

BAB III METODE PENELITIAN

A. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2017:80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri obyek atau subjek yang mempunyai karakteristik tertentu lalu ditetapkan oleh peneliti untuk ditarik kesimpulan. Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo sebanyak 1226 dan semua pupulasi tersebut merupakan siswa yang sedang melaksanakan pembelajaran secara daring.

SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo berada di jalan Kri Ratulangi No. 1 yang letaknya di Kawasan Sidoarjo Utara. SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo ini berdiri sejak tahun 1988, kurang lebih sudah hampir 33 tahun berdiri tetapi saat ini SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo ini masih terlihat eksis. SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo berdiri sejak tahun 1988, setiap bertambahnya tahun ajaran baru sekolah ini memberikan staff pengajar yang kualitasnya baik dan tentunya juga menambah bebrapa fasilitas sekolah dengan tujuan menunjang proses kegiatan belajar siswa-siswi di sekolah tersebut.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2008) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik dan dimiliki oleh pupulasi. Sampel dalam penelitian ini yaitu siswa-siswi SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo yang berjumlah 123 sampel. Hal ini berdasarkan pendapat Arikunto (2013) yang mengatakan bahwa subjek penelitian yang memiliki jumlah kurang dari seratus lebih baik diambil semua akan tetapi jika subjek memiliki jumlah yang besar dalam suatu penelitian dapat diambil 10%. Peneliti dalam penelitian ini mengambil 10% sampel penelitian dari seluruh total populasi yang berjumlah 1226. Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah *Puposive Sampling*. Satuan sampling yang dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu dengan tujuan untuk memperoleh satuan sampling dengan karakteristik yang dikehendaki. Menurut Sugiyono (2008) Teknik *Purposive Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang digunakan untuk menentukan kriteria-kriteria tertentu; (1) Siswa SMA kelas 10 - 12, (2) Siswa SMA yang sedang melaksanakan pembelajaran secara daring.

B. Desain Penelitian

Penelitian ini, adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode analisa data korelasional. Penelitian yang menggunakan

teknik korelasional merupakan penelitian yang bermaksud untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian korelasional ini adalah bentuk penelitian yang menekankan pada tinggi rendahnya tingkat hubungan antar kedua variabel atau lebih untuk dilakukan prediksi.

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu Kemandirian sebagai variabel bebas dan Tingkat Stress Selama Pembelajaran Secara Daring Pada Siswa di SMA Sidoarjo sebagai variabel terikat.

C. Instrument Pengumpulan Data

1. Tingkat Stress Siswa

a. Definisi Operasional

Definisi operasional tingkat stress dalam penelitian ini adalah suatu kondisi yang dialami siswa terhadap situasi atau peristiwa yang dapat mengancam individu yang disebabkan oleh adanya suatu tuntutan. Dalam penelitian ini teori yang digunakan sebagai alat ukur skala tingkat stress adalah teori dari Rasmun (2004) yang membagi tingkatan stress menjadi 3 bagian tingkatan yaitu stress ringan, stress sedang, dan stress berat; (1) Stress Ringan. Stress ringan adalah kondisi yang pada umumnya dirasakan oleh setiap orang seperti: lupa, terlalu banyak waktu tidur, serta memperoleh kritikan dari orang lain. Stress ringan biasanya terjadi hanya beberapa menit atau beberapa jam dan biasanya tidak menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus, (2) Stress Sedang. Stress tingkat ini terjadi lebih lama dari tingkatan stress sebelumnya. Biasanya dari beberapa jam sampai beberapa hari. Stressor yang dapat menimbulkan stress sedang yaitu kesepakatan yang belum selesai, beban kerja yang berlebihan, mengharapkan pekerjaan yang baru dan permasalahan keluarga, (3) Stress Berat. Stress berat biasanya dapat terjadi dalam kurun waktu hingga beberapa minggu bahkan sampai beberapa tahun. Stressor yang dapat menyebabkan stress berat seperti permasalahan yang terjadi antara suami istri, kesulitan dalam hal ekonomi, menderita penyakit fisik yang lama.

