifitas	3,4,14,22, 24,25,35, 48,51	6,17,21,23, 31,36, 52, 54,55	18
Jumlah			28	28	56

b. Skala Stres

Skala ini digunakan untuk mengetahui stres pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin dalam pembuatan skripsi. Keseluruhan item yang digunakan terdiri dari dua jalur *favourable* dan *unfavourable*. Skala efikasi diri disusun berdasarkan aspeknya, yaitu:

1). Gejala fisik

Sakit kepala, pusing, pening, tidur tidak teratur, insomnia (susah tidur), sakit punggung, terutama di bagian bawah, mencret-mencret dan radang usus besar, susah buang air besar, sembelit, gatal- gatal pada kulit, urat tegang

terutama pada leher dan bahu, terganggu pencernaannya, atau bisulan, terkena darah tinggi atau serangan jantung, kelewat berkeringat, berubah selera makan, lelah, atau kehilangan daya energi, lebih banyak melakukan kekeliruan atau kesalahan dalam kerja atau hidup.

2). Gejala emosional

Gelisah, atau cemas, sedih, depresi, mudah menangis, merana jiwa dan hati, mood berubah-ubah dengan cepat, mudah panas dan marah, gugup, rasa harga diri menurun dan tidak aman, terlalu peka dan mudah tersinggung, marah-marah, gampang menyerang orang dan bermusuhan.

3). Gejala intelektual

Susah berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, melamun secara berlebihan, pikiran, kehilangan rasa humor yang sehat, produktivitas atau prestasi kerja menurun mutu kerja rendah, dalam kerja bertambah kekeliruan yang dibuat.

4). Gejala hubungan interpersonal

Kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah mempersalahkan orang lain, mudah membatalkan janji atau tidak memenuhinya, suka mencari-cari kesalahan orang lain atau menyerang orang lain dengan kata-kata, mengambil sikap terlalu membentengi dan mempertahankan diri.

TABEL 4
BLUE PRINT INSTRUMEN STRES

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Fisik	Lelah	12,18	8,24	4
		Sakit kepala	1,4	5,6	4
		Gangguan tidur	11,45	19,35	4
		Tegang leher dan bahu	2,46	21,52	4
2.	Emosional	Sedih	9,15	14,31	4
		Gugup	3,25	7,44	4
		Mudah marah	20,51	30,59	4
		Gelisah dan cemas	32,39	16,22	4
		Merasa tidak mampu	13,23	34,50	4
		Merasa tidak nyaman	37,66	10,54	4
		Harga diri menurun	33,56	41,42	4
		Mudah tersinggung	17,43	29,69	4
3.	Intelektual	Mudah lupa	27,53	55,64	4
		Pikiran kacau	38,65	67,70	4
		Melamun	58,60	68,72	4
		Susah berkonsentrasi	40,36	28,63	4
4.	Hubungan Interpersonal	Ingkar janji	26,47	57,62	4
		Mempersalahkan orang lain	61,49	73,75	4
		Mencari kesalahan orang lain	71,48	74,76	4
Jumlah			38	38	76

F. Teknik Pengolahan Data

1. Teknik Analisis Instrumen

a. Validitas

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan saat instrumen.¹⁴ Validitas juga berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.¹⁵

Sebuah instrumen dikatakan validitas apabila instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang ingin diukur. Untuk mengetahui validitas suatu instrumen dapat digunakan koefisien korelasi dengan menggunakan rumus *product moment* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - \sum X \cdot \sum Y}{\sqrt{[(N \cdot \sum x^2) - (\sum x)^2][N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi *product moment*

N = Jumlah subjek

x = Jumlah skor item

Y = Jumlah skor total

¹⁴Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1998), 160.

¹⁵Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif: Kuantitatif R & D* (Bandung: Alfabeta, 2008), 121.

b. Reliabilitas Data

Reliabilitas adalah ketepatan atau keejekan alat tersebut dalam mengukur apa yang diukurinya. Artinya kapanpun alat itu digunakan akan menghasilkan alat ukur yang sama.¹⁶

Untuk reliabilitas data yang digunakan penulis akan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* untuk menguji instrumen yang digunakan dalam penelitian dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen.

k = Banyaknya butir pertanyaan.

\sum_b^2 = Jumlah varian butir.

σ_t^2 = Validitas total.¹⁷

¹⁶Lihat Sugiono, *Statistik Untuk Penelitian*, 348.

¹⁷Tedjo.N.Reksoatmodjo, *Statistika untuk Psikologi dan Pendidikan* (Bandung: PT.Refika Aditama, 2009), 193.

2. Analisis Data (korelasi *product moment*)

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis pengaruh (korelasi), yaitu korelasi *product moment*. Korelasi adalah istilah statistik yang menyatakan derajat pengaruh linier (searah bukan timbal balik) antara dua variabel atau lebih. Teknik korelasi dua variabel yang akan diteliti pengaruhnya masing-masing disebut variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y), koefisien korelasi dengan simbol rho (ρ) dan untuk sampel dengan simbol (r).¹⁸ Adapun bentuk rumus deviasi dan bentuk rumus angka kasar sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Rumus angka kasar:

$$r_{XY} = \frac{n \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{n \sum X^2 - (\sum X)^2} \sqrt{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2}}$$

Keterangan:

r_{xy} = korelasi antara variabel X dan Y.

$x = (x_i - \bar{x})$

$y = (y_i - \bar{y})$

¹⁸Usman, H. dan R. Purnomo Setiady Akbar, *Pengantar Statistika*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2000), 35.

G. Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dari suatu penelitian tidak dapat digunakan langsung tetapi harus diolah terlebih dahulu supaya data tersebut dapat dipahami dengan jelas dan teliti. Metode olah data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik. Statistik berarti cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan, dan menganalisa data penelitian yang berbentuk angka-angka dan diharapkan dapat menyediakan dasar-dasar yang dapat dipertanggungjawabkan untuk menarik kesimpulan-kesimpulan yang besar dan untuk mengambil keputusan-keputusan yang baik.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik, sehingga dapat diambil kesimpulan. Pada tahap ini data diolah sedemikian rupa sehingga berhasil disimpulkan kebenaran-kebenaran yang dapat dipakai untuk menjawab pertanyaan yang diajukan dalam penelitian. Untuk melihat hubungan efikasi diri terhadap stres mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin dalam pembuatan skripsi, maka digunakan teknis analisis korelasi *product moment* dari Pearson dengan menggunakan alat bantu komputer dengan program *Statistical Packages for Social Science (SPSS) Release 22 for windows*.