

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian lapangan (*field research*) yang menggunakan data dari subjek penelitian yang selanjutnya disebut sebagai responden dan informan melalui alat pengumpulan data seperti observasi, wawancara, angket dan sebagainya.³⁹ Alasan peneliti menggunakan jenis penelitian lapangan karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data yang akurat dan relevan mengenai *full day school* dan stres akademik siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin.

2. Pendekatan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, yang menitikberatkan pada pemeriksaan teori dengan menggunakan pengukuran numerik terhadap variabel-variabel penelitian dan teknik-teknik statistik untuk menganalisis data.⁴⁰ Alasan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan maksud mencari pengaruh antara variabel *full day school* (X) terhadap variabel stres akademik (Y) dan menyajikan hasil penelitian dalam bentuk angka dan statistik.

³⁹ Annita Sari, Dahlan, dan Yudi Prayitno, "Dasar-Dasar Metodologi Penelitian" (Jayapura: Angkasa Pelangi, 2023), 22–23.

⁴⁰ Ratna Wijayanti Daniar Paramita, Noviansyah Rizal, dan Riza Bahtiar Sulistyan, "Metode Penelitian Kuantitatif Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian Bagi Mahasiswa Akutansi Dan Manajemen,". (Surabaya: Widya Gama Press, 2021), 10.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MTsN 2 Kota Banjarmasin yang berlokasi di Jalan Batu Benawa Raya No. 32 Teluk Dalam, Kecamatan Banjarmasin Tengah, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan, kode pos 70117, <https://maps.app.goo.gl/QgdCrZ2mYTLzvrZD8>.

C. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya.⁴¹ Adapun populasi dalam penelitian ini berjumlah 627 siswa kelas 7 dan 8 di MTsN 2 Kota Banjarmasin. Untuk siswa di kelas 9 tidak dijadikan sebagai populasi karena sudah lulus.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.⁴² Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling* yaitu teknik sampel bersifat kebetulan dalam artian bahwa pengambilan sampel meliputi siapa saja yang bersedia pada saat itu untuk dipelajari.⁴³ Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin yaitu:⁴⁴

⁴¹ Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2012), 80.

⁴² Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D", 81.

⁴³ Rifka Agustianti dkk, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* (Bandung: Tohar Media, 2022), 80.

⁴⁴ Nur Fadilah Amin, Sabaruddin Garancang, dan Kamaluddin Abunawas, "Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian," *JURNAL PILAR: Jurnal Kajian Islam Kontemporer* 14, no. 1 (2023): 25.

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Dengan tingkat kepercayaan 5%

$$n = \frac{627}{1 + 627 (0,0025)}$$

$$n = \frac{627}{2,5675}$$

$n = 244,21$ dibulatkan menjadi 244.

Tabel 3.1 Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah	
		Populasi (N)	Sampel (n)
1	7	311	121
2	8	316	123
Total		627	244

Dalam penelitian ini sampel berjumlah 244 siswa siswi MTsN 2 Kota Banjarmasin yang melaksanakan sistem *full day* dengan karakteristik tertentu. Karakteristik responden ini penting untuk menggambarkan distribusi demografis siswa yang menjadi subjek penelitian dan untuk memahami konteks pengaruh *full day school* terhadap tingkat stres yang mereka alami. Karakteristik yang dijelaskan mencakup jenis kelamin, tingkatan kelas, dan usia. Berikut adalah uraian karakteristik responden berdasarkan data yang telah dikumpulkan.

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 3.2 Pengujian Karakteristik jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	89	36%
Perempuan	155	64%
Total	244	100%

Berdasarkan Tabel 3.2, diketahui bahwa jumlah responden perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Dari total sampel 244 responden, sebanyak 155 orang (64%) adalah siswa perempuan, sedangkan 89 orang (36%) adalah siswa laki-laki. Jumlah ini mencerminkan bahwa populasi siswa perempuan di MTsN 2 Kota Banjarmasin, khususnya pada kelas yang diteliti lebih dominan.