b. Pengembangan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala Likert yang memiliki empat alternatif jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skala kemandirian ini dibuat berdasarkan adanya pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skoring terhadap pernyataan *favorable* skala Stress adalah 4 = Sangat Setuju (SS), 3 = Setuju (S), 2 = Tidak Setuju (TS), 1 = Sangat Tidak Setuju (STS). Skoring terhadap pernyataan *unfavorable* skala Stress adalah 4 = Sangat Tidak Setuju (STS), 3 =

Tidak Setuju (TS), 2 = Setuju (S), 1 = Sangat Setuju (SS). Skala stress peneliti menentukan berdasarkan pada aspek-aspek stress menurut Sarafino dan Smith (2014) yakni aspek biologis, kognitif, emosi dan perilaku sosial; Stress dapat dilihat melalui beberapa karakteristik yaitu: (1) Biologis: yaitu reaksi biologis yang timbul karena adanya suatu kondisi atau situasi yang mengancam atau berbahaya, misalnya jantung berdetak lebih kuat dan cepat, kepala menjadi pusing, tubuh menjadi gemetar, keluarnya keringat yang berlebihan, gangguan tidur yang tidak teratur, (2) Kognitif: yaitu kerusakan pada fungsi berpikir yang menyebabkan seseorang sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dalam mengingat sesuatu, tidak dapat menentukan suatu keputusan, (3) Emosi: yaitu seseorang menggunakan emosi untuk menilai kondisi stress mereka. Emosi yang biasanya terjadi seperti cemas, takut, mudah tersinggung, mudah marah. (4) Perilaku sosial, stress menyebabkan seorang individu mencari kenyamanan dengan orang lain untuk mencari dukungan. Kondisi stress ini seperti seseorang menjadi kurang dapat bersosialisasi dengan orang lain dan lebih bersikap tidak peduli dengan fungsi sosial seperti, mengurung diri di kamar, menunda-nunda dalam mengerjakan tugas dan takut untuk ketemu orang yang berpengaruh dalam pendidikannya.

Tabel 1 Uji Blue Print Penyebaran Aitem Skala Tingkat Stress

No	Aspek	Indikator	Sebaran Aitem		Total
			Favourable	Unfavourable	
1	Biologis	Pusing	4	15	12
		Jantung berdetak lebih kencang	1	19	
		Keluarnya keringat yang berlebihan	14	5	
		Gangguan tidur yang tidak teratur	2, 37	20, 25	
		Tubuh yang gemetar	6	31	
2	Kognitif	Kesulitan untuk berkonsentrasi	8	34	6
		Tidak dapat menentukan suatu keputusan	35	16	
		Daya ingat yang lemah	12	9	
3	Emosi	Perasaan marah	7	32	8
		Cemas	36	10	
		Takut	24	26	
		Mudah tersinggung	18	29	
4	Perilaku sosial	Kesulitan bersosialisasi	17, 3	22, 13	12
		Menunda tugas yang dimiliki	38	27	
		Menjauhkan diri dengan orang lain	21, 23	33, 11	
		Tidak percaya diri	30	28	
		Jumlah	19	19	38

c. Uji Alat Ukur

Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana akurasi suatu tes dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut. Akurat dalam hal ini berarti tepat dan cermat sehingga apabila tes menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran maka dikatakan sebagai pengukuran yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2015).

Seleksi aitem dilakukan berdasarkan uji diskriminasi aitem yang dilakukan dengan mengecek index *corrected item-total correlation* tiap aitem. Batasan yang digunakan dalam penelitian adalah index sebesar $\geq 0,30$ (Azwar, 2007).

