

BAB III

METODE PENELITIAN

Keberhasilan suatu penelitian tergantung pada ketepatan pemilihan metode penelitian yang digunakan. Metode penelitian adalah suatu langkah-langkah yang direncanakan dan terstruktur untuk mencari pemecahan masalah topik yang sedang diteliti. Suryabrata (2000) menyatakan bahwa metode penelitian merupakan cara untuk memecahkan persoalan dalam penelitian, sekaligus juga menentukan bobot dari penelitian yang akan dilakukan.

Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji antara hubungan *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa Fakultas Teknik Untag Surabaya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2004). Pada dasarnya penelitian kuantitatif dilakukan untuk penelitian inferensial atau pengujian hipotesis. Secara umum metode penelitian kuantitatif ini dilakukan dengan jumlah skala sampel yang besar. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk memperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau hubungan antar variabel yang diteliti.

A. Populasi dan Partisipan

Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh data signifikansi antara hubungan *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa. Sumber data dalam penelitian disebut sebagai populasi dan sampel.

1. Populasi

Hadi (1994) mengungkapkan bahwa penelitian yang baik adalah penelitian yang telah diketahui terlebih dahulu populasi atau jumlah kelompok yang minimal memiliki satu sifat atau karakteristik yang sama. Dalam penelitian ini populasi yang diambil adalah mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Teknik Untag Surabaya yang berada di semester lima.

Tabel 1 Jumlah Sampel Penelitian

Jenis Kelamin	Sampel
Laki – laki	33 Orang
Perempuan	21 Orang
Jumlah Keseluruhan	54 Orang

2. Partisipan

Arikunto (2006) menyatakan bahwa partisipan adalah sebagian atau wakil dari poulasi yang di teliti. Azwar (2010) menyatakan bahwa partisipan adalah sebagian dari populasi sehingga harus memiliki ciri-ciri yang dimiiliki oleh populasi.

Sugiyono (2015) menyatakan bahwa partisipan adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Hadi (2004) menyatakan bahwa partisipan merupakan sebagian kecil dari populasi yang disebut sampel. Dalam penelitian ini jumlah partisipan adalah sebanyak 33 mahasiswa dan 21 mahasiswi semester lima Fakultas Teknik Untag Surabaya. Jumlah pengambilan partisipan tersebut berdasarkan pendapat dari Arikunto (2006) yang menyatakan bahwa partisipan boleh diambil semua jika jumlah populasi kurang dari 100 orang. Jika lebih dari 100 orang maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih dimana tergantung pada :

- a. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana
- b. Sempit luasnya tempat pengamatan dari setiap subyek, karena berhubungan dengan sedikit banyaknya data.
- c. Besar kecilnya resiko yang di tanggung oleh peneliti. Untuk penelitian yang resikonya besar tentu memiliki partisipan yang besar dan hasilnyaapun akan lebih baik.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling*. Teknik *random sampling* adalah suatu teknik yang di lakukan secara langsung pada unit sampling (Margono, 2010). Teknik *random sampling* merupakan suatu teknik yang digunakan untuk

mengambil sampel secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada didalam populasi.

B. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Dimana alat ukur yang digunakan adalah skala aitem yang berisi pernyataan-pernyataan dengan kategori jawaban yang memiliki nilai angka tertentu. Hasil dari penelitian ini juga dijelaskan dalam bentuk nilai angka yang menggambarkan signifikansi korelasi atau hubungan antara dua variabel yang diteliti. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah menggunakan metode statistika (Azwar, 2004). Variabel bebas (*independent*) dalam penelitian ini adalah kepekaan humor (*sense of humour*) dan variabel terikatnya (*dependent*) adalah stres (stres pada mahasiswa). Arikunto (2006) menyatakan bahwa penelitian kuantitatif adalah suatu jenis penelitian yang dituntut untuk menggunakan angka-angka, dimulai dari pengumpulan data, penafsiran serta penampilan hasilnya.

