

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres.

#### **B. Waktu dan Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta yang berlokasi di Jalan Rawamangun Muka, Jakarta Timur. Tempat tersebut dipilih karena peneliti merasa mahasiswa rentan terkena stres.

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan April sampai dengan Mei 2013. Waktu tersebut dipilih karena merupakan waktu yang efektif bagi peneliti untuk melakukan penelitian.

#### **C. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan korelasional dan menggunakan metode survei, dimana data yang diperoleh berasal dari kuesioner. Kerlinger mengemukakan bahwa:

Metode survey adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data dari sampel yang diambil dari populasi tersebut sehingga ditemukan kejadian-kejadian yang relatif, distribusi dan hubungan-hubungan antar variabel.<sup>49</sup>

---

<sup>49</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi* (Bandung: CV. Alfabeta, 2004), p. 7

Adapun pendekatan korelasional bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antar variabel dengan menggunakan koefisien korelasi. Dengan pendekatan korelasional dapat dilihat hubungan antara dukungan sosial sebagai variabel bebas dengan stres sebagai variabel terikat.

#### **D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>50</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2010. Populasi terjangkau merupakan seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi angkatan 2010 yang berjumlah 225 orang.

##### **2. Teknik Pengambilan Sampel**

Sampel dalam penelitian ini adalah 139 mahasiswa. Pengambilan sampel didasarkan pada tabel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5%. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan cara sampel acak proporsional.

---

<sup>50</sup> Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2010), p. 61

**Tabel III.1**  
**Perincian Perhitungan Sampel**

No	Kelas	Jumlah Mahasiswa	Perhitungan Sampel	Jumlah Sampel
1.	Adm. Perkantoran Reguler	36	$36/225 \times 139$	$22,24 = 22$
2.	Adm. Perkantoran Non Reguler	41	$41/225 \times 139$	$25,32 = 26$
3.	Ekonomi Koperasi Reguler	35	$35/225 \times 139$	$21,62 = 22$
4.	Ekonomi Koperasi Non Reguler	38	$38/225 \times 139$	$23,47 = 23$
5.	Akuntansi Reguler	37	$37/225 \times 139$	$22,85 = 23$
6.	Akuntansi Non Reguler	38	$38/225 \times 139$	$23,47 = 23$
<b>Jumlah</b>		<b>225</b>		<b>139</b>

#### **E. Teknik Pengumpulan Data/Instrumen Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat dua data yang akan dikumpulkan yaitu data dukungan sosial dan stres. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik kuesioner yang berisi pernyataan tertulis yang akan dijawab oleh responden.

##### **1. Stres (Variabel Y)**

###### **a. Definisi Konseptual**

Stres adalah reaksi negatif berupa gejala fisiologis, gejala psikologis, dan gejala perilaku yang dialami individu karena tekanan yang berlebihan.

###### **b. Definisi Operasional**

Stres diukur dengan data primer yang ditandai oleh gejala fisiologis (kelelahan fisik, sakit kepala, gangguan perut dan keringat berlebih), gejala psikologis (ketegangan, mudah marah, bosan,

menunda-nunda dan hilangnya konsentrasi), dan gejala perilaku (gelisah, selera makan bertambah, tidur tidak teratur dan absensi) yang diukur melalui skala Likert.

### c. Kisi-kisi Instrumen Stres

Instrumen penelitian stres disusun berdasarkan gejala fisik, psikologis dan perilaku. Kisi-kisi instrumen digunakan untuk mengukur variabel stress.

**Tabel III.2**  
**Kisi-kisi Instrumen Stres**

Indikator	Sub Indikator	Butir Soal Uji Coba		Butir Soal Final	
		(+)	(-)	(+)	(-)
1. Gejala Fisik	a. kelelahan fisik	2*	4		3
	b. sakit kepala	6	10,20	5	8,16
	c. gangguan perut	11*	27		21
	d. keringat berlebih	17*	32,7		6,23
2. Gejala Psikologis	a. Ketegangan	18	8,12	14	7,9
	b. mudah marah	21	1,5,13	17	1,4,10
	c. bosan	23*	3		2
	d. menunda-nunda	26	22*	20	
	e. hilangnya konsentrasi	30*	15,25		11,19
3. Gejala Perilaku	a. Gelisah	33	17,24	24	13,18
	b. selera makan bertambah	9*	29*,34		25
	c. tidur tidak teratur	16	19	12	15
	d. absensi	28*	31		22
<b>Jumlah Butir Soal</b>		<b>34</b>		<b>25</b>	

\*Butir drop

Untuk mengisi instrumen penelitian telah disediakan alternatif jawaban dari setiap butir pertanyaan dengan menggunakan skala Likert dan responden dapat memilih satu jawaban bernilai 1 sampai 5 sesuai dengan tingkat jawabannya. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel III.3 berikut:

**Tabel III.3**  
**Skala Penilaian Untuk Stres**

<b>Pilihan Jawaban</b>	<b>Pernyataan Positif</b>	<b>Pernyataaan Negatif</b>
Selalu	1	5
Sering	2	4
Kadang-kadang	3	3
Jarang	4	2
Tidak Pernah	5	1

#### **d. Validasi Instrumen Stres**

Proses pengembangan instrumen stres dimulai dengan penyusunan instrumen model skala Likert sebanyak 34 butir pernyataan yang mengacu pada model indikator variabel stres yang terlihat pada tabel III.2.