Hasil uji diskriminasi aitem skala Tingkat Stress Siswa yang sedang melaksanakan Pembelajaran Secara Daring menunjukkan dari 38 aitem diperoleh 16 aitem yang berkisar dari 0,155 sampai dengan 0,244 dinyatakan gugur dan 22 aitem lainnya dinyatakan sah sehingga, aitem skala Tingkat Stress Siswa yang sedang Melaksanakan Pembelajaran Secara Daring dinyatakan valid sebagai alat ukur penelitian. Berikut perincian aitem skala Tingkat Stress Siswa yang sah dan gugur.

Tabel 2 Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Tingkat Stress

No.	Indikator	Sebaran Nomor Aitem		Total
		Sahih	Gugur	
1.	Pusing		4, 15	12
	Jantung berdetak lebih kencang	19	1	
	Keluarnya keringat yang berlebihan	14	5	
	Gangguan tidur yang tidak teratur	37, 25	2, 20	
	Tubuh yang gemetar	6, 31		
2.	Kesulitan untuk berkonsentrasi	34	8	6
	Tidak dapat menentukan suatu keputusan	35, 16		
	Daya ingat yang lemah	9	12	
3.	Perasaan marah		7, 32	8
	Cemas	36, 10		
	Takut	24, 26		
	Mudah tersinggung	29	18	
4.	Kesulitan bersosialisasi	22, 13	17, 3	12
	Menunda tugas yang dimiliki	27	38	
	Menjauhkan diri dengan orang lain	33, 11, 23	21	
	Tidak percaya diri	30	28	
	Jumlah	22	16	38

Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu tingkat kepercayaan dari hasil suatu pengukuran. Data yang reliabel adalah suatu data yang memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi sehingga data yang diberikan dapat memberikan hasil pengukuran yang dapat dipercaya.

Reliabilitas suatu data dapat dinyatakan apabila koefisien yang angkanya berada pada rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas suatu data akan mendekati pada angka 1 maka semakin tinggi pula tingkat reliabilitas data. Namun sebaliknya jika angka semakin mendekati angka 0 maka akan semakin rendah tingkat reliabilitas suatu data Azwar (2008).

Hasil uji reliabilitas skala Tingkat Stress yang diperoleh dari Koefisien Alpha sebesar 0,835. Hal tersebut menunjukkan bahwa skala Tingkat Stress tersebut reliabel.

Tabel 3. Uji Reliabilitas Skala Tingkat Stress

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.835	38

2. Kemandirian

a. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengendalikan permasalahan yang sedang dihadapi dengan sendiri tanpa adanya bantuan dari orang lain. Dalam penelitian ini teori yang digunakan sebagai alat ukur skala kemandirian adalah teori dari Steinberg (dalam Desmita, 2016) menjadi 3 bentuk, yaitu aspek kemandirian emosional, aspek kemandirian tingkah laku dan aspek kemandirian nilai. Kemandirian dalam penelitian ini dapat diungkapkan melalui beberapa indikator berdasarkan teori tersebut diantaranya yaitu: (1) Kemandirian Emosional (emotional autonomy), yaitu suatu bentuk perubahan yang terjadi pada kedekatan hubungan emosional antar individu, (2) Kemandirian tingkah laku (behavioral autonomy), yaitu kemampuan individu dalam menentukan keputusan secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain dengan rasa tanggung jawab yang

besar, (3) Kemandirian nilai (*value autonomy*), yaitu kemampuan seseorang dalam hal menilai berbagai prinsip yang ada baik itu benar dan salah serta mana hal yang penting dan tidak penting.

