

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Tipe Penelitian**

Tipe penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif berusaha menguji hipotesis dan membangun hubungan atau pengaruh antara variabel yang secara metodologis bersifat deduktif dimana teori-teori yang dijadikan acuan merupakan proposisi yang dapat diuji keterkaitannya (Sugiyono,2016: 7).

Pendekatan kuantitatif dilakukan melalui metode kuesioner. Kuesioner yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono,2016:142).

#### **3.2 Identifikasi Variabel Penelitian**

Secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan yang lain atau objek dengan objek yang lain (Darmawan, 2016:108).

variabel adalah sifat yang akan dipelajari (Darmawan, 2016:109). Sedangkan menurut Sugiyono ( 2015:59) bahwa variabel ialah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi, kemudian ditarik kesimpulannya. Maka variabel adalah segala sesuatu yang memiliki variasi dan diamati serta dianalisis untuk mendapat suatu kesimpulan dalam penelitian.

Berdasarkan judul penelitian, terdapat dua variabel yaitu:

a. Variabel bebas (independent variable)

Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) Darmawan (2016:109). Variabel bebas disimbolkan dengan “X”. Dalam penelitian ini variabel X adalah Kecerdasan Emosional

b. Variabel terikat (dependent variable)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Darmawan , 2016: 109). Variabel terikat disimbolkan dengan “Y”. Dalam penelitian ini variabel Y adalah Stres Akademik

### **3.3 Definisi Oprasional Variabel Penelitian**

Definisi oprasional adalah arti sebuah variabel yang sudah dirinci oleh peneliti yang mana harus dikerjakan untuk mengukur suatu variabel. Definisi oprasional ini bertujuan untuk memberikan suatu pengarahan pada suatu variabel yang akan diukur (Sugiyono, 2016: 38)

Adapun definisi oprasional dari variabel- variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **3.3.1 Stres Akademik**

Stres akademik adalah kondisi ketika mahasiswa tidak memiliki kesesuaian antara individu dengan lingkungan yang dapat menyebabkan tekanan-tekanan psikologis yang berasal dari kondisi persaingan akademis dengan mahasiswa lain, kegagalan dalam pembelajaran, serta hubungan yang kurang baik antara teman, dosen, maupun anggota keluarganya.

Indikator-indikator yang digunakan peneliti untuk mengungkapkan stres akademik adalah sebagai berikut oleh (Sarafino, 2011)

1. Stres fisik: mengelurkan kringat tidak seperti biasa, mengalami gangguan tidur , merasakan sakit kepala, mudah sakit, tubuh terasa lemah.
2. Stres emosi: mudah marah, merasa cemas, menyendiri, mudah merasakan sedih
3. Stres Kognitif : pelupa, kurang konsentrasi, kurang produktif, muncul pikiran yang tidak wajar
4. Stres perilaku: tidak peduli, melakukan penundaan, melanggar norma, mencari kesalahan.

### **3.3.2 Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan dengan tepat, termasuk untuk memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, serta membina hubungan dengan orang lain.

Indikator- indikator yang digunakan peneliti untuk mengungkapkan kecerdasan emosional adalah sebagaimana yang dikemukakan oleh Goleman, 2016

1. Mengenali emosi diri:

mengenali dan memahami emosi diri sendiri

2. Mengelola emosi:

mengendalikan emosi dan mengekspresikan emosi dengan tepat

3. Memotivasi diri sendiri: memiliki rasa tanggung jawab , mampu memutuskan perhatian pada tugas yang dikerjakan

4. Mengenali emosi orang lain: memiliki sikap empati,mampu menerima dan mendengarkan sudut pandang orang lain.

5. Membina hubungan: mampu berkomunikasi dengan baik dan bersikap terbuka, mampu menyelesaikan permasalahan dengan orang lain

### **3.4 Populasi dan Teknik Sampling**

#### **3.4.1 Populasi Penelitian**

Populasi adalah sekumpulan data yang memiliki karakteristik yang sama dan memiliki objek inferensi yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan akan diambil kesimpulannya yang memiliki jumlah banyak dan luas (Darmawan, 2016:137). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Teknik Informatika Universitas Muhammadiyah Gresik yang berjumlah 99 mahasiswa.