Tahap berikutnya adalah validitas konstruk yaitu seberapa jauh butir-butir pernyataan instrumen tersebut telah mengukur indikator dari variabel stres.

Proses validasi dilakukan dengan menganalisis data hasil uji coba instrumen yaitu validitas butir yang menggunakan koefisien korelasi antara skor butir dengan skor total instrumen. Rumus validitas butir:<sup>51</sup>

$$r_{\text{hitung}} = \frac{\sum x_i x_t}{\sqrt{(\sum x_i^2) (\sum x_t^2)}}$$

Keterangan:

$r_{\text{hitung}}$  = koefisien korelasi antara skor butir soal dengan skor soal

$x_i$  = Jumlah kuadrat deviasi skor  $X_1$

$x_t$  = Jumlah kuadrat deviasi skor dari  $X_t$

Kriteria batas minimum persyaratan yang diterima adalah  $r_{\text{tabel}} = 0.361$ , jika  $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$  maka butir pernyataan dianggap valid. Sebaliknya jika  $r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}}$  maka butir pernyataan dianggap tidak valid, yang kemudian butir pernyataan tersebut didrop atau tidak digunakan.

Berdasarkan perhitungan dari 34 butir pernyataan setelah validasi, ternyata sebanyak 9 butir pernyataan drop sehingga pernyataan yang valid dan dapat digunakan sebanyak 25 butir. Selanjutnya butir yang valid dihitung realibilitasnya. Perhitungan koefisien realibilitas instrumen ini dilakukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach* sebagai berikut:<sup>52</sup>

---

<sup>51</sup> Djaali dan Pudji Muljono, *Pengukuran dalam Bidang Pendidikan* (Jakarta: Grasindo, 2006), p. 86

<sup>52</sup> Sugiyono, *op.cit.* p. 365

$$r_i = \frac{k}{k-1} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

Keterangan:

$r_i$  = koefisien reliabilitas

$k$  = jumlah butir instrument

$s_i^2$  = varians butir

$s_t^2$  = varians total

Sedangkan varians dicari dengan rumus sebagai berikut:<sup>53</sup>

$$\text{Rumus varians butir : } S_i^2 = \frac{\sum X_i - \frac{(\sum X_i)^2}{n}}{n}$$

$$\text{Rumus varians total : } S_t^2 = \frac{\sum X_t - \frac{(\sum X_t)^2}{n}}{n}$$

Keterangan:

$X_t$  = Skor yang dimiliki subyek penelitian

$n$  = Banyaknya subyek penelitian

Berdasarkan rumus diatas, reliabilitas terhadap butir-butir pernyataan yang telah dinyatakan valid dihitung sehingga didapat varians butir ( $S_i^2$ ) adalah 1,04. Selanjutnya dicari jumlah varians total ( $S_t^2$ ) sebesar 178,69, kemudian dimasukkan ke dalam rumus Alpha Cronbach dan didapat hasil rii yaitu sebesar 0,873 (proses perhitungan terdapat pada lampiran 15 halaman 85). Hasil ini menunjukkan bahwa koefisien reliabilitas instrumen termasuk dalam kategori (0,800-1,000), berarti instrument memiliki reliabilitas sangat tinggi. Dengan demikian

---

<sup>53</sup> Riduwan, *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula* (Alfabeta: Bandung, 2007), p. 115-116

instrumen yang berjumlah 25 butir akan digunakan sebagai instrumen final untuk mengukur stres.

## **2. Dukungan Sosial**

### **a. Definisi Konseptual**

Dukungan sosial adalah dukungan instrumental dan dukungan emosional yang diperoleh dari keluarga, teman dan pihak-pihak yang berarti (*significant others*), sehingga individu atau kelompok merasa diperhatikan, dicintai, dihargai dan dihormati.

### **b. Definisi Operasional**

Dukungan sosial diukur dengan data primer melalui skala yang dikembangkan oleh Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G. & Farley, G.K yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Skala ini sudah diterapkan oleh penelitian Janet Nakigudde dengan realibilitas 0.83. Selain itu, diterapkan juga oleh Gregory D. Zimet dengan realibilitas 0.84 sampai 0.92.

### **c. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial**

Instrumen penelitian dukungan sosial disusun berdasarkan dukungan instrumental dan dukungan emosional. Kisi-kisi instrumen digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial.