b. Pengembangan Alat Ukur

Skala kemandirian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert yang memiliki empat alternatif jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skala kemandirian ini dibuat berdasarkan adanya pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skoring terhadap pernyataan *favorable* skala Stress adalah 4 = Sangat Setuju (SS), 3 = Setuju (S), 2 = Tidak Setuju (TS), 1 = Sangat Tidak Setuju (STS). Skoring terhadap pernyataan *unfavorable* skala Stress adalah 4 = Sangat Tidak Setuju (STS), 3 = Tidak Setuju (TS), 2 = Setuju (S), 1 = Sangat Setuju (SS). Skala kemandirian yang digunakan oleh peneliti yaitu berdasarkan pada teori Steinberg (dalam Desmita, 2016) menjadi 3 bentuk, yaitu aspek kemandirian emosional, aspek kemandirian tingkah laku dan aspek kemandirian nilai. Kemandirian dalam penelitian ini dapat diungkapkan melalui beberapa indikator berdasarkan teori tersebut diantaranya yaitu: (1) Kemandirian Emosional (*emotional autonomy*), yaitu suatu bentuk perubahan yang terjadi pada kedekatan hubungan emosional antar individu, (2) Kemandirian tingkah laku (*behavioral autonomy*), yaitu kemampuan individu dalam menentukan keputusan secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain dengan rasa tanggung jawab yang besar, (3) Kemandirian nilai (*value autonomy*), yaitu kemampuan seseorang dalam hal menilai berbagai prinsip yang ada baik itu benar dan salah serta mana hal yang penting dan tidak penting.

Tabel 4. Uji Blue Print Penyebaran Aitem Skala Kemandirian

No	Aspek	Indikator	Sebaran Aitem		Total
			Favourable	Unfavourable	
1	Emosional	Tidak bergantung pada orang lain	15, 9, 13	2, 11, 14	6
2	Tingkah Laku	Kemampuan mengambil keputusan sendiri	1	16	8
		Memiliki tanggung jawab	7, 10, 18	3, 17, 4	
3.	Nilai	Memiliki kepercayaan pada prinsip-prinsip umum	5, 12	8, 6	4
	Jumlah		9	9	18

c. Uji Alat Ukur

Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana akurasi suatu tes dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang diukur seperti dikehendaki oleh tujuan pengukuran tersebut. Akurat dalam hal ini berarti tepat dan cermat sehingga apabila tes menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran maka dikatakan sebagai pengukuran yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2015).

Seleksi aitem dilakukan berdasarkan uji diskriminasi aitem yang dilakukan dengan mengecek index *corrected item-total correlation* tiap aitem. Batasan yang digunakan dalam penelitian adalah index sebesar $\geq 0,30$ (Azwar, 2007).

Hasil uji diskriminasi aitem skala Kemandirian menunjukkan dari 18 aitem diperoleh 4 aitem yang berkisar dari 0,207 sampai dengan 0,288 dinyatakan gugur dan 14 aitem lainnya dinyatakan sah sehingga, aitem

skala Kemandirian dinyatakan valid sebagai alat ukur penelitian. Berikut perincian aitem skala Kemandirian yang sah dan gugur.

Tabel 5. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Kemandirian

No.	Indikator	Sebaran Nomor Aitem		Total
		Sahih	Gugur	
1.	Tidak bergantung pada orang lain	15, 9, 13	2, 11, 14	6
2.	Kemampuan mengambil keputusan sendiri	1, 16		8
	Memiliki tanggung jawab	7, 10, 18, 3, 17, 4		
3.	Memiliki kepercayaan pada prinsip-prinsip umum	5, 12, 8	6	4
Jumlah		14	4	18

Uji Reabilitas

Reliabilitas merupakan suatu tingkat kepercayaan dari hasil suatu pengukuran. Data yang reliabel adalah suatu data yang memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi sehingga data yang diberikan dapat memberikan hasil pengukuran yang dapat terpecah.

Reliabilitas suatu data dapat dinyatakan apabila koefisien yang angkanya berada pada rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas suatu data akan mendekati pada angka 1 maka semakin tinggi pula tingkat reliabilitas data. Namun sebaliknya jika angka semakin mendekati angka 0 maka akan semakin rendah tingkat reliabilitas suatu data Azwar (2008)

Hasil uji reliabilitas skala Kemandirian yang diperoleh dari Koefisien Alpha sebesar 0.803. Hal tersebut menunjukkan bahwa skala Kemandirian tersebut reliabel