2. Karakteristik Responden berdasarkan Tingkatan Kelas

Tabel 3.3 Pengujian Karakteristik Tingkatan Kelas

Kelas	Frekuensi	Persentase
Kelas 7	121	50%
Kelas 8	123	50%
Total	244	100%

Tabel 3.3 menunjukkan bahwa jumlah responden dari kelas 7 dan kelas 8 relatif seimbang, masing-masing sebesar 121 siswa (50%) dan 123 siswa (50%). Hal ini mencerminkan bahwa keterlibatan siswa dalam penelitian ini cukup merata antara kedua tingkat kelas.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 3.4 Pengujian Karakteristik Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
12 Tahun	18	7%
13 Tahun	111	45%
14 Tahun	95	39%
15 Tahun	18	7%
16 Tahun	2	1%
Total	244	100%

Tabel 3.4 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 13 tahun yaitu sebanyak 111 siswa (45%), diikuti oleh usia 14 tahun sebanyak 95 siswa (39%). Sementara itu responden yang berusia 12 tahun dan 15 tahun masing-masing berjumlah 18 siswa (7%) dan hanya 2 siswa (1%) yang berusia 16 tahun.

D. Data dan Sumber Data

1. Data

Data sebagai informasi data yang berguna bagi peneliti yaitu:

- a. Data Primer, sumber data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini yaitu jawaban responden yang didapat menggunakan angket untuk menanyakan kepada responden mengenai rumusan masalah yang diteliti, yaitu pengaruh pelaksanaan *full day school* terhadap stres akademik siswa di MTsN 2 Kota Banjarmasin.
- b. Data Sekunder, merupakan sumber data yang digunakan sebagai sumber pendukung data pokok yang berkenaan dengan artikel jurnal, buku, gambaran umum sejarah berdirinya MTsN 2 Kota Banjarmasin visi misi, jumlah siswa, keadaan guru dan staf, serta sarana prasarana.

2. Sumber Data

Sumber data adalah subjek dari mana data akan diperoleh yaitu:

- a. Responden, yaitu siswa yang ditetapkan menjadi sampel penelitian.
- b. Dokumentasi, yang memuat data-data atau informasi yang berkaitan dengan permasalahan yang dikemukakan penulis.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Angket atau kuesioner

Menurut Sugiyono dalam Amruddin angket ialah metode pengumpulan data yang melibatkan pemberian daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada

responden untuk dijawab.⁴⁵ Dalam hal ini, angket berbentuk pernyataan tentang bagaimana pelaksanaan *full day school* dan pernyataan mengenai stres akademik yang diajukan kepada siswa. Siswa yang terpilih untuk penelitian ini diberikan kuesioner untuk dijawab guna mengetahui dampak pelaksanaan *full day school* terhadap stres akademik. *Skala Likert* digunakan dalam kuesioner ini. *Skala Likert* merupakan alat untuk mengukur sikap, keyakinan, dan persepsi individu atau kelompok. Dengan menyediakan 4 alternatif jawaban yaitu Tidak Pernah (TP), Kadang-Kadang (KD), Sering (SS), Selalu (SL).⁴⁶

2. Dokumentasi

Teknik dokumenter atau disebut juga teknik dokumentasi adalah prosedur pengumpulan data penelitian melalui sejumlah dokumen baik berupa dokumen tertulis maupun terekam. dokumen tertulis yaitu arsip, buku harian, otobiografi, memorial, kumpulan surat pribadi, kliping, dan lain-lain. Adapun dokumen terekam yaitu foto, mikrofilm, kaset rekaman, dan film.⁴⁷ Metode ini digunakan untuk memperoleh data sejarah singkat, visi, misi, identitas madrasah, jumlah siswa, jumlah guru dan staf tata usaha, sarana prasarana dan jadwal mengajar guru di MTsN 2 Kota Banjarmasin.

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket mengenai *full day school* dan angket mengenai stres akademik siswa. Angket dibagikan ke siswa

⁴⁵ Amruddin dkk, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Sukoharjo: Pradina Pustaka, 2022), 75.

⁴⁶ Sidik Priadana dan Denok Sunarsi, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Tangerang: Pascal Books, 2021), 179-180.