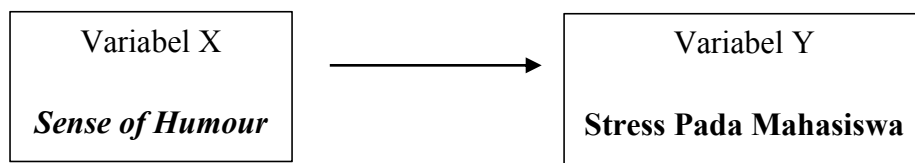
Penelitian ini menguji antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Akan tetapi sebenarnya antara variabel satu dengan yang lain adalah saling mempengaruhi. Variabel lain yang tidak masuk dalam pengujian juga dapat berhubungan dengan variabel yang diuji. Azwar (1997) menyatakan bahwa dalam penelitian sosial dan psikologi, satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel saja, melainkan saling mempengaruhi dengan banyak variabel lain. Dalam proses penelitian, peneliti memiliki kesempatan untuk menentukan variabel bebas yang di anggap berhubungan dengan variabel terikat.

Variabel bebas adalah suatu variabel yang dapat berhubungan dengan variabel lain yang sedang diteliti. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang diukur untuk mengetahui seberapa signifikan variabel lain mempengaruhinya. Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel bebas (variabel X) atau (*independent variable*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi penyebab

variabel lain. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Sense of Humour*.

2. Variabel terikat (variabel Y) atau (*dependent variable*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang disebabkan oleh variabel lain. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Stres pada mahasiswa.



Gambar. 1

Skema Hubungan Antara Variabel Bebas Dengan Variabel Terikat

C. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar penelitian lebih mudah dan hasilnya lebih baik. Dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah untuk diolah (Arikunto, 2006). Penelitian ini menggunakan metode skala atau kuisioner berganda yaitu sejumlah daftar pernyataan yang harus dijawab oleh subyek yang dijadikan objek penelitian dengan tujuan mengungkap kondisi dalam diri subyek yang ingin diketahui (Hadi, 2004). Skala yang digunakan adalah skala Likert dimana subyek diminta untuk memilih satu diantara lima alternatif jawaban, yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Item pernyataan yang digunakan dalam skala Likert ini adalah berupa pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Pernyataan *favourable* adalah pernyataan yang mengungkap indikator dimana jawaban sangat sesuai (SS) adalah nilai yang paling tinggi. Sedangkan pernyataan *unfavourable* adalah item pernyataan yang mendapatkan nilai tertinggi pada kategori jawaban sangat tidak sesuai (STS). Dalam penelitian ini terdapat dua skala yang akan diuji, antara lain :

1. Skala Stres Pada Mahasiswa

a. Definisi Operasional

Stres merupakan suatu kondisi atau peristiwa yang menyebabkan individu mengalami tekanan, ancaman dalam berbagai situasi kehidupan. Kondisi yang menyebabkan individu merasakan tekanan maupun ancaman tersebut memicu perubahan pada aspek fisiologis, psikologis, emosi dan perilaku. Perubahan yang dialami tentu akan menghambat perkembangan dan pertumbuhan individu dalam kehidupannya. Baik kehidupan saat ini atau yang akan datang. Dalam setting pendidikan atau tepatnya di perguruan tinggi, mahasiswa yang mengalami kondisi tegang, menekan dan merasa terancam maka akan berdampak pada penyelesaian tugas dan prestasi akademiknya.

b. Pengembangan Alat Ukur Skala Stres

Tylor (1991) terdapat empat aspek yang dapat dijadikan sebagai indikator: (1) aspek fisiologis, aspek ini ditandai dengan meningkatnya detak jantung, meningkatnya tekanan darah, sakit perut, kepala terasa sakit dan terganggunya sistem pernafasan. (2) aspek kognitif ditandai dengan terganggunya proses kognitif individu seperti pikiran menjadi tidak teratur (kacau), menurunnya daya konsentrasi, pikiran yang berulang dan tidak wajar. (3) aspek emosi ditandai dengan perasaan cemas yang berlebihan, takut, menjadi malu, mudah tersinggung dan mudah marah. (4) aspek perilaku ditandai oleh berubahnya pola makan, tidur menjadi tidak teratur, perilaku melawan dan menghindari dari kondisi yang menekan atau mengancamnya.

Alat ukur stres pada mahasiswa ini terdiri dari 37 item pernyataan. Skala tersebut disusun menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (s), netral (n), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Skor untuk aitem *favourable* yaitu SS = 5, S = 4, N = 3, TS = 2, STS = 1.

