

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tipe penelitian

Tipe penelitian ini adalah penelitian korelasional yaitu penelitian yang akan melihat hubungan antara variabel atau beberapa variabel dengan variabel lain. Variabel yang digunakan untuk memprediksi disebut variabel independen, sedangkan variabel yang diprediksi disebut variabel dependen (Zuriah, 2005 : 56).

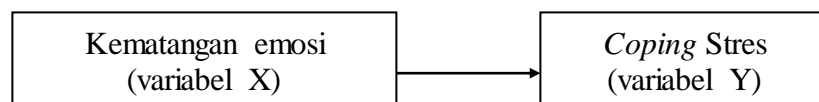
B. Identifikasi variabel

a. Variabel bebas (X)

Adalah variabel yang diduga merupakan faktor yang mempengaruhi variabel terikat (Srikandi, 1993: 12). Variabel bebasnya adalah :
kematangan emosi

b. Variabel terikat (Y)

Adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Notoatmodjo, 1993: 19). Variabel terikatnya adalah : *coping* stres.



Gambar 2 : Skema hubungan antara variabel X dan Y

C. Definisi operasional

Definisi operasional merupakan petunjuk tentang bagaimana sesuatu variabel itu di ukur. Jadi definisi operasional ini di maksudkan untuk mengukur dan membatasi data yang di butuhkan dalam penelitian yang sesuai dengan ruang lingkup pembatasan.

Batasan istilah dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel terikat yaitu : *coping* stres adalah cara yang dilakukan oleh individu untuk menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, respon terhadap situasi yang mengancam. Jenis- jenis *coping stres* dalam penelitian ini meliputi *problem focused coping* adalah *confrontive coping, seeking social support, planful problem solving*. Sedangkan yang termasuk *emotion focused coping* adalah *self control, distancing, positive reappraisal, accepting responsibility, escape avoidance*.

a. *Problem focused coping* Dengan indikator sebagai berikut :

1. Memegang teguh pendirian dan memperjuangkan keinginannya, mengubah situasi secara agresif
2. Mencari dukungan atau saran orang lain untuk menghadapi situasi stres.
3. Membuat rencana tindakan dan mengubah situasi untuk memecahkan masalah.

- b. *Emotion focused coping* Dengan indikator sebagai berikut :
1. Mengontrol perasaan dan tindakannya
 2. Melepaskan diri dari situasi stres dengan menyibukkan diri ke dalam berbagai aktifitas dan menciptakan pandangan positif terhadap situasi stres.
 3. Mempunyai cara khusus menghadapi nilai-nilai religius untuk mengubah pemikiran diri secara positif
 4. Mengenali peran diri dalam menghadapi situasi masalah dan belajar dari pengalaman dengan melakukan hal yang benar.
 5. Melarikan diri atau menghindari dari situasi stres yang ada.
2. Variabel bebas yaitu : kematangan emosi adalah tingkat seberapa tinggi komponen-komponen kematangan emosi yang dimiliki individu dengan indikator kematangan emosi sebagai berikut :
- a. Menerima kenyataan atau realistis terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di dalam diri dan luar dirinya
 - b. Mampu mengelola untuk mengendalikan emosi dengan stabil serta selektif dalam memberikan respon dan mengekspresikan emosi secara tepat
 - c. Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain
 - d. Mengenal kelebihan dan kekurangan diri
 - e. Menghargai orang lain dan memiliki sikap toleransi terhadap orang lain

D. Populasi dan sampling

Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian atau obyek yang diteliti (Notoatmodjo, 2002 : 135), sedangkan sampel bisa diartikan sebagai bagian dari keseluruhan individu atau unit atau kelompok yang akan diteliti untuk menemukan penggambaran sifat maupun keadaan populasinya (Sugiyono, 2001 : 57).

Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik, dan sampel yang diambil adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi yang melakukan herregistasi baik yang aktif maupun yang bebas studi di Universitas Muhammadiyah Gresik pagi dan sore.

Ciri-ciri populasi sebagai berikut

1. Laki-laki atau perempuan
2. Berusia antara delapan belas hingga tiga puluh empat tahun, karena pada usia delapan belas hingga tiga puluh empat tahun menurut teori perkembangan tergolong pada masa dewasa, dan pada masa dewasa ini individu kebanyakan telah mampu melakukan pemecahan masalah mereka dengan cukup baik sehingga mereka menjadi stabil dan tenang secara emosional (Hurlock, 1999: 249).
3. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik yang melakukan herregistasi baik yang aktif maupun yang bebas studi.

