

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, yaitu sebuah metode penelitian yang lebih menekankan pada data yang dihitung secara statistik untuk kemudian diambil suatu kesimpulan. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2009:8).

Dalam penelitian ini merupakan penelitian komparatif yang dimaksudkan rumusan masalah penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih simple yang berbeda, atau pada waktu yang berbeda (Sugiyono, 2011:36).

Penelitian ini menjelaskan dan menguji hipotesis tentang adanya perbedaan stres siswa SMA NU 1 Gresik yang mengikuti bimbingan belajar dengan yang tidak mengikuti bimbingan belajar, dimana siswa SMA yang dimaksud adalah siswa kelas 12.

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009: 38). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu, variabel terikat (*Dependent Variabel*) dan variabel bebas (*Independent Variabel*).

1. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2009: 39). Jadi variabel terikat, nilai-nilainya bergantung pada variabel lain dan biasanya disimbolkan dengan huruf Y. Variabel Terikat pada penelitian ini adalah tingkat stres siswa SMA NU 1 Gresik.

2. Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2009: 39). Variabel ini, nilai-nilainya tidak tergantung pada variabel lainnya dan biasanya disimbolkan dengan huruf X.

Variabel Bebas pada penelitian ini yaitu:

1. Mengikuti bimbingan belajar
2. Tidak mengikuti bimbingan belajar

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati, yang diberikan kepada suatu variabel dengan cara memberikan arti, atau menspesifikasikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstruk (Azwar, 2007:74). Pada penelitian ini, definisi operasional dari variabel yang diukur dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1) Variabel Terikat (*Dependent Variabel*) : Tingkat stres siswa.

Tingkat stres siswa adalah siswa/pelajar SMA yang mengalami tekanan-tekanan yang berhubungan dengan belajar sehingga mengalami kecemasan karena mengikuti bimbingan belajar diluar sekolah setelah mengikuti bimbingan belajar di disekolah.

Menurut Robert S. Fieldman (1989) stress adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku (Widury, 2007:9).

Gejala-gejala stres menurut Hardjana (2010:20) antara lain:

- a. Gejala Fisikal, antara lain tidur teratur (*insomnia*), mudah lelah, diare, urat tegang terutama pada leher dan bahu.
- b. Gejala Emosional, antara lain gelisah, mudah marah dan merasa harga diri menurun.

- c. Gejala Intelektual, antara lain susah berkonsentrasi dan sulit atau lamban membuat keputusan.
- d. Gejala Interpersonal, antara lain kehilangan kepercayaan terhadap orang lain, mudah mempersalahkan orang lain dan tidak peduli dengan orang lain

Pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan angket dengan Skala Likert, dengan interpretasi semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat stresnya. Begitu pula sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka tingkat stresnya juga semakin rendah.

2) Variabel Bebas (*Independent Variabel*) : *mengikuti bimbingan belajar*

. Bimbingan belajar yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu rangkaian kegiatan yang terencana, terorganisasi dan terkoordinasi selama periode waktu tertentu untuk mencapai tujuan yang diinginkan, yaitu pengembangan kebiasaan belajar yang baik. Program bimbingan yang dimaksud merupakan pedoman kegiatan yang dijadikan panduan dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan belajar dalam upaya untuk membantu siswa mencapai tujuan.

D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya (Sugiono, 2009:80). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Kelas XII SMA NU 1 Gresik dengan

jumlah 247 siswa yang mengikuti bimbingan belajar 88, sedangkan yang tidak mengikuti bimbel 159 siswa.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sugiyono (2009) menjelaskan bahwa sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Penentuan jumlah sampel menggunakan panduan penentuan sampel yang dikembangkan Isaac dan Michael (Sugiyono, 2009:128). Jumlah populasi 247 dengan taraf kesalahan 5% adalah 146. Karena terdiri dari beberapa kelas, peneliti menggunakan teknik proportional stratified random sampling untuk menentukan sampel di setiap kelas. Teknik ini peneliti gunakan karena populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2009:120), yaitu perbedaan tingkat stres siswa yang mengikuti bimbingan belajar dengan siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar. Penelitian ini dilakukan pada 73 siswa maupun siswi kelas XII yang mengikuti bimbingan belajar dan 73 siswa maupun siswi yang tidak mengikuti bimbingan belajar. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan pertimbangan dan penilaian bahwa siswa kelas XII SMA NU 1 Gresik yaitu merupakan sampel yang representatif dalam penelitian ini, karena kelas XII yang akan menghadapi Ujian Nasional.

