

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 8 Surakarta yang terletak di Jl. Sumbing Raya No.49, Mojosongo, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57127. Alasan pemilihan dan pertimbangan dalam pemilihan tempat penelitian di SMA Negeri 8 Surakarta adalah:

- a. Berdasarkan pengalaman peneliti, sudah beberapa kali ke SMA Negeri 8 Surakarta dalam rangka untuk wawancara kepada guru BK maupun observasi atau menyebarkan angket kepada siswa guna menyelesaikan tugas perkuliahan.
- b. Berdasarkan hasil studi literatur yang telah dilakukan peneliti dengan mengkaji jurnal-jurnal dan buku berkaitan dengan stres akademik. Hasil dari kajian literatur menunjukkan terdapat peserta didik yang memiliki indikasi mengalami stres akademik selama pembelajaran jarak jauh. Namun belum banyak kajian terkait stres akademik utamanya selama pembelajaran jarak jauh di Surakarta.
- c. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti berupa wawancara kepada guru BK, penyebaran angket tertutup kepada Bp/Ibu Guru, pemberian angket serta wawancara kepada siswa di SMA Negeri 8 Surakarta, yang berlangsung pada tanggal 13 Januari 2020. Hasil wawancara tersebut menunjukkan terdapat indikasi peserta didik mengalami stres akademik selama pembelajaran jarak jauh. Hal ini didasarkan pada hasil konseling individu maupun konseling kelompok yang telah dilakukan oleh guru BK selama dilaksanakannya PJJ saat pandemi COVID-19.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan saat semester ganjil tahun ajaran 2021/2022, selama 12 bulan. Penelitian ini dimulai pada bulan Desember 2020 diakhiri pada bulan Desember 2021. Kegiatan penelitian ini terbagi menjadi 3 tahapan yaitu, tahap persiapan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian, dan tahap pelaporan hasil penelitian.

Rincian tahapan selama penelitian dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 3.1. Rincian Waktu dan Jenis Kegiatan Penelitian

No.	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan													
		2020			2021						2022				
		7-12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1
1.	Tahap Persiapan														
	Konsultasi Judul Penelitian	■													
	Studi Pendahuluan		■												
	Penyusunan Proposal penelitian		■	■	■										
	Seminar Proposal					■	■								
	Penyusunan instrumen penelitian					■	■	■							
2.	Tahap Pelaksanaan														
	Ijin penelitian							■	■						
	Pengujian instrumen							■	■						
	Pengambilan data											■			
3.	Tahap Pelaporan Hasil Penelitian														
	Analisis data											■			

Penyusunan Laporan	
Ujian Skripsi	

B. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian ini disusun dan dirancang dengan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain komparatif. Menurut Sukmadinata (2012:56) penelitian komparatif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui apakah dua atau lebih dari dua kelompok terdapat perbedaan dalam aspek atau variabel yang diteliti. Selaras dengan pendapat Sugiyono (2016:36) bahwa “penelitian komparatif adalah membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda atau pada waktu yang sama”. Dalam penelitian ini dilakukan dengan variabel stres akademik, yakni dengan sampel peserta didik kelas XI di SMA Negeri 8 Surakarta. Sehingga penelitian ini membandingkan tingkat stres akademik antara peserta didik laki-laki dan peserta didik perempuan di SMA Negeri 8 Surakarta.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2013) populasi adalah keseluruhan objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik yang hendak dipelajari oleh peneliti. Populasi dalam penelitian ini yang akan digunakan adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 8 Surakarta tahun ajaran 2021/2022. Jumlah keseluruhan kelas XI di SMA Negeri 8 Surakarta pada tahun ajaran 2021/2022 adalah sebanyak 396 siswa dengan rincian sebagai berikut:

Table 3.2 Jumlah Populasi Siswa Kelas XI SMA Negeri 8 Surakarta

Jenis kelamin	Jumlah
Siswa laki-laki	179 siswa
Siswa perempuan	217 siswa
Total	396 siswa

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2013) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik dari populasi yang representatif. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah sebanyak 199 siswa dari kelas XI di SMA Negeri 8 Surakarta tahun ajaran 2021/2022 dari semua jurusan. Berikut adalah rincian sampel penelitian yang diklasifikasikan berdasarkan jenis kelamin.

Table 3.3 Jumlah Sampel Penelitian

Jenis kelamin	Jumlah
Siswa laki-laki	90 siswa
Siswa perempuan	109 siswa
Total	199 siswa

D. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini ialah teknik *simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2013) teknik *simple random sampling* adalah suatu bentuk cara atau teknik mengambil suatu sampel tanpa memperhatikan strata populasi yang ada atau dipilih secara acak. Jumlah siswa kelas XI di SMA Negeri 8 Surakarta tahun ajaran 2021/2022 adalah 396 siswa yang meliputi siswa laki-laki sebanyak 179 siswa, dan siswa perempuan sebanyak 217 siswa.