4. Berstatus Mahasiswa murni, mahasiswa bekerja, mahasiswa bekerja dan berkeluarga. Karena diharapkan Mahasiswa mampu memahami dan memberikan respon terhadap pernyataan kuesioner dengan baik.

Arikunto, 1995 (dalam Zuriah, 2005: 122), teknik sampling di definisikan sebagai pemilihan sejumlah subyek penelitian sebagai wakil dari populasi sehingga dihasilkan sampel yang mewakili populasi yang dimaksud.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling jenuh atau total sampling*, yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Teknik ini dipilih dengan pertimbangan sesuai dengan tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini, dan dikarenakan sedikitnya populasi dalam lingkungan penelitian ini maka sampel yang digunakan adalah seluruh populasi penelitian yaitu seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik yang melakukan herregistrasi.

E. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan masalah yang penting dalam penelitian karena akan mempengaruhi baik buruknya hasil penelitian. Teknik pengumpulan data yang baik memungkinkan suatu gejala atau obyek dapat diidentifikasi dengan baik. Untuk memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian ini, maka pengumpulan data dilakukan dengan metode angket dengan tipe *closed-ended* atau angket

tetutup. Metode ini berfokus pada laporan tentang diri sendiri atau *self report*, atau setidaknya pada pengetahuan dan keyakinan pribadi (Hadi, 1989).

Penggunaan angket berdasarkan pertimbangan :

1. Waktu untuk mendapatkan data relatif singkat, dalam waktu singkat dapat diperoleh banyak data.
2. Dapat dilakukan sekaligus pada subyek besar.
3. Biaya relatif murah (Suryabrata, 1990: 17-18).

Angket yang disajikan kepada subyek penelitian meliputi tiga macam yaitu:

1. Angket identitas diri

Angket ini terdiri dari sejumlah pertanyaan, dan pertanyaan dalam bentuk *closed-ended*. Angket ini bertujuan untuk mengungkapkan karakteristik sampel seperti yang dimaksudkan peneliti meliputi : nama, jenis kelamin, usia, status, angkatan, semester dan alamat. Identitas ini akan dijamin kerahasiaannya.

2. Angket coping stres

Angket ini merupakan modifikasi dari alat ukur *ways of coping* rancangan Lazarus dan Susan Folkman (1984) yang meliputi delapan bentuk coping yaitu *confrontive coping*, *seeking social support*, *planful problem solving*. Sedangkan yang termasuk *emotion focused coping* adalah *self control*, *distancing*, *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, *escape avoidance*. Kegunaannya adalah untuk

mengetahui pola seseorang dalam menanggulangi situasi yang menekan, yang tidak mengenakan atau dirasakan menimbulkan stres. cara pengisian angket adalah subyek/responden diminta untuk menentukan seberapa sering menghadapi situasi yang tidak menyenangkan atau situasi stres. Ada empat alternatif jawaban yang harus dipilih oleh responden untuk menunjukkan tingkat keseringan menggunakan pola *coping* stres. Dengan ketentuan skor tiap item pernyataan sebagai berikut :

Tabel 1 : Skoring skala likert

PERNYATAAN	SKOR
Tidak pernah dilakukan	1
Kadang-kadang dilakukan	2
Agak sering dilakukan	3
Sering dilakukan	4

Tabel 2 : Blueprint kuesioner *coping* stres

No	<i>Problem focus coping</i>	Indikator	Item	Skala
1	<i>confrontive coping</i>	Memegang teguh pendirian dan memperjuangkan keinginannya, mengubah situasi secara agresif	3, 4, 9, 21, 27, 48	1, 2, 3, 4
2	<i>seeking social support</i>	Mencari dukungan atau saran orang lain untuk menghadapi suatu stres	1, 8, 10, 22, 28, 51	1, 2, 3, 4

