

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tipe Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian korelasional (*Correlational Research*), yaitu penelitian yang mencoba menjelaskan hubungan antara dua variabel penelitian (Reaves, 1992:122). Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin mengetahui apakah ada hubungan antara berpikir positif dengan perilaku mengatasi masalah (*coping behavior*) pada mahasiswa baru.

#### **B. Identifikasi Variabel**

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat-sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Adapun variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dua variabel dengan tidak memperhatikan adanya variabel bebas ataupun variabel terikat, karena X dan Y saling mempengaruhi (Sugiyono, 2004:38).

#### **C. Definisi Operasional**

1. Variabel X = Berpikir positif yaitu cara seseorang untuk mengarahkan pikiran secara positif dengan sengaja. Adapun indikator-indikator yang

digunakan mengacu pada pengertian berpikir positif dari Albrecht (1998:96), yaitu sebagai berikut :

- 1) Perhatian positif terhadap :
    - 1) Kesuksesan
    - 2) Orang-orang
    - 3) Rencana
    - 4) Pemecahan masalah
    - 5) Hiburan
  - 2) Verbalisasi positif, meliputi :
    - 1) Harapan positif (*positive expectation*)
    - 2) Penguatan diri (*self affirmation*)
    - 3) Adaptasi realitas (*reality adaptation*)
    - 4) Penerimaan tanpa syarat (*non-judgmental acceptance*)
2. Variabel Y = Perilaku mengatasi masalah (*coping behavior*) yaitu perilaku yang digunakan dalam menghadapi permasalahan dengan cara menghindari, menjauhi, dan mengurangi stres atau dengan menyelesaikan permasalahan tersebut dan mencari dukungan sosial. Adapun indikator perilaku mengatasi masalah (*coping behavior*) dalam penelitian ini mengacu pada pengklasifikasian perilaku *coping* dari Aspinwall dan Taylor (1992, 989-1003), yaitu sebagai berikut :

- a. *Active Coping*, meliputi :
  - 1) Lebih berorientasi pada penyelesaian masalah.
  - 2) Meminta dukungan dari individu lain.

- 3) Melihat situasi dari segi positifnya.
  - 4) Menyusun rencana yang akan dilakukan untuk menyelesaikan permasalahannya.
  - 5) Realistik.
- b. *Avoidant Coping*, meliputi :
- 1) Menjauhi permasalahan dengan menyibukkan diri pada aktivitas lain.
  - 2) Menarik diri (*withdrawl*).
  - 3) Bersifat emosional.
  - 4) Suka berkhayal dan berangan-angan.
  - 5) Makan berlebihan.
  - 6) Menggunakan obat penenang.

## **D. Populasi dan Teknik Sampling**

### **1. Populasi**

Populasi adalah seluruh individu yang dimaksudkan untuk diteliti (Winarsunu, 2004:12). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru di Universitas Muhammadiyah Gresik yang berjumlah 507 orang, namun tidak seluruhnya dijadikan sebagai sampel seperti yang telah dikemukakan oleh Sugiarto (2001:10) bahwa untuk tahap awal ataupun untuk peneliti pemula sampel diambil sekitar 10 % dari total individu populasi yang diteliti dengan pertimbangan ukuran sampel tersebut telah dapat memberikan ragam sampel yang dapat

diperkirakan tepat atau mewakili. Jumlah sampel juga banyak bergantung pada faktor-faktor lain seperti biaya, fasilitas, waktu yang tersedia, dan populasi yang bersedia dijadikan sampel. Dalam penelitian ini, cara pengambilan sampel yaitu dengan melihat tabel penentuan jumlah sampel dan populasi tertentu yang dikembangkan dari *Isaac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 10 % (Sugiyono, 2004:99) yaitu dari jumlah populasi 507 didapat sampel sebanyak 176. Jadi sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 176 orang dari masing-masing fakultas yang terdiri dari kelas pagi dan kelas sore.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian adalah mahasiswa baru Universitas Muhammadiyah Gresik, dengan karakteristik sebagai berikut :

1. Masih aktif mengikuti kegiatan belajar mengajar di Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Berusia antara 18 – 21 tahun.
3. Jenis kelamin laki-laki dan perempuan.
4. Berada pada tingkat pertama (tahun pertama kuliah).
5. Sedang mengalami masa transisi dan penyesuaian diri dengan lingkungan akademis yang baru.

Dipilihnya lokasi penelitian di Universitas Muhammadiyah Gresik ini dengan pertimbangan bahwa :

1. Kemudahan dalam memperoleh ijin penelitian.

2. Lokasi penelitian adalah tempat peneliti menuntut ilmu sehingga mempermudah pelaksanaan penelitian, menghemat waktu serta biaya.

