

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel

Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel bebas (X) : Efikasi diri.
2. Variabel tergantung (Y) : Strategi *coping*.

3.2 Definisi Operasional

3.2.1 Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan sebuah keyakinan diri untuk mampu mengerjakan segala tugas yang telah dihadapi dan juga menyelesaikan segala masalah yang dihadapi dengan baik, keyakinan khusus yang berkaitan dengan pelaksanaan suatu tugas dan melibatkan kepercayaan individu dengan kemampuan melakukan suatu tindakan tertentu pada situasi tertentu yang diukur dengan memodifikasi skala efikasi diri berdasarkan aspek efikasi diri dari Lailani, yang berdasarkan dimensi efikasi diri dari Bandura.

3.2.2 Strategi *Coping*

Strategi *coping* merupakan usaha-usaha yang melibatkan aspek kognitif, perasaan dan perilaku yang digunakan oleh seseorang untuk menekan situasi-situasi yang penuh tekanan. *Coping* memungkinkan seseorang dapat segera menyesuaikan diri ketika berhadapan dengan situasi penuh tekanan tertentu yang

Diukur dengan memodifikasi skala strategi *coping* milik Wijayanti berdasarkan aspek strategi *coping* dari Carver.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa diseluruh program studi di Universitas Sahid Surakarta yang sedang mengerjakan tugas akhir yang berjumlah 284 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Sahid Surakarta yang sedang mengerjakan tugas akhir yang berjumlah 64.

3.4 Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini akan menggunakan teknik *probability sampling* yaitu *proportionate stratified random sampling*. Sampel yang diambil adalah mahasiswa Universitas Sahid Surakarta yang sedang menempuh tugas akhir yang masing-masing program studi diambil wakilnya untuk dijadikan sampel.

Probability sampling adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono,2010).

Proportionate stratified random sampling adalah teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota atau unsur yang tidak homogeny dan berstrata secara proposional (Sugiyono, 2010).

3.5 Metode Pengambilan Data

Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah berupa skala. Skala merupakan alat pengumpul data yang digunakan untuk mengukur aspek atau atribut afektif melalui respon terhadap pernyataan (Azwar, 2013). Skala yang dipakai adalah model skala likert yaitu aitem-aitem pada skala ditulis dalam bentuk aitem yang bersifat *favorebel* yaitu aitem yang berisi aitem yang mendukung dan aitem–aitem yang bersifat *unfavorable* yaitu aitem yang berisi aitem yang tidak mendukung. Model skala ini menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentuan nilai skalanya. Subjek diminta menyatakan sikap dengan alternative jawaban yang paling sesuai dan paling menggambarkan sikapnya terhadap isi pernyataan dalam lima alternative jawaban. Akan tetapi, dalam penelitian ini pilihan jawaban tersebut dimodifikasi menjadi empat alternative jawaban, yaitu untuk *favorabel* SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju) , STS (sangat tidak setuju). Dengan pemberian nilai SS = 4, S = 3, TS= 2, STS = 1, dan untuk *unfavorable* SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju) , STS (sanga tidak setuju). Dengan pemberian nilai SS = 1, S = 2, TS= 3, STS = 4.

Modifikasi skala likert ini dilakukan untuk menghilangkan kelemahan yang dikandung oleh skala likert dengan lima alternative jawaban (Hadi,1991), dengan berdasarkan tiga alasan yaitu :

- a. Alternatif jawaban ditengah bisa mempunyai arti ganda, bisa berarti belum dapat memutuskan, bersikap netral, atau ragu-ragu.
- b. Tersedianya jawaban ditengah dapat menimbulkan kecenderungan jawaban ketengah (*central tendency*).
- c. Pilihan jawaban SS, S, TS, STS adalah untuk melihat kecenderungan pendapat responden, kearah setuju atau kearah tidak setuju. Bila tersedia jawaban di tengah dikhawatirkan akan menghilangkan banyak data penelitian sehingga mengurangi banyak informasi yang dapat dijarah dari responden.

1. *Blue print* Skala Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan sebuah keyakinan diri untuk mampu mengerjakan segala tugas yang dihadapi dengan berhasil pada tingkatan tertentu sebagai mana dinyatakan oleh skor skala efikasi diri. Efikasi diri diungkap dengan skala efikasi diri berdasarkan aspek efikasi diri yang dimodifikasi dari Lailani (2005) yang berdasarkan dimensi efikasi diri dari Bandura dengan hasil reliabilitas 0,8781.