3	<i>planful problem solving</i>	Membuat rencana tindakan dan mengubah situasi untuk memecahkan masalah	2, 7, 23, 26, 39, 49	1, 2, 3, 4
	<i>Emotion focused coping</i>	Indikator	Item	Skala
4	<i>self control</i>	Mengontrol perasaan dan tindakannya	5, 6, 24, 25, 29, 30, 40, 41	1, 2, 3, 4
5	<i>distancing</i>	Melepaskan diri dari situasi stres dengan menyibukkan diri kedalam berbagai aktifitas dan menciptakan pandangan positif terhadap situasi stres	11, 17, 31, 32, 42, 43, 52, 55, 56	1, 2, 3, 4
6	<i>positive reappraisal</i>	Mempunyai cara khusus menghadapi nilai-nilai religius untuk mengubah pemikiran diri secara positif	15, 16, 33, 38, 44, 53, 54	1, 2, 3, 4
7	<i>accepting responsibility</i>	Mengenali peran diri dalam menghadapi suatu masalah dan belajar dari pengalaman dengan melakukan hal yang benar	14, 18, 37, 45	1, 2, 3, 4
8	<i>escape avoidance</i>	Melarikan diri atau menghindari dari situasi stres yang ada	12, 13, 19, 20, 34, 35, 36, 46, 47, 50	1, 2, 3, 4
		TOTAL	56	

3. Angket kematangan emosi

Angket ini dibuat untuk mengetahui tingkat kematangan emosi yang akan dijangkau melalui item-item yang mengidentifikasi lima ciri kematangan emosi sebagai indikator yaitu Menerima kenyataan atau realistis terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di dalam diri dan luar dirinya, Mampu mengelolah untuk mengendalikan emosi dengan stabil serta selektif dalam memberikan respon dan mengekspresikan emosi secara tepat, Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain, Mengenal kelebihan dan kekurangan diri, Menghargai orang lain dan memiliki sikap toleransi terhadap orang lain.

Ada beberapa pernyataan yang harus disikapi oleh responden dengan cara memilih salah satu dari lima alternatif jawaban yang telah disediakan yaitu: sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Penyusunan angket ini mengacu pada prinsip likert, sehingga pernyataan-pernyataan dalam angket tersebut disusun dalam dua pengelompokan yaitu pernyataan yang mendukung (favorabel) dan pernyataan yang tidak mendukung (unfavorabel).

Tabel 3 : skoring skala likert

Dengan ketentuan skor tiap item pernyataan sebagai berikut :

ITEM POSITIF (FAVORABLE)	ITEM NEGATIF (UNFAVORABLE)
Sangat setuju : 5	Sangat setuju : 1
Setuju : 4	Setuju : 2

ITEM POSITIF (FAVORABLE)	ITEM NEGATIF (UNFAVORABLE)
Kadang-kadang : 3	Kadang-kadang : 3
Tidak setuju : 2	Tidak setuju : 4
Sangat tidak setuju : 1	Sangat tidak setuju : 5

Tabel 4 : *Blueprint* kuesioner kematangan emosi

No	Indikator	Item	Item	Total
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Menerima kenyataan atau realita terhadap perubahan-perubahan yang terjadi didalam dirinya	1, 23, 25, 26, 32	2, 3, 24, 27, 45	10
2	Mampu mengelolah untuk mengendalikan emosi dengan stabil serta selektif dalam memberikan respon untuk mengekspresikan emosi secara tepat	6, 7, 31, 43, 44	4, 5, 46, 47, 49	10
3	Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain	8, 9 13, 28, 48	10, 11, 12, 29, 30	10
4	Mengenal kelebihan dan kekurangan diri	14, 15, 21, 35, 36, 50	16, 22, 37, 38, 42, 52	12
5	Menghargai orang lain dan memiliki sikap toleransi terhadap orang lain	19, 20, 34, 40, 41 51	17, 18, 33, 39, 53, 54	12
				54

Pengumpulan data dengan menggunakan angket skala likert dengan pertimbangan sebagai berikut :

1. Skor-skor yang diperoleh dari pengukuran digunakan untuk perbandingan antar kelompok.
2. Skala likert hanya akan memperoleh gambaran kasar posisi subyek pada skala perilaku yang diukur. Datanya adalah data ordinal, oleh karena itu interpretasinya adalah lebih tinggi atau lebih rendah, lebih setuju atau lebih tidak setuju, dan sebagainya.
3. Ingin membandingkan skor subyek dengan kelompok normatifnya. Interpretasi skala likert tidak dapat dilakukan secara langsung. Skor subyek baru dapat diinterpretasikan bila dibandingkan dengan skor-skor lain dalam kelompok normatifnya.
4. Menginginkan menyusun pengukuran perilaku yang lebih sederhana dan lebih mudah dilihat. Skala likert jauh lebih sederhana dalam pembuatan dibandingkan dengan skala lain (Zainuddin, 2001: 1-2).