⁴⁷ Sari, Dahlan, dan Prayitno, "Dasar-Dasar Metodologi Penelitian," 105.

dalam bentuk *google form* dan meminta bantuan wali kelas untuk membagikannya ke siswa. Adapun item pernyataan angket *full day school* dari faktor yang dikemukakan oleh Baharuddin.⁴⁸ Sedangkan angket stres akademik komponen dari Sarafino dan Smith dalam Indah dkk.⁴⁹

Tabel 3.5 Kisi-Kisi Angket *Full Day School*

Indikator <i>full day school</i>	Nomor Soal		
	Positif	Negatif	Jumlah
Kurikulum	4, 10	1, 7, 13	5
Sarana prasarana	2, 8, 14	5, 11	5
Sumber daya manusia	6, 12	3, 9, 15	5

Tabel 3.6 Kisi-Kisi Angket Stres Akademik

Indikator stres akademik	Nomor Soal		
	Positif	Negatif	Jumlah
Biologis	9, 13	1, 5, 17	5
Kognitif psikososial	2, 6, 18	10, 14	5
Psikososial emosional	11, 15	3, 7, 19	5
Perilaku psikososial	4, 8, 20	12, 16	5

Tabel 3.7 Skor Instrumen Angket

Pernyataan	Selalu (SL)	Sering (SS)	Kadang-Kadang (KD)	Tidak Pernah (TP)
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

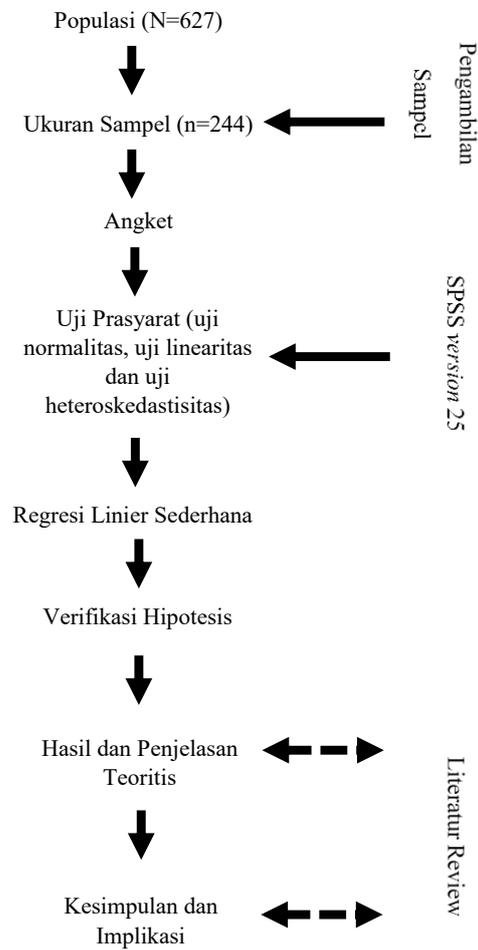
G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear sederhana untuk menganalisis pengaruh pelaksanaan *full day school* terhadap stres akademik siswa.

⁴⁸ Baharuddin, *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*, 232-235.

⁴⁹ Izzati, Tentama, dan Suyono, "Academic Stress Scale: A Psychometric Study For Academic Stress in Senior High School," 156.

Proses analisis ini dapat dilihat pada gambar di bawah:



Gambar 3. 1 Teknik Analisis Data

1. Uji Prasyarat

Uji analisis yang diperlukan harus diselesaikan sebelum analisis regresi dapat dilakukan. Uji prasyarat ini meliputi uji normalitas, uji linearitas dan uji heteroskedastisitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas berperan dalam menentukan apakah data tersebut berada dalam distribusi normal atau tidak.⁵⁰ Jika nilai signifikansi atau probabilitas melebihi 0,05, hipotesis dapat diterima karena diasumsikan bahwa data terdistribusi secara normal.⁵¹

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas digunakan untuk mengevaluasi apakah terdapat hubungan linear yang signifikan antara dua variabel. Hubungan linier terjadi ketika ada hubungan yang lurus antara variabel independen dan dependen dalam rentang tertentu dari variabel independen.⁵² Pengujian linearitas menggunakan SPSS dengan mengacu pada nilai signifikansi. Jika nilai *deviation from linearity* lebih dari 0,05, itu menunjukkan adanya hubungan linier antara kedua variabel.⁵³

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan asumsi klasik heteroskedastisitas yaitu adanya ketidaksamaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi.

2. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linear Sederhana

Uji regresi linear sederhana agar mengetahui pengaruh variabel X dan variabel Y. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel

⁵⁰ Yulianga Nanda Hanief dan Wasis Himawanto, *Statistik Pendidikan* (Yogyakarta: Deepublish, 2017), 67.

