

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik serta dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan penelitian kuantitatif yang hendak digunakan dalam penelitian ini ialah analisis korelatif. Penelitian korelatif merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa melakukan perubahan atau manipulasi terhadap data yang ada. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa angka-angka, selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan metode kuantitatif. Skala penelitian menggunakan metode kuantitatif yang berguna untuk mengukur fenomena sosial dan psikologis dengan variabel yang sudah ditentukan (Sugiyono, 2013). Adapun karakteristik pengukuran adalah sebagai pembandingan antara atribut yang diukur dengan alat ukur yang digunakan, menghasilkan data kuantitatif dan deskriptif (Azwar, 2016).

Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel yang akan diteliti, yakni resiliensi terhadap *self efficacy* dan regulasi emosi pada mahasiswa.

3.2 Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel perlu dilakukan sebelum pengumpulan data. Ini akan mempermudah dalam menentukan alat pengumpulan data yang sesuai. Peneliti akan meneliti bagaimana hubungan variabel (X) yaitu *self efficacy* dan regulasi emosi dengan variabel (Y) yaitu resiliensi akademik. Sehingga variabel yang termasuk dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel bebas (X) : *Self Efficacy* dan Regulasi Emosi
2. Variabel terikat (Y) : Resiliensi Akademik

3.3 Definisi Operasional Variabel

Feldman (2012), definisi operasional berarti menerjemahkan suatu hipotesis ke dalam bentuk yang lebih spesifik yang dapat diukur, diuji, dan diamati, sehingga mempermudah pemahaman variabel atau struktur yang akan diteliti. Nazir (2014), menyatakan bahwa definisi operasional adalah definisi yang memberi arti kepada suatu konstruksi atau variabel dengan cara ini.

3.3.1 *Self Efficacy*

Self efficacy merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam meyakini bahwa dirinya mampu melakukan dan mengatur untuk mencapai tujuan tertentu, sehingga *self efficacy* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi manusia untuk mengambil suatu keputusan. Variabel *self efficacy* diungkapkan dengan skala *self efficacy* yang berdasarkan aspek-aspek *self efficacy* yang diteliti pada mahasiswa.

3.3.2 Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada diri manusia juga cara individu untuk menilai, mengatasi, mengolah dan mengungkapkan emosi yang tepat dalam rangka sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi. Variabel regulasi emosi diungkap dengan skala regulasi emosi yang berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi yang diteliti pada mahasiswa.

3.3.3 Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik adalah kemampuan mahasiswa untuk bertahan dalam kondisi-kondisi sulit yang sedang dihadapi, mampu berupaya untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut serta mampu bangkit dan membekali diri untuk menghadapi permasalahan yang ada dikemudian hari, khususnya dalam hal kegiatan akademik. Variabel resiliensi akademik diungkap dengan skala resiliensi yang berdasarkan aspek-aspek resiliensi akademik yang diteliti pada mahasiswa.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi

Populasi ialah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi memiliki kriteria yang dapat diklasifikasikan dan diperkirakan untuk keperluan penelitian (Azwar, 2016). Populasi yang ada dalam penelitian ini

adalah sebanyak 1.384 mahasiswa yang secara umum tercatat pada Buku Statistik Pendidikan Tinggi (2017) yang masih menempuh perguruan tinggi di kota Surakarta.

3.4.2 Sampel

Sugiyono (2013), sampel ialah sebagian dari populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian, dimana populasi merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Arikunto (2014), menjelaskan bahwa jika sampel yang diteliti kurang dari 100, maka diambil semua sampelnya, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sebaliknya, apabila sampel terlalu banyak, maka sampel bisa diambil antara 10%-15%, hingga 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.