## 2. Teknik Sampling

Sampel adalah sebagian kecil individu yang dijadikan wakil dalam penelitian tersebut (Winarsunu, 2004:13). Teknik pengambilan sampel menjadi sangat penting peranannya dalam suatu penelitian, agar sampel yang diambil dapat mewakili populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *proportional random sampling*, dimana dalam pengambilan sampel dari anggota populasi secara acak yang terdiri dari kelompok atau golongan yang setara (Widodo, 2004:48).

## E. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan variabel-variabel penelitian yang diungkapkan dengan angket. Angket merupakan suatu metode yang berisi tentang suatu daftar pertanyaan atau pernyataan mengenai suatu hal yang akan diteliti (Hadi, 1997:157). Adapun alasan penggunaan angket ini menurut Hadi yang didasarkan pada asumsi sebagai berikut :

1. Subyek adalah individu yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
2. Apa yang dinyatakan oleh subyek pada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Interpretasi subyek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepadanya adalah sama dengan yang dimaksud oleh peneliti.

Asumsi-asumsi tersebut di atas juga mempunyai kelemahan-kelemahan karena angket mendasarkan pada *self report* yang penggunaannya sebagian memakai prinsip introspeksi. Kelemahan-kelemahan tersebut antara lain adalah sebagai berikut (Hadi, 1997:157):

1. Unsur-unsur yang tidak disadari tidak dapat diungkap.
2. Besar kemungkinan jawaban responden dipengaruhi oleh keinginan-keinginan pribadi.
3. Ada hal-hal yang tidak perlu dinyatakan, misalnya hal-hal yang memalukan atau yang dipandang tidak penting untuk dikemukakan.
4. Kesukaran merumuskan keadaan diri sendiri ke dalam bahasa.

Bentuk angket kedua variabel dalam penelitian ini menggunakan modifikasi skala *Likert (method of summated ratings)*. Model modifikasi skala *likert* ini dalam menyusun pernyataannya terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan diantaranya sebagai berikut (Usman, 2006:69) :

- a. Bentuk standar skala likert adalah 1 sampai 5.
- b. Jumlah item dibuat berkisar 25 sampai 30 pernyataan untuk mengukur sebuah variabel, sehingga reliabilitasnya cenderung tinggi.
- c. Item dibuat dalam bentuk positif dan negatif dalam proporsi yang seimbang serta ditempatkan secara acak.

Tahapan yang dilakukan dalam membuat modifikasi skala *likert* adalah sebagai berikut :

1. Peneliti membuat item-item yang relevan dengan masalah penelitian yang tercantum dalam *blue print* yang dibedakan menjadi item-item *favorabel* dan *unfavorabel*.
2. Item-item tersebut diuji cobakan langsung kepada sampel yang dalam hal ini disebut sebagai uji coba terpakai. Setiap pernyataan dalam kuesioner mempunyai lima *alternative* jawaban yaitu **Sangat Sesuai (SS)**, **Sesuai (S)**, **Netral (N)**, **Tidak Sesuai (TS)**, dan **Sangat Tidak Sesuai (STS)**.  
Skoring terhadap item-item tersebut adalah sebagai berikut :

**Tabel. 2 Skoring Item Skala Likert**

Alternatif Jawaban		Skor	
		Favorabel	Unfavorabel
<b>SS</b>	Sangat Sesuai	5	1
<b>S</b>	Sesuai	4	2
<b>N</b>	Netral	3	3
<b>TS</b>	Tidak sesuai	2	4
<b>STS</b>	Sangat Tidak Sesuai	1	5

3. Menjumlahkan skor masing-masing individu yang kemudian respon-respon subyek tersebut dianalisis untuk mengetahui item-item mana yang valid dan tidak valid.

Adapun penyebaran item dari angket perilaku mengatasi masalah (*coping behavior*) dan berpikir positif yaitu sebagai berikut :

**Tabel. 3 Blue Print Angket Perilaku Mengatasi Masalah ( *Coping Behavior* )**

No.	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item	Bobot (%)
		Favorabel	Unfavorabel		
<u>Active Coping</u>					
1.	Lebih berorientasi pada penyelesaian masalah	6, 11, 39	15, 29, 35	6	12
2.	Meminta dukungan dari individu lain	1, 16, 47	3, 25, 38	6	12
3.	Melihat situasi dari segi positifnya	2, 36	7, 12	4	8
4.	Menyusun rencana yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah	17, 24	31, 43	4	8
5.	Realistik	41, 50	4, 23	4	8
<u>Avoidant coping</u>					
6.	Menjauhi permasalahan dengan menyibukkan diri pada aktivitas lain	18, 44	27, 30	4	8
7.	Menarik diri	5, 42	26, 34	4	8
8.	Emosional	10, 20, 48	13, 22, 46	6	12
9.	Suka berkhayal atau berangan-angan	8, 33	19, 37	4	8
10.	Makan berlebihan	21, 45	9, 28	4	8
11.	Menggunakan obat penenang	32, 40	14, 49	4	8
<b>Jumlah</b>		<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>	<b>100</b>