⁵¹ Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian* (Medan: Penerbit KBM Indonesia, 2021), 69.

⁵² Linda Rosalina et al., *Buku Ajar Statistika* (Padang: Muharika Rumah Ilmiah, 2023), 68.

⁵³ I Wayan Widana and Putu Lia Muliani, "Uji Persyaratan Analisis" (Pontianak: Klik Media, 2020), 53.

independen dan variabel dependen, apakah positif atau negatif, serta untuk memprediksi nilai variabel dependen ketika nilai variabel independen meningkat atau menurun.

Rumus regresi linear sederhana adalah sebagai berikut:

$$Y' = a + bX$$

Keterangan:

Y = variabel dependen (nilai yang diprediksikan)

X = variabel independen

a = konstanta (nilai Y' apabila X=0)

b = koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)

b. Uji Parsial (Uji T)

Uji T bertujuan untuk mengetahui apakah variabel independen (X) secara parsial (sendiri-sendiri) berpengaruh terhadap variabel independen (Y).

- 1) Jika nilai T hitung > T tabel maka ada pengaruh variabel X terhadap variabel Y.
- 2) Jika nilai T hitung < T tabel maka tidak ada pengaruh variabel X terhadap variabel Y.

c. Koefisien Determinasi (R²)

Koefisien Determinasi pada prinsipnya melihat besar pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Bila angka koefisien determinasi dalam model regresi semakin dekat dengan nol artinya semakin kecil pengaruh semua variabel bebas terhadap variabel terikat atau nilai R² semakin mendekati 100%

artinya semakin besar pengaruh semua variabel bebas terhadap variabel terikat.

Adapun rumus koefisien determinasi yaitu:⁵⁴

$$KP = R^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KP = nilai koefisien determinasi

R^2 = nilai koefisien korelasi

Setelah koefisien determinasi diketahui, selanjutnya dapat diinterpretasikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3.8 Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

H. Teknik Validitas dan Reliabilitas

1. Teknik Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan seberapa valid atau akurat sebuah instrumen. Dengan demikian uji validitas adalah mengukur seberapa baik suatu instrumen memenuhi tujuan yang dimaksudkan. Jika alat ukur mengukur apa yang seharusnya diukur, maka alat ukur tersebut dianggap valid.⁵⁵ Sebelum melakukan uji validitas menggunakan SPSS *version 25*, peneliti melakukan uji validasi ahli terlebih dahulu untuk memastikan bahwa instrumen tersebut telah

⁵⁴ Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian*, 54.

⁵⁵ Slamet Widodo et al., *Buku Ajar Metode Penelitian* (Pangkalpinang: Science Techno Direct, 2023), 53.

dibuat dengan baik dan dapat mengukur variabel yang ingin diteliti dengan akurat. Uji ahli dilakukan oleh satu dosen Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Setelah dilakukan validasi ahli barulah dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen ke 30 responden untuk mengetahui apakah instrumen dinyatakan valid dan reliabel.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi hubungan antara setiap pernyataan individual dengan skor keseluruhan menggunakan metode korelasi *product moment* untuk menilai validitas dari item-item pernyataan dalam kuesioner pelaksanaan *full day school* dan stres akademik. Hasilnya dibandingkan dengan nilai korelasi yang ditunjukkan pada tabel distribusi pada tingkat signifikansi 5% dan 1% dengan derajat kebebasan $df = N-2$ setelah menentukan koefisien validitas untuk setiap item kuesioner. Item dianggap sah pada lokasi yang dipilih jika nilai korelasi yang ditampilkan pada tabel (r tabel) lebih rendah dari nilai korelasi yang dihitung (r hitung). Uji validitas dihitung dengan menggunakan perangkat lunak *Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 25*, yang membuat prosesnya menjadi lebih mudah dan cepat.