Teknik sampling yang dipergunakan untuk memilih sampel penelitian adalah *purposive random sampling*. Teknik *purposive random sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu yang telah ditentukan ciri-cirinya yang dipandang memiliki sangkut paut dengan ciri-ciri populasi sebelumnya (Sugiyono, 2013). Alasan menggunakan teknik ini adalah karena sampel yang digunakan memiliki kriteria dengan ciri-ciri tertentu terhadap populasi yang banyak dengan diambil sedikit populasi untuk diteliti sudah dapat

mewakili sampel pada penelitian ini. Adapun kriteria sampel dalam hal ini adalah mahasiswa aktif yang utamanya berasal dari sekolah maupun perguruan tinggi di Surakarta dengan penyebaran angket pada perguruan tinggi yang dituju. Sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini diwakili sebanyak 150 orang mahasiswa dan mahasiswi yang masih menempuh pendidikan baik di sekolah maupun perguruan tinggi khususnya di kota Surakarta.

Dalam penelitian kuantitatif regresi atau penelitian yang menggunakan data berupa angka sebagai alat untuk menganalisa suatu pengaruh yang ingin diketahui. Merangkum dari 3 faktor yang membentuk resiliensi akademik diketahui bahwa *self efficacy* dan regulasi emosi memiliki hubungan terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa.

3.5 Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala dengan berdasarkan pada masing-masing aspek yang diteliti. Skala yang digunakan dalam penelitian ini meliputi skala *self efficacy*, skala regulasi emosi dan skala resiliensi akademik. Sugiyono (2013), skala pengukuran adalah kesepakatan yang digunakan sebagai pedoman untuk menentukan panjang pendeknya interval dalam alat ukur, sehingga apabila digunakan dalam pengukuran alat ukur akan menghasilkan data kuantitatif.

Teknik penelitian yang digunakan untuk mengukur skor merupakan skala likert. Sugiyono (2013), skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala likert merupakan suatu skala yang dapat digunakan dalam kuisisioner, angket

yang bersifat survei deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner melalui *google form*. Penelitian ini menggunakan instrumen pengumpulan data berupa Skala Likert dengan pilihan jawaban untuk setiap item yang tersedia yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Cukup Sesuai (CS), Sesuai (S), Sangat Sesuai (SS). Instrumen yang telah diisi kemudian diberi skor dan dianalisa menggunakan bantuan SPSS 25.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga alat ukur yang dimodifikasi yaitu:

1. Skala *self efficacy* menggunakan *General Self Efficacy Scale (GSES)* yang diadaptasi dan diuji dari peneliti sebelumnya Kuncoro (2021), dan telah disusun berdasarkan aspek-aspek *self efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura dengan 15 item valid. Skala *General Self Efficacy Scale* diujikan kepada 163 partisipan yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Dari hasil uji coba yang dilakukan dapat diketahui nilai reliabilitas *Cronbach Alpha General Self Efficacy Scale* yaitu sebesar 0,706. Kemudian skala tersebut setelah dilakukan *expert judgment* oleh peneliti mendapatkan penilaian 13 item yang sesuai pada penelitian ini. Berikut disajikan *blueprint* skala *self efficacy* pada tabel 3.1 sebagai berikut:

Tabel 3.1
Blueprint Skala Self Efficacy

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
<i>Magnitude</i>	Yakin dapat menyelesaikan tugas serta menyelesaikan permasalahan di berbagai situasi.	7	2, 3, 10	4
<i>Generality</i>	Yakin dapat memotivasi diri untuk melakukan tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas.	11	4	2
<i>Strength</i>	Yakin dalam menyelesaikan tugas serta mampu bertahan dalam menghadapi hambatan dan kesulitan.	1, 8, 12, 13	5, 6, 9	7
Total		6	7	13

2. Skala regulasi emosi menggunakan *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)* yang dikemukakan oleh Gross dan diadaptasi dan diuji oleh peneliti sebelumnya Nabila (2019). Item yang disusun berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi dengan 12 item valid. Skala *Emotion Regulation Questionnaire* diujikan kepada 100 partisipan yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Uji reliabilitas yang digunakan oleh Nabila menggunakan formula *Cronbach Alpha* menunjukkan skala *Emotion Regulation Questionnaire* yang diadaptasi menghasilkan indeks reliabilitas sebesar 0,691. Kemudian skala tersebut setelah dilakukan *expert judgment* oleh peneliti mendapatkan penilaian 11 item yang sesuai pada penelitian ini. Berikut disajikan *blueprint* skala regulasi emosi pada tabel 3.2 sebagai berikut:

Tabel 3.2
Blueprint Skala Regulasi Emosi

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
<i>Strategies to emotion regulation</i>	Menyelesaikan masalah dalam suatu tujuan.	3	4	2
<i>Engaging in goal directed behavior</i>	Tidak terpengaruh emosi negatif yang sedang dihadapi dan bisa melakukan kegiatan dengan baik.	2	1	2
<i>Control emotional responses</i>	Mengontrol emosi yang sedang dirasakan dengan mengekspresikan emosi diri.	5, 6	9, 10	4
<i>Acceptance of emotional response</i>	Menerima suatu kejadian yang memberikan dampak emosi negatif pada diri.	7	8, 11	3
	Total	5	6	11

3. Skala resiliensi akademik menggunakan ARS-30 (*Academic Resilience Scale*) yang dikemukakan oleh Simon Cassidy dan diadaptasi dan diuji oleh peneliti sebelumnya Nuzuliya (2021). Item yang disusun berdasarkan aspek-aspek resiliensi akademik dengan 37 item valid. Skala ARS-30 (*Academic Resilience Scale*) diujikan kepada 129 partisipan yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Uji reliabilitas yang digunakan oleh Nuzuliya menggunakan formula *Cronbach Alpha* menunjukkan skala *Academic Resilience Scale* yang diadaptasi menghasilkan indeks reliabilitas sebesar 0,905. Kemudian skala tersebut setelah dilakukan *expert judgment* oleh peneliti mendapatkan penilaian 26 item yang sesuai pada penelitian ini. Berikut disajikan *blueprint* skala resiliensi akademik pada tabel 3.3 sebagai berikut:

Tabel 3.3
Blueprint Skala Resiliensi Akademik

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Jumlah
<i>Perseverance</i>	Bekerja keras dan tidak mudah menyerah.	4	7	2
	Fokus pada rencana dan tujuan.	12	-	1
	Pemecahan masalah dengan imajinatif dan kreatif.	10, 15, 1	3	4
<i>Reflecting and adaptive help-seeking</i>	Merefleksikan kekuatan dan kelemahan.	2, 16	8, 13	4
	Mengubah pendekatan belajar.	6, 11	9	3
	Mencari bantuan.	18	5	2
<i>Negative affect and emotional response</i>	Mengatasi kecemasan.	14, 22	20, 24	4
	<i>Catastrophising</i> (Menghindari pemikiran yang buruk, yang bersifat negatif dan membawa bencana).	21, 17	23, 25	4
	Menghindari respon emosional yang negatif.	19	26	2
Total		15	11	26

3.6 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mempersiapkan skala *self efficacy* dan regulasi emosi juga skala resiliensi akademik yang telah diuji cobakan pada kelompok uji coba yang memiliki karakteristik yang sama dengan kelompok sampel sesungguhnya.
2. Melakukan uji coba.
3. Melakukan uji validitas dan reliabilitas skala untuk mendapatkan butir yang valid dan reliabel.
4. Menentukan sampel penelitian sesuai dengan kriteria, kemudian mengukur resiliensi dengan cara subjek mengisi skala yang sudah diketahui kesahihan dan keandalannya. Subjek juga mengisi angket *self efficacy* dan regulasi emosi juga resiliensi akademik yang dirancang oleh peneliti.
5. Melakukan uji normalitas dan uji linieritas sebagai syarat untuk dapat melakukan uji hipotesis.

6. Menganalisis data yang masuk dengan teknik Anava (*one way anova*) untuk melihat hubungan antara *self efficacy* dan regulasi emosi pada mahasiswa dilihat dari resiliensi akademik yang diuji.
7. Membuat kesimpulan berdasarkan hasil analisis tersebut.