Tabel 6. Uji Reliabilitas Skala Kemandirian

Cronbach's Alpha	N of Items
.803	18

D. Uji Prasyarat dan Analisis Data**1. Uji Prasyarat****a. Uji Normalitas**

Uji normalitas adalah sebuah uji prasyarat yang bertujuan untuk menguji sampel dalam penelitian yang digunakan mempunyai distribusi normal atau tidak Kasmadi dan Sunariah (2016). Kaidah yang digunakan adalah apabila nilai $p \geq 0,05$ maka sebaran data dinyatakan normal namun sebaliknya apabila nilai $p \leq 0,05$ sebaran dinyatakan tidak normal.

Uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS versi 22 *for windows*. Pada sebaran data Kemandirian diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* 0,131 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil uji normalitas sebaran data Tingkat Stress diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* 0,180 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data skala Kemandirian dan Tingkat Stress Siswa dinyatakan tidak normal.

Tabel 7. Uji Normalitas

Variabel	Nilai Kolmogorov-Smirnov Z	Signifikansi (p)	Keterangan
Tingkat Stress	0,180	0,00	Terdistribusi Tidak Normal
Kemandirian	0,131	0,00	Terdistribusi Tidak Normal

b. Uji Linieritas

Uji linearitas adalah suatu uji yang bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linier atau tidak. Linieritas juga merupakan hubungan yang linier antara anatar dua variabel yang artinya setiap ada perubahan yang terjadi pada satu variabel maka akan diikuti oleh perubahan dengan jumlah besaran yang setara dengan variabel yang lain. Kriteria linieritas yaitu apabila taraf signifikansi (p) < 0,05 maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel bersifat linier Kusmadi dan Sunariah (2013).

Hasil uji linieritas hubungan antara variabel Kemandirian (variabel X) dengan variabel Tingkat Stress Siswa Selama Pembelajaran Saat Daring (variabel Y) diperoleh $F = 1,231$ dengan $p = 0,228$ ($p > 0,05$). Oleh karena $p > 0,05$ maka Kemandiran dan Tingkat Stress Siswa Selama Pembelajaran Saat Daring tidak linier.

Tabel 8. Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kemandirian Dengan Tingkat Stress	1,231	0,228	Tidak Linier

2. Analisis Data

Menurut Sugiyono (2009) analisis data adalah suatu kegiatan yang dilakukan setelah semua data yang diperoleh dari responden terkumpul. Analisis data dalam penelitian yaitu menggunakan uji prasyarat yakni menggunakan uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui sampel penelitian berdistribusi normal. selain itu, menggunakan uji linieritas data untuk memastikan bahwa hubungan anatra dua variabel berada pada satu garis tengah. Analisis data dalam penelitian ini yaitu berawal pada tahap persiapan penelitian yaitu peneliti menentukan alat ukur skala kemandirian dan tingkat stress pada siswa SMA di Sidoarjo yang melaksanakan pembelajaran secara daring. Penelitian dilaksankan dengan membagikan skala kepada 123 siswa SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo yang melaksanakan pembelajaran secara daring. Pada analisis data penelitian ini menggunakan program statistic SPSS 22.0 *for windows*.

Kaidah signifikan untuk menguji taraf signifikansi hasil uji korelasi *Spearman's Rho* adalah jika $p < 0,01$ maka terdapat korelasi yang sangat signifikan, jika $p < 0,05$ maka terdapat korelasi yang signifikan, sedangkan jika $p > 0,05$ artinya tidak ada korelasi yang signifikan antara dua variabel (Hadi, 2000). Hasil uji korelasi antara variabel Kemandirian (variabel X) dengan variabel Tingkat Stress Siswa (variabel Y) diperoleh dengan $p = 0,614$ ($p > 0,05$). Oleh karena $p > 0,05$ maka tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara kemandirian dengan tingkat stress siswa.

Tabel 9. Uji Korelasi

Variabel	Sig.	Keterangan
Kemandirian dengan Tingkat Stress	0,614	Tidak Berkorelasi