Tabel 2 *Blueprint* Skala Stres Pada Mahasiswa

No	Indikator	Sebaran Item		Jumlah Item
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Gejala Fisiologis (<i>Physical symptoms</i>)	38, 39, 40, 41, 42	-	5 Item
2	Gejala Kognitif (<i>Cognitive symptoms</i>)	43, 44, 45, 46	-	4 Item
3	Gejala Emosi (<i>Emotional symptoms</i>)	47, 48, 49, 50, 51, 52	-	6 Item
4	Gejala Perilaku (<i>Behavioral symptoms</i>)	53, 54, 55, 56, 57, 58	-	6 Item
Total		21	-	21 Item

c. Uji Alat Ukur

1) Validitas

Validitas merupakan kemampuan suatu alat ukur yang digunakan dalam pengukuran secara akurat. Azwar (2015) menyatakan bahwa validitas seringkali di konsepsikan sebagai kemampuan suatu tes untuk mengukur secara akurat atribut yang seharusnya diukur. Dengan kata lain validitas adalah mengukur apa yang harus diukur.

Skala pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas tinggi jika skala tersebut menjalankan fungsi ukurannya. Alat ukur yang valid mampu memberikan hasil yang sesuai dengan maksud dilakukannya suatu pengukuran. Sedangkan tes yang memiliki validitas rendah akan menghasilkan data yang tidak relevan

dengan tujuan pengukuran (Azwar, 1996). Aitem dengan *index corrected item total correlation* $> 0,3$ maka dianggap validitasnya memuaskan, sedangkan aitem dengan *index corrected item total correlation* $< 0,3$ maka aitem dianggap tidak valid (Azwar, 2012). Apabila aitem memiliki daya diskriminasi sama dengan atau lebih besar dari 0,3 jumlahnya melebihi aitem awal (yang telah ditentukan), maka dapat dipilih aitem yang memiliki index daya diskriminasi yang tinggi. Apabila aitem yang lolos ternyata tidak sesuai dengan jumlah aitem yang diharapkan maka dapat dilakukan penurunan batas kriteria dari 0,30 menjadi 0,25 (Azwar, 2012).

Peneneliti melakukan uji validitas aitem skala stres pada mahasiswa menggunakan program *Statistic Package for Social Science (SPSS) for Windows* versi 23. Aitem dengan *index corrected item total correlation* $> 0,3$ maka dianggap validitasnya memuaskan, sedangkan aitem dengan *index corrected item total correlation* $< 0,3$ maka aitem dianggap tidak valid (Azwar, 2012).

Berdasarkan hasil uji diskriminasi aitem skala stres pada mahasiswa yang terdiri dari 21 aitem menghasilkan satu kali putaran. Tidak ada aitem yang gugur atau semua dinyatakan sah. Hal ini dikarenakan *index corrected item total correlation* $r_{xy} > 0,3$ dimana koefisien diskriminasi aitem bergerak dari 0,404 – 0,850.

**Tabel 3 Sebaran Aitem Skala Stres Pada Mahasiswa
Setelah Uji Coba**

No	Indikator	Sebaran Item		Jumlah Item
		Gugur	Sahih	
1	Gejala Fisiologis (<i>Physiological symptoms</i>)	-	38, 39, 40, 41, 42	5 Item

2	Gejala (<i>Cognitive symptoms</i>)	Kognitif	-	43, 44, 45, 46	4 Item
3	Gejala (<i>Emotional symptoms</i>)	Emosi	-	47, 48, 49, 50, 51, 52	6 Item
4	Gejala (<i>Behavioral symptoms</i>)	Perilaku	-	53, 54, 55, 56, 57, 58	6 Item
Total			-	21	21 Item

2) Reliabelitas

Reliabelitas adalah sejauhmana suatu alat ukur memiliki keajegan hasil. Suatu pengukuran dikatakan baik dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap subyek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama (Azwar, 2007). Syarat kualifikasi suatu pengukuran adalah konsisten, keajegan atau tidak berubah-ubah (Azwar, 2012).

Pengujian terhadap reliabelitas alat ukur dilakukan dengan menggunakan model *alpha cronbach*. Suatu alat ukur bisa dikatakan reliabel jika berada pada kisaran angka 0.700 adalah bisa diterima dan lebih dari 0.800 adalah baik (Azwar, 2009).

Tabel 4 Tabel Hasil Uji Reliabilitas Stres Pada Mahasiswa

Cronbach's Alpha	Jumlah Aitem
0.943	21

Hasil uji reliabilitas terhadap skala stres pada mahasiswa menghasilkan nilai α cronbach $r_{tt} = 0,943$.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa instrumen penelitian ini sangat reliabel untuk digunakan.