Peneliti menggunakan tingkat kesalahan 5% dengan tingkat kepercayaan 95% dalam penentuan ukuran sampel. Penentuan besaran sampel menggunakan rumus Slovin dengan rumus sebagai berikut ini:

$$S = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

S= Besar Sampel

N= Jumlah Populasi

e= error atau kesalahan pengambilan sampel 5 %

Berdasarkan rumus diatas, maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini dengan taraf kesalahan 5% adalah:

$$S = \frac{N}{1+Ne^2}$$

$$S = \frac{396}{1+396 \cdot 0,05^2}$$

$$S = \frac{399}{1+396 \cdot 0,0025}$$

$$S = \frac{399}{1+0,99}$$

$$S = \frac{399}{1,99}$$

$S = 198.994974874$ dibulatkan menjadi 199

Berdasarkan rumus diatas dapat diketahui bahwa jumlah sampel dalam penelitian ini dari populasi 396 siswa dengan ketentuan taraf signifikansi 5%, sebanyak 199 siswa. Dengan demikian, berdasarkan perhitungan dengan cara berikut jumlah sampel untuk siswa laki-laki 90 sampel dan siswa perempuan 109 sampel

Siswa Laki-Laki	=	$179/396$	X	199	=	89,95	=	90
Siswa Perempuan	=	$217/396$	X	199	=	109,04	=	109

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah salah satu tahapan penting yang harus dilakukan pada sebuah penelitian guna melihat keberhasilan atau kegagalan suatu penelitian tersebut (Samsu, 2017). Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologis stres akademik. Skala psikologis adalah suatu alat ukur aspek afektif yang mengungkap aspek psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Sutoyo, 2014). Skala psikologis yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala stres akademik. Tujuan digunakan skala psikologis ini untuk mengukur tingkat stres akademik peserta didik selama mengikuti pembelajaran jarak jauh. Seberapa tinggi tingkat stress akademik siswa yang mengikuti pembelajaran jarak jauh. Hasil pengisian skala psikologis ini akan diperoleh profil tingkat stress akademik yang nantinya akan dikategorikan

dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah. Dari profil stress akademik yang diperoleh maka akan diketahui apakah terdapat perbandingan tingkat stress akademik antara peserta didik laki-laki dan perempuan. Skala ini diberikan kepada siswa melalui WhatsApp grup yang dikemas dalam google formulir. Skala ini menggunakan pengukuran skala *Likert*, dengan menyediakan empat pilihan jawaban dengan penilaian sebagai berikut:

Tabel 3.4. Penilaian Skala *Likert*

Kategori Jawaban	Nilai / Skor	
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Penilaian dalam skala stres akademik ini apabila skor yang diperoleh dari respon peserta didik terhadap skala stress akademik tinggi maka tingkat stres akademik peserta didik tinggi pula. Sebaliknya, apabila tingkat skor rendah maka tingkat stres akademik peserta didik rendah. Skala psikologis yang digunakan dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan pendapat Izzati, Tentama, Suyono (2020). Menurut Izzati, dkk. (2020) terdapat 4 indikator seseorang diindikasikan mengalami stress akademik. Berdasarkan 4 indikator tersebut, dirumuskan menjadi 17 deskriptor dan 24 item guna mengukur tingkat stress akademik peserta didik selama mengikuti pembelajaran jarak jauh. Berikut adalah penjabaran aspek-aspek dari skala psikologis stress akademik yang akan digunakan:

Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Stres Akademik

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor Item	
			Favorable	Unfavorable
Stres Akademik	Biologis	Sakit kepala, peningkatan denyut jantung, kaki gemetar	1,2,3	4,5,6
	Psikososial kognitif	Sulit konsentrasi, pelupa, perasaan tidak berguna, bingung, putus asa, berpikir negatif, prestasi menurun, merasa tidak menikmati hidup, sulit mengambil keputusan	7,8,9,10	11,12,13,14
	Psikososial emosional	Kesedihan/depresi	15,16	17,18
	Perilaku psikososial	Selektif memilih lingkungan, kurang bersosialisasi, bermusuhan dengan lingkungan, tidak berempati dengan keadaan orang lain	19,20,21	22,23,24

