

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono penelitian dengan pendekatan kuantitatif adalah metode tradisional yang berlandaskan pada filsafat positivisme, sehingga memenuhi kaidah ilmiah yang bersifat obyektif, terukur, rasional, sistematis, *discovery*, yang dimana data penelitian kuantitatif berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2016).

Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pencerahan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin kita ketahui (Margono, 2010).

Adapun rancangan kuantitatif yang digunakan adalah rancangan kuantitatif komparatif. Menurut sugiyono Penelitian mode kompartif adalah rumusan masalah penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua sampel yang berbeda (Sugiyono, 2016).

3.2 Identifikasi Variabel

Menurut Sugiyono, Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari sehingga di peroleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Berdasarkan fenomena yang ada, peneliti mengidentifikasi variabel yang ada dalam penelitian, diantaranya:

Variabel Independent : Stres Belajar

3.2.1 Definisi Operasional

Definisi oprasionalisasi adalah definisi yang dirumuskan oleh peniti tentang istilah yang ada pada masalah peniti dengan maksud untuk menyamakan persepsi antara peneliti dengan

orang-orang yang terkait dengan penelitian (wina sanjaya, 2013).

1. stres belajar adalah suatu keadaan tertekan yang dialami siswa SMA unggul negeri 4 Palembang saat di sekolah.
2. Full day adalah suatu program yang dilaksanakan oleh pihak sekolah yang proses belajarnya dari pagi sampai sore.

3.2.2 Populasi dan Sampel

3.2.2.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Sedangkan menurut Zainal Arifin populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti, baik berupa orang, benda, kejadian, nilai maupun hal-hal yang terjadi (Zainal Arifin, 2016). Berdasarkan definisi tersebut, maka populasi. Berdasarkan definisi tersebut, maka populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI jurusan IPA dan IPS di SMA unggul negeri 4 Palembang yang berjumlah 281 orang. Adapun karakteristik yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Umur 15-17 tahun
- b. Siswa dan siswi kelas XI (sebelas)
- c. Siswa dan siswi SMA Unggul Negeri 4 Palembang yang masih aktif tercatat di sekolah
- d. Siswa dan siswi yang bersedia menjadi responden penelitian

3.2.2.2 Sampel

Menurut sugiyono sampel adalah teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan (Sugiyono, 2016). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik random sampling sederhana.

Berdasarkan definisi tersebut, maka sampel pada penelitian ini adalah semua anggota populasi siswa kelas XI SMA unggul negeri 4 Palembang yang berjumlah 281 orang. Dalam penelitian ini, peneliti tidak mengambil seluruh subjek yang ada di populasi, melainkan hanya mengambil beberapa dari populasi. Berdasarkan tabel *Isaac* dan *Michael*, bila jumlah populasi siswa, dengan taraf kesalahan 5%, maka jumlah sampelnya adalah 115 orang (Sugiyono, 2012).

Adapun kriteria yang ditetapkan dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Siswa yang aktif di sekolah SMA unggul negeri 4 Palembang
- b. Siswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan
- c. Siswa yang bersedia menjadi responden penelitian adalah seluruh siswa kelas XI IPA dan IPS

3.3 Metode Pengumpulan Data

Dalam metode pengumpulan data kuantitatif adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2016). Adapun metode pengumpulan data yang digunakan penelitian ini berbentuk skala. Skala merupakan alat ukur psikologi dalam bentuk kumpulan-kumpulan pernyataan yang disusun sedemikian rupa, sehingga respon terhadap pernyataan tersebut dapat diberi skor kemudian diinterpretasikan. Skala adalah Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Menurut Azwar, skala ini berisi butir-butir yang digolongkan menjadi dua butir yang bersifat *Favourable* dan *Unfavourable* (Azwar, 2005). Pernyataan *Favourable* yakni butir yang mendukung pernyataan, sedangkan pernyataan *Unfavourable* yakni butir pernyataan yang tidak mendukung. Skala tersebut terdiri dari 60 item pernyataan yang terdiri dari 30 pernyataan *favourable* dan 30 pernyataan *unfavourable*. Skala tersebut terdiri dari 60 item pertanyaan yang disajikan dalam bentuk

kalimat (*favorable* dan *unfavorable*). Pada item *favorable* nilai 4 diberikan untuk jawaban SS (Sangat sering) (nilai 3 diberikan untuk jawaban S (Sering), nilai 2 diberikan untuk jawaban KK (Kadang-Kadang), nilai 1 diberikan untuk jawaban TP (Tidak Pernah).

Untuk membuat skala stres belajar dengan menggunakan skala likert diperlukan suatu rancangan aitem agar dalam penyusunan skala tersebut tercapai dan sesuai dengan gejala-gejala yang ingin diukur. Adapun skor yang digunakan pada skala stres belajar (*full day school*) sebagai berikut:

Tabel 1
Rincian Penilaian Skoring

No	Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	SS	4	1
2	S	3	2
3	KK	2	2
4	TP	1	4

Berikut ini adalah blue print STRES BELAJAR menggunakan alat ukur instrumen.