2. Skala *Sense of Humour*

a. Definisi Operasional

Sense of humour merupakan kepekaan individu terhadap humor. Kemampuannya dalam mengekspresikan serta mengapresiasi humor. Kemampuan humor yang dimiliki oleh individu bisa menetralkan suasana yang menekan dan menegangkan menjadi lebih santai.

b. Pengembangan Alat Ukur

Skala *sense of humour* ini adalah hasil pengembangan skala *Multidimensional sense of humour scale* (MSHS) yang dibuat oleh Thorshon dan Powell (1993). Skala tersebut memiliki empat aspek individu yang memiliki kemampuan *sense of humour*, antara lain: (1) Kemampuan menghasilkan humor (*humour of production*) adalah kemampuan individu dalam menemukan ide atau gagasan maupun dalam menciptakan materi-materi humor, hal-hal yang lucu dan jenaka. (2) Kemampuan coping dengan humor (*uses of humour for coping*) adalah kemampuan individu ketika mengetahui humor sebagai salah satu cara yang dapat digunakan dalam menghadapi krisis hidup. (3) Kemampuan humor untuk hubungan sosial (*social uses of humour*) adalah kemampuan individu dalam menggunakan humor atau segala sesuatu yang berkaitan dengan hal-hal yang lucu dan jenaka untuk tujuan sosial. (4) Sikap terhadap humor (*attitudes toward humour*) adalah suatu tingkah laku atau perasaan, baik itu positif atau negatif terhadap sebuah lelucon yang tercermin dalam perasaan senang, menerima dan setuju.

Tabel 5 *Blue Print* Skala *Sense of Humour*

No	Indikator	Sebaran Item		Jumlah Item
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Kemampuan menghasilkan humor (<i>humour of production</i>)	1, 2, 3, 6, 7, 9	4, 5, 8, 10	10
2	Kemampuan dengan koping humor (<i>uses of humour for coping</i>)	11, 12, 15, 17, 18, 19, 20, 22	13, 14, 16, 21	12
3	Apresiasi terhadap humor (<i>social uses of humour</i>)	23, 24, 26, 29, 31	25, 27, 28, 30	9
4	Sikap terhadap humor (<i>attitudes toward humour</i>)	32, 33, 35, 37	34, 34	6
Total		23	14	37

c. Uji Alat Ukur

1) Validitas

Validitas merupakan kemampuan suatu alat ukur yang digunakan dalam pengukuran secara akurat. Azwar (2015) menyatakan bahwa validitas seringkali di konsepsikan sebagai kemampuan suatu tes untuk mengukur secara akurat atribut yang seharusnya diukur. Dengan kata lain validitas adalah mengukur apa yang harus diukur.

Skala pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas tinggi jika skala tersebut menjalankan fungsi

ukurannya. Alat ukur yang valid mampu memberikan hasil yang sesuai dengan maksud dilakukannya suatu pengukuran. Sedangkan tes yang memiliki validitas rendah akan menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran (Azwar, 1996). Aitem dengan *index corrected item total correlation* $> 0,3$ maka dianggap validitasnya memuaskan, sedangkan aitem dengan *index corrected item total correlation* $< 0,3$ maka aitem dianggap tidak valid (Azwar, 2012). Apabila aitem memiliki daya diskriminasi sama dengan atau lebih besar dari 0,3 jumlahnya melebihi aitem awal yang telah ditentukan, maka dapat dipilih aitem yang memiliki index daya diskriminasi yang tinggi. Apabila aitem yang lolos ternyata tidak sesuai dengan jumlah aitem yang diharapkan maka dapat dilakukan penurunan batas kriteria dari 0,30 menjadi 0,25 (Azwar, 2012).

Peneliti melakukan uji validitas aitem skala *sense of humour* pada mahasiswa menggunakan program *Statistic Package for Social Science (SPSS) for Windows* versi 23. Aitem dengan *index corrected item total correlation* $> 0,3$ maka dianggap validitasnya memuaskan, sedangkan aitem dengan *index corrected item total correlation* $< 0,3$ maka aitem dianggap tidak valid (Azwar, 2012).

Berdasarkan hasil uji diskriminasi aitem skala *sense of humour* pada mahasiswa yang terdiri dari 37 aitem, menghasilkan dua kali putaran. Pada putaran pertama didapat 33 aitem yang dikatakan sah dan 4 aitem dinyatakan tidak sah atau gugur karena *index corrected item total correlation* $r_{xy} = < 0,3$ yakni aitem nomor 5, 13, 24 dan 31. Pada putaran ke dua tidak ada aitem dengan *index corrected item total correlation* $< 0,3$ sehingga setelah dua kali putaran total aitem yang sah adalah 33 aitem dan yang gugur adalah 4 aitem dengan koefisien diskriminasi aitem yang bergerak dari 0,305 – 0,716.

