

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah sesuatu yang penting dalam suatu penelitian. Penelitian dilakukan untuk mengumpulkan data secara objektif dan dilakukan dengan prosedur yang jelas berdasarkan bukti-bukti empiris. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Sebuah penelitian dengan menggunakan metode kuantitatif menghasilkan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui peneliti. Angka-angka yang terkumpul sebagai hasil penelitian kemudian dapat dianalisis menggunakan metode statistik (Margono, 2006).

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan variabel *independen* (bebas) dan variabel *dependen* (tergantung atau terikat). Sugiyono (2012) menjelaskan pengertian dari variabel *independen* adalah variabel yang mempengaruhi suatu yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependen* (terikat). Variabel *dependen* merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel *independen*. Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (*Independen*) : Efikasi Diri
2. Variabel Terikat (*Dependen*) : Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Azwar (2004) menyatakan bahwa definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Definisi operasional juga digunakan untuk penegasan konstruk dan variabel yang digunakan dengan cara tertentu untuk mengukurnya, sehingga dapat menghindari salah pengertian dan penafsiran yang berbeda-beda. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

3.2.1 Efikasi Diri

Efikasi diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah keyakinan yang dimiliki oleh seseorang atas kemampuannya untuk menyelesaikan suatu tugas, hambatan ataupun rintangan dalam mencapai tujuannya. Efikasi diri diungkap melalui indikator-indikator sebagai berikut:

1. Kognitif adalah kemampuan seseorang memotivasi diri sendiri dan kemampuan menganalisis ide-ide atau gagasan untuk menentukan dan mengambil tindakan dalam mencapai suatu tujuan yang diharapkan.
2. Motivasi adalah kemampuan seseorang memotivasi diri melalui pikirannya untuk melakukan suatu tindakan dan keputusan dalam mencapai tujuan yang diharapkan.
3. Afeksi adalah kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri dalam mencapai tujuan yang diharapkan.
4. Seleksi adalah kemampuan dalam menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Asumsi yang

timbul pada aspek ini yaitu ketidakmampuan orang dalam melakukan seleksi tingkah laku membuat tidak percaya diri, bingung dan mudah menyerah ketika menghadapi sesuatu yang sulit.

Efikasi diri dalam penelitian ini diungkap melalui skala efikasi diri yang diadaptasi dari Mahendrani (2014). Tinggi rendahnya tingkat efikasi diri yang dimiliki seseorang tercermin pada skor total yang diperoleh pada skala efikasi diri. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek berarti semakin tinggi efikasi diri yang dimilikinya dan sebaliknya semakin rendah skor berarti semakin rendah efikasi diri subjek yang diteliti.

3.2.2 Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

Kecemasan berbicara di depan umum yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keadaan yang tidak nyaman yang sifatnya tidak menetap pada diri individu, baik ketika membayangkan maupun pada saat berbicara di depan orang banyak. Kecemasan yang terjadi ketika individu tampil berbicara di depan publik atau orang banyak ketika presentasi tugas kuliah.

Kecemasan berbicara di depan umum dalam penelitian ini diungkap dengan skala kecemasan yang berdasarkan aspek kecemasan yang diungkap oleh Kartono (2002) yaitu: a) Psikologis yaitu kecemasan yang diungkap seperti tegang, bingung, khawatir, susah konsentrasi, perasaan tidak menentu dan sebagainya; b) Fisiologis yaitu kecemasan yang diungkap seperti tidak bisa tidur, jantung berdebar-debar, gemetar, perut mual dan sebagainya.

3.3. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

3.3.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2012) populasi adalah wilayah generalisasi terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Azwar (Putri, 2016) mengatakan bahwa populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Sahid Surakarta dari Fakultas Ilmu Kesehatan yang terdiri dari Program Studi Ilmu Keperawatan dan Program Studi Psikologi.

3.3.2. Sampel

Menurut Sugiyono (2012) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menurut Arikunto (Putri, 2016) penentuan pengambilan sampel apabila kurang dari 100 lebih baik diambil semua hingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-55% atau lebih tergantung sedikit banyaknya dari :

1. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana
2. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya dana
3. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti untuk peneliti yang resikonya besar, tentu saja jika sampelnya besar hasilnya akan lebih baik

Sampel adalah mahasiswa Universitas Sahid Surakarta dari Program Studi Ilmu Keperawatan dan Program Studi Psikologi angkatan 2015.

3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan ciri-cirinya. Alasan menggunakan *purposive random sampling* karena pengambilan di lakukan berdasarkan ciri-ciri yang sudah ditetapkan.

Ciri-cirinya sebagai berikut :

1. Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan
2. Mahasiswa yang melakukan her registrasi
3. Mahasiswa yang mengembalikan blangko KRS

Penelitian ini yang menjadi sampel adalah mahasiswa Universitas Sahid Surakarta Prodi Ilmu Keperawatan dan Prodi Psikologi angkatan 2015 Tahun Akademik 2015/2016 yang masih aktif dalam perkuliahan dengan mengembalikan blangko kartu rencana studi (KRS).