F. Validasi Instrumen Penelitian

Guna memperoleh hasil penelitian yang valid maka diperlukan keabsahan instrumen dalam mengukur suatu variabel. Dalam upaya mengetahui keabsahan data penelitian seringkali ditegaskan pada uji validitas serta uji reliabilitas (Sugiyono, 2016). Suatu instrumen dikatakan valid apabila dapat digunakan untuk mengukur secara valid (Sugiyono, 2017). Berikut ialah ulasan kaitannya dengan proses uji validitas dan reliabilitas instrument penelitian yang telah dilakukan sebelum pelaksanaan penelitian:

1. Uji Validitas

Sugiyono (2017: 348) menyatakan bahwa “instrumen dikatakan valid apabila dapat mengukur apa yang memang seharusnya hendak diukur”. Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji validitas isi dan

uji validitas konstruk. Berikut adalah penjabaran uji validitas instrumen yang telah dilakukan dalam pengembangan instrumen stres akademik:

a. Validitas Isi (*Content Validity*)

Validitas isi adalah uji validitas yang berfokus pada elemen-elemen instrument yang berdasarkan teori-teori tertentu sebagai suatu alat ukur yang kemudian nanti dianalisis secara rasional (Sugiyono, 2017). Sehingga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini telah diuji validitas isinya oleh 2 validator ahli pada bidang bimbingan dan konseling. Pengujian instrumen penelitian ini dilakukan oleh Dosen Bimbingan dan Konseling dari Universitas Sebelas Maret yang telah berkualifikasi di bidang bimbingan dan Konseling.

Lembar penilaian dalam uji validitas isi ini disusun berdasarkan formula Aiken's V. Menurut (Saifudin, 2020) formula Aiken's V ini dapat digunakan untuk menghitung formula hasil penilaian uji validitas isi yang telah diberikan oleh seseorang yang ahli pada bidangnya. Penilaian dalam instrumen ini mencakup 5 aspek dengan 21 deskriptor penilaian. Validator disediakan 4 pilihan jawaban dengan kategori penilaian sebagai berikut:

Table 3.6 Penilaian Uji Validitas Isi:

Kategori penilaian	Nilai/skor
Tidak relevan/tidak baik	1
Kurang relevan/kurang baik	2
Cukup relevan/cukup baik	3
Relevan/baik	4

Penilaian hasil uji validitas ahli dianalisis dengan rumus Aiken's V yang berbunyi sebagai berikut:

$$V = \frac{\sum s}{n(c - 1)}$$

Keterangan:

s = r-lo

r = Angka yang diberikan oleh rater

lo = Angka penilaian validitas yang terendah

n = Jumlah rater

c = Angka penilaian yang tertinggi

Dari rumus diatas maka diperoleh hasil penilaian uji validitas dengan menggunakan formula Aikens'v seperti pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Isi Aiken's V

Validator	Aspek 1		Aspek 2		Aspek 3		Aspek 4		Aspek 5	
	Skor	s	Skor	s	Skor	s	Skor	s	Skor	s
1	13	9	9	6	11	9	18	12	17	10
2	14	10	9	6	9	6	18	12	15	12
$\sum s$	19		12		14		24		22	
V	0.79		0.67		0.78		0.67		0.67	

Berdasarkan hasil analisis penilaian uji validitas isi dengan menggunakan formula Aiken's V, maka instrumen stres akademik yang telah disusun memiliki koefisien 0.72. Berdasarkan tabel kriteria validitas isi Aiken's V yang dirumuskan oleh *Guilford* maka instrumen stress akademik yang telah disusun memiliki tingkat validitas yang tinggi. Berikut adalah kriteria uji validitas, terlihat seperti pada tabel berikut.

Tabel 3.8. Kriteria Validitas

Rentang koefisien	Kriteria Validitas
0.80 - 1.00	Sangat tinggi
0.60 - 0.80	Tinggi
0.40 - 0.60	Cukup
0.20 - 0.40	Rendah
0.00 - 0.20	Sangat Rendah

b. Validitas Konstruk (*Construct Validity*)

Validitas konstruk adalah uji yang dilakukan guna mengetahui sejauh mana instrumen dapat mengukur sesuai dengan definisinya. Menurut Sugiyono (2016) **setelah pengujian konstruk dari ahli maka dilakukan uji coba pengalaman empiris di lapangan** kepada sampel darimana populasi diambil. Instrumen dalam penelitian ini guna mendapatkan ketepatan hasil, maka diuji coba kepada 31 responden

terlebih dahulu sebelum diberikan kepada sampel penelitian. Koefisien nilai validitas konstruk diperoleh menggunakan analisis rumus korelasi *product moment* dengan bantuan aplikasi IBM Statistic SPSS 25 menggunakan teknik *bivariate person*. Item soal dinyatakan valid jika taraf signifikansinya dibawah 0,05. Dari penghitungan yang telah dilakukan diketahui bahwa dari 24 item yang telah disusun 4 diantaranya dinyatakan gugur. Item yang gugur ialah nomor 2, 3, 22, dan 23. Sehingga instrumen stres akademik yang telah dikembangkan memiliki 20 item pernyataan.