#### **3.4.2 Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki populasi (Darmawan, 2016:138). Teknik sampling adalah cara pengambilan sampel yang

memberikan kesempatan yang sama untuk diambil pada setiap elemen populasi (Darmawan, 2016:144). Pada Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik *non probability sampling*. *Non Probability Sampling* jenis sampel ini tidak di pilih semua secara acak. Tidak semua unsur atau elemen populasi mempunyai kesempatan sama untuk bisa dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2001:60). Teknik *Non Probability Sampling* yang di pilih yaitu dengan *Sampling Jenuh* yaitu metode penarikan sampel bila semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel.

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan pada peneliti ini adalah kuesioner. kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seprangkat pertanyaan atau pernyataan secara tertulis kepada responden untuk dijawabnya ( Sugiyono, 2015:142)

Kelebihan dan kekurangan metode kuesioner atau angket (Bungin, 2005:125-126) diantaranya yaitu :

#### **1. Kelebihan**

- a) Metode angket biaya relatif murah.
- b) Pengumpulan data lebih mudah.
- c) Responden lebih dari 1000 metode ini sangatlah tepat.
- d) Penggunaan metode ini pada sampel yang relatif besar, namun pelaksanaan dapat dilakukan serempak.
- e) Metode ini relatif membutuhkan sedikit
- f) Semisal metode ini menggunakan jasa pos, maka relatif tidak membutuhkan pada petugas pengumpul data.
- g) Semisalnya metode ini menggunakan petugas lapangan pengumpul data, hanya terbatas
- h) pada fungsi menyebarkan dan menghimpun angket yang telah dijawab oleh responden.

## 2. Kekurangan

- a) Metode angket hanya dapat digunakan pada responden yang bisa baca tulis saja, sedangkan responden yang tidak bisa baca dan tulis, maka metode ini sangat tidak berguna.
- b) Formulasi angket membutuhkan kecermatan tinggi, sehingga harus mampu mewakili peneliti dalam pengumpulan data, karena tuntutan yang demikian, menyusun formulasi angket membutuhkan waktu yang lama, termasuk uji coba dan merevisi angket tersebut.
- c) Metode ini menyebabkan peneliti terlalu banyak tergantung dengan objek penelitian.
- d) Kemungkinan pada kasus tertentu, akan terjadi salah persepsi atau memiliki dua makna pada beberapa point pertanyaan, maka tidak dapat memperbaiki dengan cepat, akhirnya mempengaruhi jawaban responden.
- e) Kadang kala orang lain di sekitar responden ikut mempengaruhinya pada saat pengisian angket, hal ini membuat jawaban responden tidak objektif lagi.
- f) Responden dapat menjawab seenaknya, atau kadang kala bersifat dusta dan main-main.
- g)

Instrumen yang digunakan yaitu skala yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada skala *Likert* yaitu skala yang berisi pernyataan-pernyataan mengenai objek sikap dengan menggunakan prosedur sebagai berikut:

1. Membuat *blue print* sesuai indikator masing-masing variabel sebagai dasar penyusunan skala.
2. Membuat *item* yang relevan dengan masalah yang diteliti menjadi dua sifat yaitu *item favorabel*, berupa kalimat pernyataan yang mendukung pada objek sikap yang bersifat positif dan *item unfavorabel*, berupa kalimat pernyataan yang tidak mendukung pada objek sikap dan bersifat negatif.
3. Setiap pernyataan terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju

(S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju(STS) untuk variabel kecerdasan emosional , sedangkan untuk variabel stres akademik terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai(STS)

4. Skor item bergerak dari 4 – 1 untuk item *favorable* dan 1 – 4 untuk item *unfavorable*.

Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial ( Sugiyono, 2016: 93). Alternatifnya ada 4 karena jika ada 5 responden akan cenderung memilih yang ada di tengah karena dirasa aman dan paling tidak aman.

gampang dan responden tidak perlu berfikir terlalu lama atau berfikir keras ( Arikunto, 2009: 241).