Tabel 2
Blue Print Skala Stres belajar

No	gejala-gejala Stres belajar	Indikator	Sebaran <i>Item</i>		Jumlah
			<i>F</i>	<i>UF</i>	
1	Fisik	a. Keringatan	1, 9, 17,	5, 13, 21,	6

		b. Sakit kepala	25, 33, 41,	29, 37,	5
		c. cepat lelah	49, 57	45, 53	4
2	Psikologis	a. mudah jengkel	2, 10, 18	6, 14, 22	6
		b. banyak yang di pikirkan	26, 34, 42	30, 38	5
		c. merasa tidak berguna	50, 58	46, 54	4
3	Sikap	a. menghindari/mengab aikan	3, 11, 19, 27	7, 15, 23, 31	8
		b. tidak semangat	35, 43, 51, 59	39, 47, 55	7
4	Keadaan	a. cemas	4, 12, 20, 28	8, 16, 24, 32,	8
		b. marah	36, 44, 52, 60	40, 48, 56	7
Total item			32	28	60

Responden yang memiliki nilai stres tinggi maka skor yang dimilikinya juga tinggi dan sebaliknya bila nilai stres rendah maka skornya juga rendah.

3.4 Uji Validitas dan Reliabilitas

3.4.1 Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2015). Berdasarkan pengukuran yang diungkapkan oleh Azwar jika menggunakan batas korelasi 0,25. Sehingga yang di inginkan dapat tercapai (azwar, 2012).

Jenis validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas konstrak. Validitas yang menunjukkan sejauh mana suatu tes mengukur *trait* atau konstrak teoretik yang hendak diukur (Azwar, 2016).

Adapun pengukuran validitas dalam penelitian ini menggunakan metode korelasi *corrected item total correlation* yang dilakukan dengan cara mencari skor item dengan skala yang didapatkan dari proses penskorangan. Menurut pendapat Saifuuddin Azwar, korelasi item total memperlihatkan kesesuaian fungsi item dengan fungsi skala dalam mengungkap perbedaan individual (Azwar, 2010).

3.4.2 Reliabilitas

Reliabilitas merupakan tingkat kekonsistensian dan keajegan dari satu alat ukur yang digunakan. Artinya, reliabilitas ini ingin melihat apakah suatu alat ukur yang digunakan untuk mengukur apa yang ingin diukur tersebut tetap konsisten atau tidak ketika pengukuran diulang kembali. Untuk mengukur tingkat kekonsistensian ini metode yang sering digunakan adalah analisis alpha cronback (Alhamdu, 2016).

Uji reliabilitas dalam penelitian menggunakan teknik *Cronbach Alpha* dengan SPSS *for windows versi 22*. Alat ukur dikatakan reliabel ketika memenuhi batas minimum skor *alpha cronback* 0,6. Artinya, skor reliabilitas alat ukur yang kurang dari 0.6 maka dianggap kurang baik, sedangkan skor reliabilitas 0.7 dapat diterima sehingga dapat dikatakan bahwa skor reliabilitas

semakin mendekati angka 1, maka semakin baik dan tinggi skor reliabilitas alat ukur yang digunakan (Alhamdu, 2016).

3.5 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan yaitu dengan teknik analisis regresi sederhana (*simple regression*) karena penelitian ini hanya menggunakan satu variabel bebas dan satu variabel tergantung. Metode analisis data terbagi menjadi 2 bagian yaitu uji Asumsi (prasyarat) dan uji Hipotesis.

3.5.1 Uji Asumsi (Prasyarat)

Metode analisis data dalam penelitian ini, dilakukan dalam dua tahap, yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi meliputi: uji normalitas dan uji homogenitas.

1). Uji Normalitas

Menurut Sufren dan Natanael (2013) uji normalitas adalah usaha untuk menentukan apakah data variabel yang kita miliki mendekati populasi distribusi normal atau tidak. Dengan bahasa lainnya, apakah data kita terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Kolmogorov Siminov*, dengan ketentuan data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

2). Uji homogenitas

Menurut Arikunto (2014) uji homogenitas adalah pengujian terhadap kesamaan (homogenitas) beberapa bagian sampel, yakni seragam tidaknya variasi sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama. Sedangkan menurut Gunawan (2018:74) uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis *independent sample t-test* dan ANOVA. Asumsi yang mendasari dalam analisis varian (ANOVA) adalah bahwa varian dari populasi adalah sama. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05

maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data adalah sama. Uji homogenitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages For Social Sciences*) versi 22 for windows.

3.5.2 Uji Hipotesis

Setelah terpenuhinya uji asumsi, maka akan dilakukan uji hipotesis. Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok subjek yang digunakan, yaitu kelompok siswa kelas XI jurusan IPA dan IPS di SMA Unggul Negeri 4 Palembang. Maka uji hipotesis yang digunakan adalah *Independent Sample T-test*.

Menurut Gunawan (2018) *independent sample t-test* digunakan untuk menguji dua rata-rata dari dua kelompok data yang independen. Kriteria pengujian *independent sample t-test* dengan uji t ini, yaitu dengan membandingkan nilai t hitung dengan t tabel, atau dengan membandingkan nilai signifikansi. Jika t hitung < t tabel maka H_0 diterima. Jika t hitung > t tabel maka H_0 ditolak.