

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Tipe Penelitian

Metode yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Sugiyono (2017) menyatakan metode penelitian Kuantitatif adalah metode penelitian yang dipakai untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan alat penelitian, menganalisis data statistik untuk menguji hipotesis yang telah dibuat. Penelitian ini dilakukan untuk menguji atau mengetahui pengaruh antara dua variabel, yaitu kecemasan berbicara di depan umum dan kepercayaan diri.

#### 3.2 Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah segala sesuatu dalam bentuk apapun yang ditentukan oleh peneliti untuk memperoleh informasi tentang hal tersebut dan kemudian menarik kesimpulan Sugiyono (2017). Dalam penelitian ini terdapat variabel terikat dan variabel bebas, yaitu sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (*Independent*) (X)

Variabel independen merupakan variabel yang mempunyai pengaruh atau yang menjadi sebab perubahan atau munculnya variabel dependen atau variabel terikat Sugiyono (2017) variabel *independent* pada penelitian ini adalah kepercayaan diri

2. Variabel Terikat (*dependent*) (Y)

Variabel *dependent* adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi suatu akibat, karena adanya variabel *independent* Sugiyono (2017). Variabel *dependent* pada penelitian ini adalah kecemasan berbicara di depan umum.

#### 3.3 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan definisi tentang variabel yang akan dirumuskan berdasar pada ciri atau karakteristik variabel yang akan diteliti Azwar (2017) Pada penelitian ini, definisi operasional dari variabel-variabel yang diukur dapat dijelaskan sebagai berikut:

### 3.3 1 Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

Kecemasan berbicara di depan umum adalah pengalaman yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan adanya perasaan yang gelisah dan ketidaknyamanan dalam diri individu untuk menyampaikan suatu pendapat yang ingin dikemukakan dalam dirinya. Dan juga dari pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan sehingga mengakibatkan individu mengalami ketakutan tersendiri untuk berbicara di depan banyak orang dengan adanya reaksi secara psikologis dan fisiologis pada diri individu.

Menurut Rogers (2003) bahwa berbicara di depan umum dapat dibagi menjadi tiga aspek, yaitu aspek fisik, aspek proses mental, dan aspek emosional, adapun aspek kecemasan berbicara di depan umum sebagai berikut:

1. Aspek Fisik
2. Aspek Proses Mental
3. Aspek Emosional

Pengukuran dalam variabel ini adalah dengan menggunakan skala likert dengan interpretasi semakin naik skor maka semakin naik kecemasan berbicara di depan umum demikian juga sebaliknya semakin turun skor maka semakin turun kecemasan berbicara di depan umum.

### 3.3 2 Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan dapat melakukan sesuatu pada diri sendiri sebagai karakteristik pribadi dimana terdapat keyakinan akan kemampuan atas diri sendiri.

Adapun indikator Kepercayaan Diri menurut Lauster (2018)

1. Percaya pada kemampuan sendiri
2. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan
3. Memiliki konsep diri yang positif
4. Berani mengungkapkan pendapat

Pengukuran dalam variabel ini adalah dengan menggunakan skala likert dengan interpretasi semakin tinggi skor maka semakin tinggi kepercayaan diri berbicara di depan umum demikian juga sebaliknya semakin rendah skor maka semakin rendah kepercayaan diri berbicara di depan umum.

### 3.4 Populasi Dan Teknik Sampling

#### 4.3.1 Populasi

Populasi adalah suatu bidang yang digeneralisasikan yang meliputi objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh objek penelitian dan kemudian dapat ditarik kesimpulannya Sugiyono (2016) karakteristik yang dimaksud adalah Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi

**Tabel 3.1** populasi mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik

Semester	Jumlah mahasiswa
Semester 1	87
Semester 3	73
Semester 5	75
Semester 7	55
Semester 9	34
Semester 11	4
Semester 13	3
<b>Jumlah</b>	<b>331</b>

**Sumber: Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik**

Bersadarkan tabel dapat diketahui jumlah populasi mahasiswi remaja akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik sebanyak 331 mahasiswa. Data tersebut diperoleh dari Tata Usaha (TU) Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.