3.7 Analisis Data

Analisis data merupakan proses pemilihan pernyataan-pernyataan yang baik, yang nantinya akan digunakan untuk item skala. Analisis item dilakukan dengan melihat nilai koefisien korelasi item total antara variabel bebas *self efficacy* (X1), regulasi emosi (X2) dan variabel terikat resiliensi akademik (Y). Analisis ini dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 25. Sebagai kriteria pemilihan item berdasar pada korelasi item total biasanya digunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$ (Azwar, 2016). Item yang memiliki koefisien korelasi minimal 0,30 diinterpretasikan sebagai item yang memiliki daya diskriminasi tinggi dan dianggap memuaskan, sedangkan item yang memiliki koefisien korelasi kurang dari 0,30 diinterpretasikan sebagai item yang memiliki daya diskriminasi rendah dan dianggap gugur. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji regresi menggunakan aplikasi SPSS 25.0. Uji regresi adalah mencari pengaruh dari suatu perlakuan terhadap perubahan yang dicapai. Rumus untuk regresi sederhana yaitu: $Y' = a + b_1x_1$ dan untuk regresi berganda yaitu: $Y' = a + b_1x_1 + b_2x_2 + b_3x_3 + \dots + b_kx_k$ (Darmawan, 2014). Di penelitian ini peneliti akan menggunakan regresi berganda dikarenakan adanya dua variabel bebas yang mempengaruhi variabel terikat.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah sebaran skor pada kelompok sampel mengikuti distribusi normal. Jika nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) maka sebaran skor dinyatakan normal, sebaliknya jika nilai probabilitasnya kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) sebaran skor dinyatakan tidak normal.

2. Uji Hipotesis

Uji asumsi atau uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas data dan uji linieritas dilakukan, selanjutnya dilakukan uji hipotesis. Sebagaimana telah ditemukan sebelumnya bahwa penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan regulasi emosi terhadap resiliensi pada mahasiswa. Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji analisis korelasi *Pearson Product Moment* yang bertujuan untuk menguji hipotesis asosiatif (uji hubungan) variabel antara dua variabel bebas dengan satu variabel terikat. Penyelesaian analisis dilakukan dengan bantu program komputer SPSS 25.0 *for windows*. Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan melihat nilai signifikansinya. Apabila nilai signifikansinya kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) maka hipotesis diterima, sebaliknya bila nilai signifikansinya lebih dari 0,05 ($p > 0,05$) maka hipotesis ditolak.

3. Uji Validitas

Azwar (2016), mengatakan validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes dapat dikatakan

mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Validitas skala kepercayaan diri diuji dengan menggunakan validitas isi. Validitas isi menunjukkan sejauh mana item-item dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur pada tes. Validitas isi diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau melalui *professional judgement* (Azwar, 2016).

4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas dianggap memuaskan bila koefisiennya mencapai 0,900. Tetapi suatu koefisien yang tidak setinggi itu pun masih dianggap cukup memuaskan. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengujian reliabilitas skala dalam pengukuran ini memakai teknik *Alpha Cronbach* dari program SPSS versi 25.

5. Uji Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda merupakan hubungan linier antara dua atau lebih variabel bebas dan satu variabel terikat. Tujuan analisis adalah untuk mengetahui arah positif atau negatif hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dan untuk memprediksi nilai variabel terikat jika variabel bebas bertambah atau berkurang. Analisis regresi linear berganda dilakukan dengan cara menetapkan persamaan $\hat{Y} = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$, dengan ketentuan:

- Y : Variabel terikat (resiliensi akademik)
- X1 : Variabel bebas satu (*self efficacy*)
- X2 : Variabel bebas dua (regulasi emosi)
- a : Nilai konstanta
- b1 : Nilai koefisien regresi X1
- b2 : Nilai koefisien regresi X2
- e : Standar error