**Tabel 6 Sebaran Aitem Skala *Sense of Humour*
Setelah Uji Coba**

No	Indikator	Sebaran Item		Jumlah Item
		Sahih	Gugur	
1	Kemampuan menghasilkan humor (<i>humour production of</i>)	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10	5	10
2	Kemampuan dengan koping humor (<i>uses of humour for coping</i>)	11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	13	12
3	Apresiasi terhadap humor (<i>social uses of humour</i>)	23, 25, 26, 27, 28, 29, 30	24, 31	9
4	Sikap terhadap humor (<i>attitudes toward humour</i>)	32, 33, 34, 35, 36, 37	-	6
Total		33	4	37

2) Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauhmana suatu alat ukur memiliki keajegan hasil. Suatu pengukuran dikatakan baik dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap subyek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama (Azwar, 2007). Syarat kualifikasi suatu pengukuran adalah konsisten, keajegan atau tidak berubah-ubah (Azwar, 2012).

Pengujian terhadap reliabilitas alat ukur dilakukan dengan menggunakan model *alpha cronbach*. Suatu alat ukur bisa dikatakan reliabel jika berada pada

kisaran angka 0.700 adalah bisa diterima dan lebih dari 0.800 adalah baik (Azwar, 2009).

Tabel 7 Hasil Uji Reliabilitas *Sense of Humour*

Cronbach's Alpha	Jumlah Aitem
0.923	33

Hasil uji reliabilitas terhadap skala *sense of humour* menghasilkan nilai α cronbach $r_{tt} = 0,923$. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa instrumen penelitian ini sangat reliabel untuk digunakan.

D. Uji Prasyarat dan Analisis Data

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu cara yang dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi sebaran jawaban subyek pada suatu variabel normal atau tidak. Acuan yang digunakan dalam menentukan normal tidaknya distribusi sebaran jika $p > 0,05$ maka sebaran dinyatakan normal dan jika $p < 0,05$ maka sebaran dinyatakan tidak normal (Hadi, 2000). Berdasarkan hasil uji normalitas sebaran menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* pada program *Statistic Package for Social Science (SPSS) versi 23 for Windows* diperoleh hasil pada skala Stres pada mahasiswa memiliki nilai sebesar $p = 0,087$ ($p > 0,05$) maka dapat dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji pada skala *sense of humour* diperoleh nilai sebesar $p = 0,200$ ($p > 0,05$), maka distribusi dinyatakan normal sehingga kedua variabel tersebut berdistribusi normal.

Tabel 8 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov - Smirnov

Variabel	Z & P	Keterangan
Stres pada Mahasiswa	0,087 (p>0,05)	Terdistribusi Normal
<i>Sense of Humour</i>	0,200 (p >0,05)	Terdistribusi Normal

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel *dependent* dengan variabel *independent*. Uji linieritas hubungan ini dilakukan untuk mengetahui signifikansi antara variabel *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa. Pengujian linieritas hubungan menggunakan besaran *Deviation from Linierity* (F) dan $p > 0.05$. Jika signifikansi $p > 0.05$ maka hubungannya adalah linier. Sedangkan jika signifikansi $p < 0.05$ maka hubungannya adalah tidak linier.

Berdasarkan hasil uji linieritas menggunakan *Compare Means* dengan bantuan program *Statistic Package for Social Science* (SPSS) versi 23 for Windows antara variabel *sense of humour* dengan stres pada mahasiswa diperoleh harga *Deviation from Linierity* sebesar $F = 1.314$ dengan signifikansi = $0,248 > 0,05$ maka kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linier.

2. Analisis Data

Analisis data merupakan suatu proses yang dilakukan untuk mengolah data setelah semua data terkumpul. Data yang sudah terkumpul adalah data yang masih mentah sehingga harus diolah kembali untuk selanjutnya dilakukan interpretasi hasil penelitian. Analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah uji korelasi *Person* karena hasil uji normalitas diperoleh angka $> 0,200$. Hasil uji linieritas diperoleh signifikansi sebesar $0,248 > 0,05$ sehingga memenuhi persyaratan untuk dilakukan uji data

dengan statistik parametrik. Pengolahan data diibantu oleh program *Statistic Package for Social Science* (SPSS) versi 23 *for Windows* dengan menggunakan Korelasi *Person*.