#### 4.3.2 Teknik Sampling

Menurut Sugiyono (2017) sampel merupakan bagian dari kuantitas dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Peneliti akan mempelajari sampel dan ditarik ke simpulan untuk populasi untuk itu, sampel yang diambil dari populasi harus benar benar terwakilkan.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Sampel yang harus diambil harus betul-betul representatif atau mewakili (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini untuk menentukan jumlah sampel dari populasi menggunakan rumus Slovin. Di bawah ini merupakan rumus Rumus Slovin:

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

$$n = \frac{331}{1 + 331 \cdot 0,05^2} = 181$$

### Rumus 1 sampel solvin

dimana:

$n$  = ukuran sampel

$N$  = ukuran populasi

$e$  = Persen kelonggaran ketidakteelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat ditolerir atau diinginkan misalnya 5%

Berdasarkan tabel rumus yang telah dibuat solvin dengan tingkat kesalahan yang ditetapkan sebesar 5% diperoleh jumlah sampel pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik sebesar 181 mahasiswa.

Teknik sampling yang dipakai dalam penelitian ini adalah *Non probability sampling*, Menurut Sugiyono (2017) "*Non probability sampling* adalah teknik pengambilan data tanpa memberikan pemerataan kesempatan atau kesempatan bagi setiap anggota populasi yang dipilih sebagai sampel.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan sampling *purposive sampling* adalah menentukan data dengan mempertimbangkan syarat tertentu (Sugiyono 2017). Peneliti menggunakan teknik *sampling purposive* karena populasi yang digunakan mempunyai ketentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, pertimbangan tertentu yang dimaksudkan disini adalah mahasiswa aktif yang mengalami kecemasan dalam berbicara di depan umum pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yaitu hal yang paling strategis dalam penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan data (Sugiyono 2017). Dalam penelitian ini peneliti melakukan pengambilan data melalui *kuesioner* (angket). *Kuesioner* adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara menyajikan sekumpulan pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab oleh responden Sugiyono (2017).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala, skala yang dipakai yaitu, skala jenis *Likert* yaitu yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi orang atau sekelompok orang tentang kejadian sosial.

Dalam skala *Likert* variabel yang akan diukur dijelaskan menjadi petunjuk variabel. Kemudian petunjuk tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono 2017). Alasan peneliti menggunakan Skala Likert adalah diharapkan agar variabel yang diukur mampu terukur dan nampak, variabel dapat dijabarkan melalui indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijabarkan melalui aitem-aitem.

### 3.5.1 Skala kecemasan berbicara di depan umum

Untuk skala kecemasan berbicara di depan umum dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan pada aspek kecemasan berbicara di depan umum milik Rogers (2003). aspek aspek tersebut adalah fisik, proses mental dan emosional. Dimana peneliti melakukan *tryout* untuk menguji apakah aitem tersebut valid atau tidak, sebelum peneliti melakukan uji *tryout* peneliti melakukan *expert judgment* terlebih dahulu kepada tiga dosen, kemudian baru melakukan uji *tryout* dengan ketentuan subjek yang diambil selain yang dijadikan subjek ambil data. Adapun *blue print* sebelum dan sesudah uji coba *tryout*.

**Tabel 3.2** *blueprint* sebelum uji coba *tryout*

No	Aspek	No aitem sah		No aitem gugur		Jumlah aitem yang valid
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	<i>Fav</i>	<i>unfav</i>	
1	Fisik	1,3,19,13,7	5,2	-	-	7
2	Proses mental	21,22,23	6,24,17	-	-	6
3	Emosional	11,12,10,15,26,8,14	18,16,25,4,9	-	-	12
Jumlah		16	10	2	-	26

Peneliti melakukan *tryout* untuk melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk aitem yang valid dari alat ukur yang telah dibuat menggunakan SPSS 26 *for windows*, peneliti melakukan uji tersebut sebanyak 2 kali putaran. Putaran pertama aitem 13 dan 12 gugur. Kemudian pada putaran kedua tidak ada aitem yang gugur, dengan demikian hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.3** *blue print* setelah uji coba *tryout*

No	Aspek	No aitem sah		No aitem gugur		Jumlah aitem yang valid
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1	Fisik	1,3,17,7,18	5,2	13	-	7
2	Proses mental	19,20,21	6,22,15	-	-	6
3	Emosional	11,10,13,24, 8,12	16,14,23,4, 9	12	-	11
Jumlah		14	10	2	-	24

Pengisian pada alat ukur ini yaitu dengan meminta kesediaan responden untuk menjawab semua aitem pertanyaan yang diberikan dengan cara memilih jawaban yang sesuai dengan kondisi yang dialami oleh individu tersebut. Setiap aitem memilih 4 jawaban dengan rentang nilai (skor) untuk aitem *favorable* sebagai berikut: 1. (Sangat sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), 4 (sangat tidak sesuai). Sedangkan untuk aitem *unfavorable* yang mempunyai rentang nilai (skor) sebagai berikut: 4. (Sangat sesuai), 3 (sesuai), 2 (tidak sesuai), 1 (sangat tidak sesuai).