**Tabel 4. Blue Print Angket Berpikir Positif**

No.	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item	Bobot (%)
		Favorabel	Unfavorabel		
	<u>Perhatian Positif terhadap :</u>				
1.	Orang – orang	2, 15	25, 29	4	8
2.	Kesuksesan	1, 34, 46	7, 16, 39	6	12
3.	Rencana	17, 30	21, 41	4	8
4.	Pemecahan masalah	27, 35	8, 22	4	8
5.	Hiburan	9, 14, 38	24, 31, 42	6	12
	<u>Verbalisasi Positif</u>				
6.	Penguatan diri	26, 36, 47	3, 10, 18	6	12
7.	Penerimaan tanpa syarat	4, 11, 43	23, 37, 40	6	12
8.	Adaptasi realitas	5, 6, 32, 45	13, 20, 48, 50	8	16
9.	Harapan positif	19, 28, 44	12, 33, 49	6	12
	<b>J u m l a h</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

## F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### F.1 Validitas Alat Ukur

Validitas didefinisikan sebagai ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi pengukuran. Alat ukur dapat dikatakan valid apabila alat ukur tersebut dapat memberikan hasil pengukuran sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran (Azwar, 2004:5).

Perhitungan validitas item dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* yang akan menghasilkan koefisien korelasi yang menyatakan besarnya validitas masing-masing item.

**Rumus 1 : Korelasi *Product Moment***

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}} \dots\dots\dots(1)$$

(Hadi, 1997:294)

**Keterangan :**

$r_{xy}$  = Korelasi *Product Moment*

N = Jumlah Subyek yang diteliti

$\sum X$  = Jumlah variabel X

$\sum Y$  = Jumlah variabel Y

$\sum XY$  = Jumlah perkalian X dan Y

Untuk mengetahui apakah nilai korelasi yang diperoleh signifikan atau tidak, angka korelasi bagian total yang diperoleh harus dibandingkan dengan angka kritis *r product moment*. Bila hasil atau nilai yang didapatkan dari perhitungan itu memiliki nilai yang lebih besar daripada nilai tabel korelasi, maka item tersebut dinyatakan valid. Sebaliknya jika nilai yang didapatkan lebih kecil dari tabel korelasi, maka item tersebut dinyatakan tidak valid atau gugur.

**F.2 Reliabilitas Alat Ukur**

Sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subyek yang sama diperoleh hasil yang relatif tetap adanya toleransi

terhadap perbedaan-perbedaan kecil diantara hasil beberapa kali pengukuran selama aspek yang diukur dalam diri subyek tidak berubah (Azwar, 2004:4).

Menurut Nunnaly (Ghozali, 2001:133), pengujian reliabilitas kuesioner mahasiswa dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Cronbach Alpha*, di mana suatu variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* > 0,60. adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$r_{ii} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma_t^2} \right] \dots\dots\dots (2)$$

(Azwar, 2004:78)

**Keterangan :**

$r_{ii}$  = Reliabilitas instrument

$k$  = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma^2$  = Jumlah varian butir

$\sigma_t^2$  = Varian total

Baik untuk pengujian validitas maupun reliabilitas, keseluruhan perhitungan dilakukan dengan menggunakan bantuan computer program SPSS ver.12

**G. Teknik Analisis Data**

Proses pengumpulan data yang sudah dilakukan akan diperoleh sejumlah data kasar yang masih harus diolah dalam bentuk yang lebih

sederhana, sehingga dapat dibaca dan diinterpretasikan dengan mudah. Tujuan tersebut diperlukan suatu metode atau analisis data.

Metode analisis statistik adalah cara ilmiah untuk mengumpulkan, menyusun, meringkas, dan menyajikan data penelitian yang berwujud angka-angka. Statistik juga merupakan cara untuk mengolah dan menarik kesimpulan-kesimpulan yang diteliti serta membuat keputusan-keputusan yang logis dari pengolahan data (Hadi, 1997:30). Analisis data yang dipilih dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment* dari *Karl Pearson*. Rumusnya adalah sebagai berikut :

**Rumus 3 : *Product Moment***

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}} \dots\dots\dots(3)$$

(Hadi, 1997:294)

**Keterangan :**

$r_{xy}$  = Korelasi *Product Moment*

N = Jumlah Subyek

$\sum X$  = Skor tiap item

$\sum Y$  = Skor total

$\sum XY$  = Jumlah perkalian X dan Y

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis program SPSS ver.12