3.4. Metode Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2002) menyatakan bahwa metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan Skala. Menurut Azwar (Putri, 2016) skala merupakan suatu metode penyelidikan dengan menggunakan daftar

pernyataan yang berisi aspek-aspek yang hendak diukur, yang harus dijawab atau dikerjakan oleh subjek penelitian berdasarkan atas jawaban atau isian itu peneliti mengambil kesimpulan mengenai subjek yang diteliti. Karakteristik skala sebagai alat ukur psikologi adalah :

- a. Stimulusnya berupa pernyataan atau pertanyaan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkapkan indikator perilaku dari atribut yang hendak diukur.
- b. Berisi banyak aitem sehingga kesimpulan baru dapat diambil apabila semua aitem sudah direspon.
- c. Respon subjek terhadap aitem tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah.

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala efikasi diri dan skala kecemasan berbicara di depan umum. Aitem-aitem skala tersebut mempunyai alternatif jawaban dengan karakteristik *favorable* dan *unfavorable*, yang diukur menggunakan *Skala Likert*. Aitem *favorable* bila isinya mendukung, memihak, atau menunjukkan ciri adanya atribut yang diukur. Sementara aitem *unfavorable* adalah aitem yang isinya tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri atribut yang diukur (Azwar, 2004). Sugiyono (2010) berpendapat bahwa *Skala Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala ini menggunakan respon yang dikategorikan dalam empat macam jawaban,

yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Penelitian ini menggunakan Skala *Likert* yang telah dimodifikasi dengan menghilangkan alternatif jawaban netral, hal ini bertujuan untuk memudahkan responden dalam memberikan jawaban. Penilaian skala dengan menggunakan penilaian sebagai berikut:

a. Pernyataan yang *Favorable*

Sangat Sesuai (SS)	: 4
Sesuai (S)	: 3
Tidak Sesuai (TS)	: 2
Sangat Tidak Sesuai (STS)	: 1

b. Pernyataan yang *Unfavorable*

Sangat Sesuai (SS)	: 1
Sesuai (S)	: 2
Tidak Sesuai (TS)	: 3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	: 4

3.4.1. Skala Efikasi Diri

Skala Efikasi Diri yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang disusun oleh Mahendrani (2014). Skala tersebut kemudian peneliti modifikasi yang bertujuan agar skala yang digunakan dapat sesuai dengan tema dalam penelitian. Menurut Bandura (Mahendrani, 2014) aspek-aspek efikasi diri diantaranya yaitu:

- a. Kognitif adalah kemampuan seseorang memotivasi diri sendiri dan kemampuan menganalisis ide-ide atau gagasan untuk menentukan dan mengambil tindakan dalam mencapai suatu tujuan yang diharapkan.
- b. Motivasi adalah kemampuan seseorang memotivasi diri melalui pikirannya untuk melakukan suatu tindakan dan keputusan dalam mencapai tujuan yang diharapkan.
- c. Afeksi adalah kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri dalam mencapai tujuan yang diharapkan.
- d. Seleksi adalah kemampuan dalam menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Asumsi yang timbul pada aspek ini yaitu ketidakmampuan orang dalam melakukan seleksi tingkah laku membuat tidak percaya diri, bingung dan mudah menyerah ketika menghadapi sesuatu yang sulit.

Dimana pernyataan-pernyataan yang ada dibagi menjadi 2 (dua) kelompok yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan skor yang bergerak dari 1 sampai 4.

Pernyataan yang *favorable* sebagai berikut:

- a. Sangat Sesuai (SS) : 4
- b. Sesuai (S) : 3
- c. Tidak Sesuai (TS) : 2
- d. Sangat Tidak Sesuai (TST) : 1

Sementara pernyataan yang *unfavorable* penilaiannya sebagai berikut :

- a. Sangat Sesuai (SS) : 1

- b. Sesuai (S) : 2
- c. Tidak Sesuai (TS) : 3
- d. Sangat Tidak Sesuai (TST) : 4

Tabel 3.1
Blue Print
Skala Efikasi Diri

No	Aspek	Indikator	Nomer Item				Jml
			<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>		
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	Kognitif	Percaya diri dalam memikirkan dan menganalisis untuk mencapai tujuan	3, 7, 18	12	4, 20, 17	22	8
2.	Motivasi	Kemampuan untuk memotivasi diri untuk melakukan tindakan	9, 1, 15, 27	-	6, 24, 28, 30	-	8
3.	Afeksi	Kemampuan untuk mengatasi emosi yang muncul dari diri sendiri	16, 19	26	5, 21, 25	-	6
4.	Seleksi	Kemampuan untuk menyeleksi ataupun memilah perilaku	23, 2, 13, 11	-	8, 10, 14, 29	-	8
	Jumlah		13	2	14	1	30

Berdasarkan hasil uji validitas dari 30 butir item pertanyaan, 3 butir item pertanyaan diantaranya tidak valid yaitu butir item no 12, 22 dan 26 memiliki nilai *p value* kurang dari 0,05, jadi butir item pertanyaan variable efikasi diri yang valid adalah 27 butir item.