**Tabel 3.4** *skoring* alat ukur kecemasan berbicara di depan umum

No	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
	Alternatif jawaban	Nilai	Alternatif jawaban	Nilai
1	Sangat sesuai	4	Sangat sesuai	1
2	Sesuai	3	Sesuai	2
3	Tidak sesuai	2	Tidak sesuai	3
4	Sangat tidak sesuai	1	Sangat tidak sesuai	4

Setelah dilakukan skoring maka dapat diketahui interperstasinya bahwa semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka menunjukkan semakin tinggi pula tingkat kecemasan berbicara di depan umum. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula kecemasan berbicara di depan umum.

### 3.5.2 Skala kepercayaan diri

Skala kepercayaan diri dalam penelitian ini menggunakan skala yang diadaptasi oleh (Krisphianti dkk., 2020) disusun berdasarkan pada milik Lauster (2018). Skala ini terdiri dari 21 aitem. Adapun aspek aspek tersebut adalah percaya pada kemampuan sendiri, mandiri dalam mengambil

keputusan, memiliki konsep diri yang positif dan berani mengungkapkan pendapat.

**Tabel 3.5** *blueprint* kepercayaan diri

Variabel	Indikator	Deskripsi	No Aitem	Jumlah aitem
Percaya diri	Percaya pada kemampuan sendiri	Mampu melakukan tugas yang diberikan secara mandiri	1,2,3	3
	Mandiri dalam mengambil keputusan	Mampu memutuskan suatu hal tanpa pengaruh orang lain	4,5,6,7,8,9	6
	Memiliki konsep diri yang positif	Mampu tampil apa adanya tanpa ada yang dibuat-buat	10,11,12,13,14,15,16,17	8
	Berani mengungkapkan pendapat	Mampu berbicara apa adanya sesuai dengan keadaan diri	18,19,20,21	4

Pada alat ukur ini yaitu dengan meminta kesediaan responden untuk menjawab semua aitem pertanyaan yang diberikan dengan cara memilih jawaban yang sesuai dengan kondisi yang dialami oleh individu tersebut. Setiap aitem memilih 4 jawaban dengan rentang nilai (skor) untuk aitem *favorable* sebagai berikut: 1. (Sangat sesuai), 2 (sesuai), 3 (tidak sesuai), 4 (sangat tidak sesuai). Sedangkan untuk aitem *unfavorable* yang mempunyai rentang nilai (skor) sebagai berikut: 4. (Sangat sesuai), 3 (sesuai), 2 (tidak sesuai), 1 (sangat tidak sesuai).

**Tabel 3.6** *skoring* alat ukur kepercayaan diri

No	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
	Alternatif jawaban	Nilai	Alternatif jawaban	Nilai
1	Sangat sesuai	4	Sangat sesuai	1
2	Sesuai	3	Sesuai	2
3	Tidak sesuai	2	Tidak sesuai	3
4	Sangat tidak sesuai	1	Sangat tidak sesuai	4

Setelah dilakukan skoring maka dapat diketahui interperstasinya bahwa semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka menunjukkan semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula kepercayaan diri.

### 3.6 Validitas Dan Realibilitas

#### 3.6.1 Validitas

Menurut Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa validitas adalah suatu instrumen yang digunakan untuk mengukur apa yang harus diukur. Validitas pengukuran yang dipakai dalam penelitian ini adalah validitas isi dengan analisis rasional untuk menunjukkan sejauh mana aitem test mewakili variabel yang hendak diukur.