2. Uji Reliabilitas

Sugiyono (2017: 348) menyatakan bahwa “instrumen yang reliabel berarti instrumen yang digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama”. Sehingga uji reliabilitas ini berkenaan dengan tingkat konsistensi dan stabilitas data. Penghitungan reliabilitas pada instrumen menggunakan analisis reliabilitas dengan teknik *Alpha Cronbach* melalui aplikasi IBM Statistic SPSS 25. Berikut keterangan rentang koefisien reliabilitas menurut Sugiyono (2017).

Tabel 3.9. Koefisien Tingkat Reliabilitas Instrumen

Rentang Koefisien	Tingkat Reliabilitas
0.000 – 0.199	Sangat rendah
0.200 – 0.399	Rendah
0.400 – 0.599	Sedang
0.600 – 0.799	Kuat
0.800 – 1.000	Sangat Kuat

Hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan instrument stres akademik memiliki skor *Cronbach's Alpha* 0.903. sehingga mengacu pada tabel diatas intrumen stres akademik yang telah dikembangkan memiliki tingkat reliabilitas sangat kuat. Bilamana instrumen ini digunakan untuk mengukur tingkat stress akademik peserta didik selama pembelajaran jarak jauh pada akan memiliki hasil yang sama.

Tabel 3.10. Koefisien Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,903	20

G. Teknik Analisis Data

Sugiyono (2016: 147) menyatakan bahwa analisis data merupakan “serangkaian kegiatan setelah data dari seluruh responden atau data lain terkumpul. Kegiatan tersebut antara lain: mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasikan data berdasarkan variabel, menyajikan data dari tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.”

Penelitian ini, menggunakan analisis statistika deskriptif. Menurut Sugiyono (2016) analisis deskriptif merupakan teknik yang dilakukan dengan cara memaparkan data hasil penelitian kemudian diinterpretasikan tanpa adanya dan tanpa bermaksud untuk menggeneralisasikan kesimpulan yang berlaku untuk umum. Namun dalam penelitian ini, teknik deskriptif ini dilakukan untuk membuat profil tingkat stres akademik siswa laki-laki dan profil tingkat stress akademik siswa perempuan serta membuat perbandingan antara tingkat stres akademik yang dialami peserta didik laki-laki dengan peserta didik perempuan selama mengikuti pembelajaran jarak jauh.

Sedangkan untuk menjawab hipotesis dalam penelitian ini, digunakan uji beda *independent sample t-test* dengan bantuan aplikasi IBM Statistics SPSS 25. Menurut Sugiyono (2016) uji beda *independent sample test* digunakan guna menguji hipotesis komparatif dua sample berpasangan bila datanya berupa interval dan ratio. Sehingga dengan dilakukannya uji *independent sampel test* akan diketahui jika nilai signifikansi $t < 0,05$ maka H_a diterima atau terdapat perbedaan tingkat stres akademik siswa laki-laki dan siswa perempuan selama pembelajaran jarak jauh. Begitu pula sebaliknya jika nilai signifikansi $t > 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga tidak terdapat perbedaan tingkat stres akademik siswa laki-laki dan siswa perempuan selama pembelajaran jarak jauh.

H. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan langkah-langkah yang harus dilakukan dalam penelitian. Langkah-langkah dalam penelitian ini adalah:

1. Tahap Awal

- a. Konsultasi judul skripsi
- b. Menyusun prasyarat pengajuan judul skripsi
- c. Studi pendahuluan
- d. Menyusun proposal skripsi
- e. Seminar proposal skripsi
- f. Menyusun perizinan penelitian
- g. Menyusun instrumen penelitian

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

- a. Melakukan uji validitas dan uji reliabilitas
- b. Menentukan uji instrumen
- c. Pengambilan data

3. Tahap Analisis Data

Analisis data digunakan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres akademik siswa laki-laki dan siswa perempuan selama pembelajaran jarak jauh dengan uji *independent sampel test*.

4. Tahap Penyusunan Laporan

Penyusunan laporan dilakukan sebagai bukti peneliti telah mengadakan penelitian. Pada tahap ini akan dipaparkan hal hal terkait dengan pelaksanaan penelitian dari awal hingga akhir penelitian.