3.4.2. Skala Kecemasan Berbicara Di Depan Umum

Skala Kecemasan Berbicara Di Depan Umum yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang disusun oleh Fatimah (2015). Skala tersebut kemudian Peneliti modifikasi tentang penyusunan kalimat pertanyaan yang

bertujuan agar skala yang digunakan dapat sesuai dengan tema dalam penelitian. Skala yang dibuat berdasarkan aspek-aspek kecemasan yang mengacu pada teori Kartono (2002) meliputi:

- a. Psikologis ; kecemasan yang berwujud sbagai gejala-gejala kejiwaan seperti tegang, bingung, khawatir, susah berkonsentrasi, perasaan tidak menentu dan sebagainya
- b. Fisiologis ; kecemasan yang sudah mempengaruhi atau terwujud pada gejala-gejala fisik terutama pada sistem saraf seperti tidak dapat tidur, jantung berbedar-debar, gemetar, perut mual dan sebagainya

Pernyataan pada skala kecemasan berbicara di depan umum dibagi menjadi dua kelompok, yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan skor skala dari 1 sampai 4.

Pernyataan yang *favorable* penyekoran nilainya sebagai berikut :

- a. Sangat Sesuai (SS) = 4
- b. Sesuai (S) = 3
- c. Tidak Sesuai (TS) = 2
- d. Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1

Pernyataan yang *unfavorable* penyekoran nilainya sebagai berikut :

- a. Sangat Sesuai (SS) = 1
- b. Sesuai (S) = 2
- c. Tidak Sesuai (TS) = 3
- d. Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4

Tabel 3.2
Blue Print
Skala Kecemasan Berbicara Di Depan

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jml
			<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Psikologi	Tegang, bingung, khawatir, susah konsentrasi	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34	-	4, 8, 12, 16, 20, 24, 35	28,31	18
2	Fisiologis	Tidak dapat tidur, jantung berdebar, perut mual, kaki gemetar	1, 5, 9, 13, 17, 21, 29, 33	25	3, 11, 15, 19, 23, 27, 32	7	17
Jumlah			17	1	14	3	35

Berdasarkan hasil uji validitas pada variable kecemasan berbicara di depan umum dari 35 butir item pertanyaan, 4 butir item pertanyaan diantaranya tidak valid yaitu butir item nomor 7, 25, 28 dan 31 memiliki nilai *p value* kurang dari 0,05, jadi butir item pertanyaan variable kecemasan berbicara di depan umum yang valid adalah 31 butir item.

3.5. Validitas dan Reliabilitas

3.5.1. Validitas

Sugiyono (2008) hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen

tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Putri, 2016).

Teknik korelasi yang akan digunakan untuk uji validitas penelitian ini adalah teknik korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson* (Putri, 2016).

3.5.2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Hal ini relatif sama berarti tetap adanya toleransi terhadap perbedaan-perbedaan kecil antara hasil beberapa kali pengukuran. Bila perbedaan itu sangat besar dari waktu ke waktu maka hasil pengukuran tidak dapat dipercaya dan dikatakan sebagai reliabel (Azwar, 2008).

Uji reliabilitas menggunakan pendekatan reliabilitas konsistensi internal yaitu *single trial administration*, dimana prosedurnya hanya memerlukan satu kali penggunaan tes kepada individu sebagai subjek. Teknik yang digunakan adalah teknik koefisien *Alpha Cronbach*. Uji reliabilitas yang akan digunakan pada penelitian ini adalah dengan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) for Windows Release 22.0*.

3.6. Metode Analisis Data

Data yang akan diperoleh berwujud angka-angka dan akan diolah menggunakan metode statistik untuk menguji hipotesis yang diajukan. Sesuai dengan hipotesis dari penelitian yaitu ada hubungan antara efikasi diri terhadap kecemasan berbicara di depan umum .

Hipotesis akan diuji dengan menggunakan *korelasi product moment* sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x) (\sum y)}{\sqrt{\{(N \sum x^2) - (\sum x)^2\} \{(N \sum y^2) - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} : koefisien korelasi antara x dan y
- N : banyaknya sampel
- X : Jumlah skor tiap butir x
- Y : Jumlah skor tiap butir y

Uji validitas ini menggunakan bantuan aplikasi *Statistical Package For Social Sciences* (SPSS) for Windows Release 22.