Secara teknik pengujian validitas konstruksi dan validitas isi dapat dibantu dengan menggunakan kisi-kisi instrumen, atau matrik pengembangan instrumen. Dalam kisi-kisi itu terdapat variabel yang diteliti, indikator sebagai tolok ukur dan nomor butir (item) pertanyaan atau pernyataan yang telah dijabarkan dari indikator. Dengan kisi-kisi instrumen itu maka pengujian validitas dapat dilakukan dengan mudah dan sistematis

Dalam kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem-total, biasanya digunakan batasan  $r_{ix} \geq 0,30$ . Apabila jumlah aitem yang lolos masih kurang dan tidak sesuai yang diharapkan, dapat dipertimbangkan untuk mengurangi sedikit batas standart menjadi 0,25 agar jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai Azwar (2022). Uji validitas dalam penelitian ini digunakan dengan bantuan SPSS version 26 dengan membandingkan nilai  $r$  hitung (*correlated item-total correlations*) dengan nilai  $r$  tabel. Jika nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel dan bernilai positif maka pertanyaan tersebut dikatakan valid Untuk mengestimasi validitas item pada penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program IBM *Statistical Program for Social Science* (SPSS) versi 26.

#### 3.6.2 Reliabelitas

Sugiyono (2016:121) menjelaskan bahwa suatu Uji Reliabelitas akan menunjukkan tentang sejauh mana akurasi atau ketepatan alat ukur dengan hasil pengukuran yang dapat dipercaya serta diandalkan. Reliabelitas adalah alat yang bila dipakai beberapa kali untuk melakukan pengukuran terhadap suatu hal yang sama maka akan diperoleh juga hasil yang sama dengan sebelumnya atau bisa disebut dengan konsistensi pengukuran.

Jenis reliabelitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Alpha Cronbach*. Uji *Alpha Cronbach* memiliki ketentuan berdasarkan besarnya koefisien reliabelitas ( $r_{xx'}$ ) yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabelitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya, koefisien yang lebih rendah mendekati 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya Azwar, (2008) Untuk mengetahui reliabelitas dari instrument pengumpulan data yang digunakan, perhitungannya dibantu dengan program komputer IBM *Statistical Program for Social Science (SPSS) for windows* versi 26.

### 3.7 Teknik analisis data

Teknik analisis data adalah suatu tindakan yang dilakukan setelah data yang diperoleh dari seluruh responden atau sumber data yang sudah terkumpul Sugiyono (2016). Analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah statistik inferensial. Statistik inferensial meliputi statistik parametris dan parametrik Peneliti menggunakan Statistik parametris, statistik parametris dipakai untuk menguji parameter populasi melalui statistik atau menguji ukuran populasi melalui data sampel (Sugiyono 2015).

Pada penelitian ini peneliti menggunakan Analisis *Regresi linear* sederhana digunakan untuk melakukan prediksi seberapa tinggi nilai variabel *dependent* bila nilai variabel Pengelompokan dan analisis data tidak terlepas dari penerapan metode *independent* dimanipulasi (dirubah-rubah) (Sugiyono 2017).

Sebelumnya, peneliti akan melakukan uji asumsi terlebih dahulu yaitu:

#### 1. Uji Normalitas

Uji Normalitas digunakan untuk mengetahui sebaran data variabel bebas dan variabel terikat pada penelitian ini sehingga apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak Menurut sugiyono (2016) pengujian normalitas dilakukan dengan metode kolmogrov-Smirnov tes. Data dapat dikatakan bersistribusi normal apabila  $Asymp.Sig.> 0,05$  sebaliknya Data dapat dikatakan tidak bersistribusi normal apabila  $Asymp.Sig.<0,05$ . Pengujian dilakukan dengan bantuan *SPSS version 26 for windows*.

## 2. Uji Linearitas

Menurut sugiyono (2016) dipakai untuk mengetahui apakah sebuah variabel terikat dengan sebuah variabel bebas memiliki suatu hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Uji asumsi ini digunakan sebagai uji prasyarat untuk uji korelasi dan uji regresi linear. Pengujian pada SPSS dengan menggunakan *test of linearity* dapat dikatakan bahwa signifikan Asymp Sig ( $>0,05$ ) dapat dikatakan linear. Sebaliknya bila Asymp Sig ( $<0,05$ ) bisa dikatakan tidak linear. Pada penelitian ini, proses perhitungan uji normalitas dibantu dengan program komputer IBM *Statistical Program For Social Science (SPSS) for windows versi 26*.