Tabel 2. Data Sampel Penelitian

No	Keterangan	Jumlah Populasi	Jumlah Sampel
1	Mengikuti Bimbingan Belajar	88	73
2	Tidak Mengikuti Bimbingan Belajar	159	73
Total		247	146

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan sumber primer. Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data (Sugiyono, 2009:137).

Pengumpulan data yang dilakukan mengambil sumber primer. Sumber primer dilakukan dengan wawancara langsung dan menggunakan kuisisioner kepada siswa di SMA NU 1 Gresik.

1. Skala Likert

Skala pengukuran yang digunakan adalah Skala Likert, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Variabel yang akan diukur dengan skala likert dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan (Sugiono, 2009). Pernyataan-pernyataan dalam skala tersebut digolongkan ke dalam pernyataan yang bersifat *favorabel* yakni mendasari teori dan *unfavorabel* pertanyaan yang tidak mendukung teori.

Penelitian ini memakai skala likert dengan menggunakan alternatif empat pilihan jawaban, yaitu jawaban sangat setuju (Ss), setuju (S), tidak setuju (Ts), sangat tidak setuju (Sts). Dengan alasan peneliti berpendapat bahwa ada kelemahan dengan lima alternatif karena responden cenderung memilih alternatif yang ada di tengah (karena dirasa aman dan paling gampang karena hampir tidak berfikir) (Arikunto, 2010:284).

Alasan digunakannya skala likert dalam penelitian ini adalah karena dalam menyusun skala, item-item yang disajikan tidak secara jelas menunjukkan hubungannya dengan sikap yang sedang diteliti; relatif lebih mudah pembuatannya dibandingkan skala yang lain; mempunyai reliabilitas yang relatif lebih tinggi, dan dapat diperlihatkan item yang dinyatakan dalam beberapa respon alternatif; serta dapat memberikan keterangan yang lebih nyata dan jelas tentang pendapat atau sikap responden tentang isu yang dipertanyakan (Nazir, 2005:339).

Setiap item dari data kuesioner ini memiliki interval skala yang merupakan alternatif respon dari asumsi. Adapun alternatif pilihan jawaban yang digunakan untuk dua variabel dalam penelitian ini adalah :

Tabel 3. Alternatif pilihan jawaban Skala Likert

No	Alternatif	Nilai	Alternatif	Nilai
	<i>Favorabel</i>		<i>Unfavorabel</i>	
1.	Sangat Sesuai	4	Sangat Tidak Sesuai	4
2.	Sesuai	3	Tidak Sesuai	3
3.	Tidak Sesuai	2	Sesuai	2
4.	Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Sesuai	1

Penilaian 4 (empat) alternatif jawaban adalah karena terdapat kelemahan dengan lima alternatif karena responden cenderung memilih alternatif yang ada di tengah (karena dirasa aman dan paling gampang karena hampir tidak berfikir (Arikunto, 2010:284).

Tabel 4. Blue print tingkat stres siswa sebelum uji coba

No	Indikator	Item		Jumlah
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1.	Aspek Fisikal	1, 2, 3, 25	16, 17, 18, 26	8
2.	Aspek Emosional	4, 5, 6, 19	10, 11, 12, 27	8
3.	Aspek Intelektual	13, 14, 15, 31	7, 8, 23, 28	8
4.	Aspek Interpersonal	20, 21, 22, 32,	9, 24, 29, 30	8
Jumlah Item				32

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar, 2006:5).