Selain itu penggunaan angket dengan skala likert mempunyai kelebihan sebagai berikut :

1. Dalam menyusun skala, item-item yang tidak jelas menunjukkan hubungan dengan sikap yang diteliti masih dapat dimasukkan dalam skala.
2. Skala likert lebih mudah membuatnya.
3. Skala likert mempunyai reliabilitas lebih tinggi dibandingkan dengan skala lain.

4. Skala likert dapat memperlihatkan item yang dinyatakan dalam beberapa respon sangat setuju, setuju, bimbang, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.tentang senang tidak senang terhadap suatu item.
5. Karena jangka responsi yang lebih besar membuat skala likert dapat memberikan keterangan yang lebih nyata dan jelas tentang pendapat atau sikap responden tentang variabel yang dipertanyakan.

Skala likert juga mempunyai kelemahan sebagai berikut :

1. Karena ukuran yang digunakan adalah ukuran ordinal, skala likert hanya dapat mengurutkan individu dalam skala, tetapi tidak dapat membandingkan beberapa kali satu individu lebih baik dari individu lain.
2. Kadangkala total skor dari individu tidak memperlihatkan arti yang jelas, karena banyak pola respon terhadap beberapa item akan memperlihatkan skor yang sama.

F. Validitas alat ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya. Suatu alat tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut dapat menjalankan fungsi ukurnya atau memberi hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut (Nazir, 1983: 383).

Secara empiris tinggi rendahnya validitas ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien validitas. Untuk mencari validitas, cara yang paling banyak dipakai adalah dengan cara mengkorelasikan antara skor yang diperoleh pada masing-masing item dengan skor total (Ancok, 1992: 16). Skor total adalah nilai yang diperoleh dari hasil penjumlahan semua skor pada item. Korelasi antar skor item dengan skor total harus signifikan berdasarkan ukuran statistik tertentu.

Dalam penelitian ini tipe validitas yang dipakai adalah validitas konstruk yaitu tipe validitas yang menunjukkan seberapa jauh tes mengungkapkan *trait* atau konstruk teoritis yang hendak diukur, konsep yang berjalan terus sejalan dengan perkembangan konsep yang diukur (Zainuddin, 2001: 80). Teknik pengujian validitas yang digunakan adalah dengan korelasi *Product Moment* dari pearson yang akan mengkorelasikan skor total item dengan skor total subyek.

Dengan rumus sebagai berikut :

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

Rumus 1. Korelasi Product Moment Pearson

G. Reliabilitas alat ukur

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat di percaya atau dapat di andalkan. Apabila suatu alat ukur dipakai dua kali atau lebih untuk mengukur gejala yang sama dan hasil pengukurannya yang diperoleh relatif konsisten, maka alat ukur tersebut di katakan reliabel. Dengan kata lain, reliabilitas menunjukkan pada konsistensi satu alat ukur dalam mengukur gejala yang sama (Zuriah, 2005 : 192). Tinggi rendah reliabilitas juga di tunjukkan oleh suatu angka yang di sebut koefisien reliabilitas.

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah dengan teknik *alpha cronbach* pada program SPSS 12, karena teknik ini dapat digunakan pada butir-butir yang tingkat kesukarannya seimbang atau hampir seimbang.

Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

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

Rumus 2. Koefisien Reliabilitas *Alpha Cronbach*

H. Teknik analisis data

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara dua variabel maka dalam pengolahan data menggunakan teknik Korelasi *Product Moment* dari Pearson dalam program statistik SPSS 12. hal ini didasarkan pada pertimbangan penelitian ini yang ingin melihat apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan *coping* stres mahasiswa.

Hasil pengujian menggunakan program SPSS 12 akan menghasilkan peluang ralat (β) yang berfungsi untuk menentukan apakah suatu hipotesis dapat dikatakan signifikan atau tidak.