Tabel 3.9 Uji Validitas Variabel X

Nomor Soal	R-hitung	R-tabel	Keterangan
1	0,693	0,361	Valid
2	0,697	0,361	Valid
3	-0,610	0,361	Tidak valid
4	0,624	0,361	Valid
5	0,740	0,361	Valid
6	0,658	0,361	Valid
7	0,736	0,361	Valid
8	0,639	0,361	Valid
9	-0,569	0,361	Tidak valid
10	0,614	0,361	Valid
11	-0,109	0,361	Tidak valid
12	0,693	0,361	Valid

13	-0,660	0,361	Tidak valid
14	0,642	0,361	Valid
15	0,470	0,361	Valid

Hasil uji validitas angket penelitian menunjukkan bahwa dari total 15 item pernyataan terdapat 4 item yang tidak valid dengan nilai r -hitung $<$ r -tabel, item-item yang tidak valid tersebut adalah nomor 3,9,11 dan 13. Berdasarkan uji validitas tersebut maka diputuskan untuk menggugurkan jumlah item yang tidak valid tersebut dari instrumen penelitian. Hal ini dilakukan untuk menghemat waktu penelitian yang terbatas agar lebih memudahkan penelitian ke tahap selanjutnya dan item-item pernyataan yang valid cukup untuk mewakili dari indikator-indikator variabel penelitian. Dengan demikian instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 11 item pernyataan yang valid dan dapat digunakan untuk analisis selanjutnya.

Tabel 3.10 Uji Validitas Variabel Y

Nomor Soal	R-hitung	R-tabel	Keterangan
1	0,791	0,361	Valid
2	0,711	0,361	Valid
3	-0,403	0,361	Tidak valid
4	0,566	0,361	Valid
5	-0,416	0,361	Tidak valid
6	0,438	0,361	Valid
7	-0,392	0,361	Tidak valid
8	0,616	0,361	Valid
9	0,678	0,361	Valid
10	-0,686	0,361	Tidak valid
11	0,534	0,361	Valid
12	0,627	0,361	Valid
13	0,805	0,361	Vaalid
14	0,826	0,361	Valid
15	0,675	0,361	Valid
16	-0,451	0,361	Tidak valid
17	0,529	0,361	Valid
18	0,570	0,361	Valid

19	0,558	0,361	Valid
20	0,809	0,361	Valid

Hasil uji validitas angket penelitian menunjukkan bahwa dari total 20 item pernyataan terdapat 5 item yang tidak valid dengan nilai r -hitung $<$ r -tabel, item-item yang tidak valid tersebut adalah nomor 3,5,7,10 dan 16. Berdasarkan uji validitas tersebut maka diputuskan untuk menggugurkan jumlah item yang tidak valid tersebut dari instrumen penelitian. Hal ini dilakukan untuk menghemat waktu penelitian yang terbatas agar lebih memudahkan penelitian ke tahap selanjutnya dan item-item pernyataan yang valid cukup untuk mewakili dari indikator-indikator variabel penelitian. Dengan demikian instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 15 item pernyataan yang valid dan dapat digunakan untuk analisis selanjutnya.

2. Teknik Reliabilitas

Reliabilitas Menguji sesuatu berarti melakukan pengamatan atau pengukuran terhadap objek tersebut. Sebuah tes dianggap memiliki tingkat keandalan yang tinggi ketika hasilnya konsisten dan stabil dari waktu ke waktu. Saat subjek yang sama diukur oleh beberapa orang, dalam berbagai waktu dan tempat, hasilnya harus tetap konsisten atau setidaknya serupa. Instrumen pengukuran yang memiliki tingkat keandalan yang tinggi disebut sebagai instrumen yang reliabel.⁵⁶ Dalam penelitian ini, untuk mengevaluasi keandalan instrumen angket, digunakan rumus *Alpha Cronbach*. Instrumen penelitian dianggap memiliki

⁵⁶ I Komang Sukendra dan I Kadek Surya Atmaja, *Instrumen Penelitian* (Pontianak: Mahameru Press, 2020), 66.

keandalan jika nilai *Cronbach's Alpha* melebihi 0,60.⁵⁷ Hasil uji reliabilitas dalam penelitian ini bisa dilihat pada tabel di bawah:

Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>	Sig	Keterangan
<i>Full Day School</i> (X)	0,870	>0,60	Reliabel
Stres Akademik (Y)	0,910	>0,60	Reliabel

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa variabel X dan Y memiliki reliabilitas yang tinggi dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,870 untuk variabel X dan 0,910 untuk variabel Y. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian untuk variabel X dan Y adalah reliabel dan dapat digunakan untuk mengukur yang ingin diukur dengan konsisten dan akurat.

⁵⁷ Sukendra dan Atmaja, *Instrumen Penelitian*, 75.