Tipe validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi yaitu suatu validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat juri profesional (*profesional judgment*) (Azwar, 2006:45).

Professional judgment di dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing penelitian. Validitas isi akan menunjukkan sejauh mana item-item dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur atau sejauh mana isi tes mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur.

Validitas isi terbagi menjadi dua tipe, yaitu validitas muka (*face validity*) dan validitas logik (*logical validity*) Jenis validitas isi yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas logik yang menunjuk pada kesesuaian isi tes dengan ciri-ciri atribut (indikator) yang hendak diukur sebagaimana telah ditetapkan dalam domain (kawasan) ukurannya (Azwar, 2008:52).

Penelitian ini menggunakan jenis validitas logic (*sampling validity*) yang menunjukan pada tingkat kesesuaian isi dengan wakil dari ciri-ciri atribut yang hendak diukur sesuai dengan yang telah ditetapkan dalam kawasan ukurnya (Nila, 2013:53).

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (*reliable*). Reliabilitas mempunyai nama lain seperti keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya (Azwar, 2006:4).

Pendekatan reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *internal consistency*, yaitu dilakukan dengan cara mencobakan instrument sekali saja (*single trial administration*), kemudian data yang diperoleh dianalisis dengan teknik tertentu (Sugiyono, 2009:131). Alasan digunakannya metode konsistensi internal (*internal consistency*) adalah untuk menghindari permasalahan yang biasanya terjadi pada metode estimasi tes ulang (*test-retest*). Permasalahan tersebut sebagaimana dikemukakan oleh Azwar (2008) adalah koefisien reliabilitas yang diperoleh lewat metode estimasi tes ulang (*test-retest*) sangat sensitif terhadap perubahan keadaan subyek yang terjadi selama tenggang waktu di antara tes pertama dan penyajian ulangnya. Dalam hal ini, efek bawaan dari tes pertama terhadap tes kedua seringkali tidak dapat diprediksikan dan akhirnya mempengaruhi koefisien yang diperoleh.

Jenis reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliabilitas *Alpha Cronbach* yang merupakan bagian dari statistik, biasanya digunakan sebagai penduga dari reliabilitas konsistensi internal dari satu skor tes untuk sampel. Azwar (2008) menjelaskan *Alpha Cronbach* adalah perhitungan melalui bentuk skala yang dikenakan hanya satu kali pada sekelompok responden (*single-trial administration*). Dengan menyajikan skala hanya satu kali, maka problem yang mungkin timbul pada pendekatan reliabilitas tes ulang dapat dihindari.

Dalam hal ini peneliti menggunakan uji statistik reliabilitas *Alpha Cronbach* untuk menganalisis instrument, dengan reliabel jika memberikan nilai koefisien reliabilitas *Alpha cronbach* $>0,70$ (Uyanto, 2006:240).

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisa data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul (Sugiyono, 2009:147). Penggolongan dan analisis data tidak terlepas dari penerapan metode statistik tertentu. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh akan dianalisis secara kuantitatif melalui uji statistik sesuai dengan hipotesis serta asumsi yang telah melatar belakangi pemakaian uji statistik tersebut.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *independent test*. Alasan digunakannya uji t-test independent, karena penelitian dilakukan untuk menguji hipotesis membandingkan dua kelompok yang berbeda, dengan menggunakan jenis data interval. Sebelum sampai pada uji t tes, perlu terlebih dahulu dilakukan uji asumsi. Uji asumsi yang dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui populasi data berdistribusi normal/ tidak pengujian pada program spss dengan mengacu pada *kolmogrov sminorv*.

Sebagaimana Raharjo (2014) Menyatakan dasar pengambilan keputusan uji normalitas :

- a. Data berdistribusi normal, jika nilai sig (signifikansi) $> 0'05$
- b. Data berdistribusi tidak normal, jika nilai sig (signifikansi) $< 0'05$

2. Uji homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah varian populasi adalah sama atau tidak. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05

maka dapat dinyatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data adalah sama (Puspita, 2013).

Seluruh proses analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat bantu spss.