Adapun alternatif jawaban Skala Likert yang digunakan kedua variable dalam penelitian ini adalah:

Tabel 3.2 Alternatif Jawaban Skala Stres Akademik

No	Alternatif Jawaban	Favourable	Nilai	Unvaforable
1.	Sangat Sesuai	4		1
2.	Sesuai	3		2
3.	Tidak Sesuai	2		3
4.	Sangat Tidak Sesuai	1		4

Tabel 3.3 Alternatif Jawaban Skala Kecerdasan Emosional

No	Alternatif Jawaban	Favourable	Nilai	Unvaforable
1.	Sangat Setuju	4		1
2.	Setuju	3		2
3.	Tidak Setuju	2		3
4.	Sangat Tidak Setuju	1		4

Setelah melakukan skoring maka dapat diketahui interpretasinya ialah semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula stres akademiknya yang dimiliki individu. Sedangkan apabila skornya rendah, maka stres akademiknya rendah. begitu juga dengan variabel kecerdasan emosional semakin tinggi skor yang diperoleh individu maka semakin tinggi tingkat kecerdasan emosionalnya. Dan semakin rendah

skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendah tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki individu.

Tabel 3.4 Blue Print Stres Akademik

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Stres Fisik	keluar keringat tidak seperti biasanya Mengalami Gangguan tidur sakit kepala tubuh terasa lemah	1,2,4,20	3,5,19,	7
2.	Stres emosi	Mudah marah merasa cemas menyendiri mudah merasakan sedih	14,12,18,11,17,24	13,15,16,26	10
3.	Stres Kognitif	Pelupa kurang konsentrasi, kurang produktif	27,31,28	29,30,25	6
4.	Stres perilaku	Tidak peduli, Melaku-kan penunda-an pekerjaan melanggar norma, mencari kesalahan	22,7,9,32	8,10,21,6	8
Jumlah					32

### 3.5 Blue print Kecerdasan Emosional

Aspek	Favourable	Unvafourable	Jumlah
Mengenali Emosi Diri	1,11,21,31	6,16,26,36	8
Mengelola Emosi	2,12,22,32	7,17,27,37	8
Memotivasi Diri Sendiri	3,13,23,33	8,18,28,38	8
Mengenali Emosi Orang Lain	4,14,24,34	9,19,29,39	8
Membina Hubungan	5,15,25,35	10,20,30,40	8
Jumlah	20	20	40

\*Adopsi milik Stti Rahmiwaty Gobel (2018) dari teori milik Goleman 2016

### 3.6 Uji Validitas dan Realibilitas

#### 3.6.1 Validitas

Validitas adalah suatu alat ukur untuk menunjukkan tingkat kevalidan atau

kesahihan suatu instrument ( Arinkunto, 2010: 211). Sedangkan validitas yang digunakan peneliti ini adalah tipe validitas isi. Validitas isi validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional (Azwar, 2015: 42). Validitas isi adalah sejauh mana aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi subjek yang hendak akan diukur. Dalam penelitian ini menggunakan validitas logic yang mana validitas logic yang menunjukkan pada sejauh mana isi tes merupakan representasi dari ciri-ciri atribut yang diukur.

### **3.6.2 Reliabilitas**

Reliabilitas adalah konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengukuran yang *reliabel* akan menghasilkan skor yang tidak dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi diantara individu yang lebih ditentukan oleh faktor *error* dari pada faktor perbedaan yang sesungguhnya ( Azwar, 2014: 182). Dalam penelitian ini menggunakan teknik statistic dengan rumus *Alpha Cronbach* yaitu sebagai penduga dari reliabilitas konsistensi internal dari suatu skor tes untuk sample.

### **3.7 Teknik Analisis Data**

Analisi penelitian data pada penelitian kuantitatif adalah untuk menjawab rumusan masalah hipotesis yang sudah dirumuskan ( Sugiyono, 2015: 243). Adapun tujuan analisis data adalah untuk mudah dipahami data berbentuk angka ke dalam bentuk yang mudah dibaca dan diinterpretasikan hasilnya.

Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi, teknik regresi hanya dapat digunakan bila telah diketahui bahwa ada pengaruh yang signifikan anatar variabel (Winarsunu, 2015: 161). Jenis yang digunakan peneliti adalah regresi non linier. Teknik regresi non linier bertujuan untuk mengetahui ukuran pengaruh antara dua variabel, Yaitu variabel kecerdasan emosional (*independent variable*) terhadap stres akademik (*dependent variable*) pada mahasiswa angkatan 2019 jurusan Teknik Informatika di Universitas Muhammadiyah Gresik. Seluruh proses analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah aplikasi SPSS 18.0 *for windows*.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah regresi non linear. Proses analisis dibantu oleh SPSS 18,0 for Windows.