Tabel3.1

Blue Print Skala Efikasi Diri

Aspek	Indikator	F/UF	No Item	Jumlah	Prosentase
Kemampuan Diri	Mampu menyelesaikan tugas yang sulit	F	2,6,7,8,12,20	14	47%
		UF	13,27,25		
	Mampu menyelesaikan tugas yang bervariasi	F	10,28,29		
		UF	11,18		
Rasa Percaya Diri	Gigih dalam berusaha	F	19,30	12	40%
		UF	4,14,23		
	Berani menghadapi tantangan	F	1,24		
		UF	3,9,17,21,22		
Harapan terhadap keberhasilan	Sikap optimis dalam menyelesaikan pekerjaan	F	5,15	4	13%
		UF	16, 26		
Jumlah			30		100%

2. *Blue Print Skala Strategi Coping*

Strategi *coping* adalah usaha-usaha yang melibatkan aspek kognitif, perasaan dan perilaku yang digunakan oleh seseorang untuk menekan situasi-situasi yang penuh tekanan, *coping* memungkinkan seseorang dapat segera menyesuaikan diri ketika berhadapan dengan situasi yang penuh tekanan tersebut. Strategi *coping* diungkap dengan skala strategi *coping* berdasarkan aspek strategi *coping* dari Carver dkk dimodifikasi dari peneliti sebelumnya yaitu Wijayanti (2013) dengan hasil reliabilitas 0,8211.

Tabel 3.2
Blue Print Skala Strategi Coping

Aspek	Indikator	F/UF	No Item	Jumlah	Prosentase
Keaktifan diri	Mencari informasi tentang stres yang dialami selama penyusunan tugas akhir skripsi	F	1, 3	7	14%
		UF	2		
	Berusaha melakukan tindakan untuk menghilangkan gejala stress	F	5, 7		
		UF	4, 6		
Perencanaan	Mempersiapkan diri dalam menghadapi setiap masalah	F	8	7	14%
		UF	9, 11		
	Berusaha berfikir positif setiap menghadapi suatu masalah	F	10, 12, 14		
		UF	13		
Kontrol Diri	Mengurangi kegiatan yang bisa menguras tenaga dan pikiran	F	15	7	14%
		UF	16		
	Merasa nyaman dalam mengerjakan skripsi tanpa persaingan sehingga tidak menimbulkan stress	F	17, 19, 21		
		UF	18, 20		
Mencari dukungan sosial yang bersifat Instrumental	Menerima pendapat orang lain tentang apa yang harus dilakukan untuk mengatasi stres	F	22, 24	7	14%
		UF	23, 25		
	Siap secara mental menghadapi stres karena mendapat dukungan dari orang sekitar.	F	26, 28		
		UF	27		

Dukungan sosial yang bersifat emosional	Mencari dukungan, bantuan dan pengertian dari orang-orang sekitar	F	29, 31	7	14%
	Selalu mendapat bantuan dari teman maupun keluarga dalam mengatasi stres.	UF	34		
		F	33, 35		
		UF	30, 32		
Penerimaan	Menerima saran dan nasihat dari orang lain.	F	38	7	14%
		UF	39		
	Menerima gejala stress dan mencoba untuk menghadapinya	F	36,40, 42		
		UF	37,41		
Religiusitas	Menganggap bahwa hambatan yang dapat menimbulkan stress merupakan sarana untuk mendekati diri kepada Tuhan	F	43,50	8	16%
		UF	44,46		
	Berdoa kepada Tuhan supaya sanggup menghadapi setiap masalah.	F	45,47, 49		
		UF	48		
Jumlah				50	100%

3.6 Validitas dan Reliabilitas

3.6.1 Validitas

Azwar (2003) menyatakan bahwa koefisien validitas yang berkisar antara 0,30 sampai 0,50 telah dapat memberikan kontribusi yang baik. Suatu alat ukur dikatakan mempunyai validitas tinggi bila alat ukur tersebut menjalankan

fungsinya sebagai ukur atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud diadakanya pengukuran tersebut.

Valid tidaknya alat ukur tergantung pada mampu tidaknya alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat. Suatu alat ukur yang valid, tidak sekedar mampu mengungkapkan data dengan tepat, tapi juga memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut. Cermat berarti pengukuran itu mampu memberikan gambaran mengenai perbedaan sekecil-kecilnya diantara subjek satu dengan yang lain (Azwar, 2013). Uji validitas ini menggunakan teknik *pearson correlation product moment* pada SPSS versi 20.0 *for windows*.

3.6.2 Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu instrumen yang cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik (Arikunto, 2002). Pengujian reliabilitas instrument dengan rentang skor antara 1-5. Keputusan pengujian reliabilitas instrument sebagai berikut:

1. Instrumen dikatakan reliable jika $r_{hitung} > r_{tabel}$.
2. Instrumen dikatakan tidak reliable jika $r_{hitung} < r_{tabel}$.

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar antara 0 sampai dengan 1,00. Menurut (Sugiyono 2005) semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0, berarti semakin rendah reliabilitasnya. Hasil perhitungan r yang diperoleh, diinterpretasikan dengan tingkat keterandalan koefisien reliable hal ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.3
Pedoman Interpretasi terhadap Koefisien Reliabilitas

No	Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
1	0.0 – 0,199	Sangat Rendah
2	0.20 – 0,399	Rendah
3	0.40 – 0.599	Sedang
4	0.60 – 0.799	Kuat
5	0.80 – 1.000	Dangat Kuat

Jadi tujuan dari pengujian validitas dan reliabilitas kuesioner adalah untuk meyakinkan bahwa kuesioner yang telah disusun benar-benar baik dalam mengukur gejala dan menghasilkan data yang valid.

3.7 Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dianalisis menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson dengan bantuan SPSS versi *20.0 for windows*. Hasil analisis tersebut digunakan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan strategi *coping*.