**Tabel III.4**  
**Kisi-kisi Instrumen Variabel (X)**  
**Dukungan Sosial**

<b>Indikator</b>	<b>Butir Soal Final</b>
1. Dukungan Emosional	1, 2, 4, 5, 8, 9, 10, 12
2. Dukungan Instrumental	3, 6, 7, 11
<b>Jumlah</b>	<b>12</b>

Untuk mengisi instrumen penelitian telah disediakan alternatif jawaban dari setiap butir pertanyaan dengan menggunakan skala Likert dan responden dapat memilih satu jawaban bernilai 1 sampai 7 sesuai dengan tingkat jawabannya. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel III.5 berikut:

**Tabel III.5**  
**Skala Penilaian Untuk Variabel (X)**  
**Dukungan Sosial**

<b>Pilihan Jawaban</b>	<b>Pernyataan Positif</b>
Sangat Setuju	7
Setuju	6
Agak setuju	5
Netral	4
Agak Tidak Setuju	3
Tidak Setuju	2
Sangat Tidak Setuju	1

#### d. Validasi Instrumen Dukungan Sosial

Proses validasi dilakukan dengan menganalisis data hasil uji coba instrumen yaitu validitas butir yang menggunakan koefisien korelasi antara skor butir dengan skor total instrumen. Rumus validitas butir: <sup>54</sup>

$$r_{hitung} = \frac{\sum x_i x_t}{\sqrt{(\sum x_i^2) (\sum x_t^2)}}$$

Keterangan:

$r_{hitung}$  = koefisien korelasi antara skor butir soal dengan skor soal

$x_i$  = Jumlah kuadrat deviasi skor  $X_i$

$x_t$  = Jumlah kuadrat deviasi skor dari  $X_t$

Kriteria batas minimum persyaratan yang diterima adalah  $r_{tabel} = 0.361$ , jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka butir pernyataan dianggap valid. Sebaliknya jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  maka butir pernyataan dianggap tidak valid.

Berdasarkan perhitungan dari 12 butir pernyataan setelah validasi semua pernyataan terbukti valid. Selanjutnya dihitung realibilitasnya, Perhitungan koefisien realibilitas instrumen ini dilakukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach* sebagai berikut: <sup>55</sup>

$$r_i = \frac{k}{k-1} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

---

<sup>54</sup> Djaali dan Pudji Muljono, *loc.cit.*

<sup>55</sup> Sugiyono, *loc.cit.*

Keterangan:

$r_i$  = koefisien reliabilitas

$k$  = jumlah butir instrumen

$s_i^2$  = varians butir

$s_t^2$  = varians total

Sedangkan varians dicari dengan rumus sebagai berikut: <sup>56</sup>

$$\text{Rumus varians butir : } S_i^2 = \frac{\sum X_i - \frac{(\sum X_i)^2}{n}}{n}$$

$$\text{Rumus varians total : } S_t^2 = \frac{\sum X_t - \frac{(\sum X_t)^2}{n}}{n}$$

Keterangan:

$X_t$  = Skor yang dimiliki subyek penelitian

$n$  = Banyaknya subyek penelitian

Berdasarkan rumus diatas, reliabilitas terhadap butir-butir pernyataan yang telah dinyatakan valid dihitung sehingga didapat varians butir ( $S_i^2$ ) adalah 0,86. Selanjutnya dicari jumlah varians total ( $S_t^2$ ) sebesar 56,98, kemudian dimasukkan ke dalam rumus *Alpha Cronbach* dan didapat hasil rii yaitu sebesar 0,745 (proses perhitungan terdapat pada lampiran 9 halaman 79). Hasil ini menunjukkan bahwa koefisien reliabilitas instrumen termasuk dalam kategori (0,600-0.799), berarti instrument memiliki reliabilitas tinggi. Dengan demikian

---

<sup>56</sup> Riduwan, *loc.cit.*, p. 115-116

instrumen yang berjumlah 12 butir akan digunakan sebagai instrumen final untuk mengukur dukungan sosial.

## F. Konstelasi Hubungan Antar Variabel

X  $\longrightarrow$  Y

Keterangan:

X = Dukungan Sosial

Y = Stres

$\longrightarrow$  = Arah Hubungan

## G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik uji regresi dan korelasi, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

### 1. Persamaan Regresi

Model persamaan linier sederhana:  $\hat{Y} = a + bX$ , dimana koefisien regresi b dan konstanta a dapat dihitung dengan menggunakan rumus:<sup>57</sup>

$$a = \frac{(\sum Y) (\sum X^2) - (\sum X) (\sum XY)}{n (\sum X^2) - (\sum X)^2}$$

$$\text{atau } a = \hat{Y} = a - bX$$

$$b = \frac{n(\sum XY) - (\sum X) (\sum Y)}{n (\sum X^2) - (\sum X)^2}$$

Keterangan:

a = variabel terikat sesungguhnya

---

<sup>57</sup> Husaini Usman dan Purnomo Setiady, *Pengantar Statistika* (PT. Bumi Aksara: Jakarta, 2006) p. 219

b	= koefisien
$\hat{Y}$	= nilai terikat yang diramalkan
X	= dukungan sosial
Y	= stres
XY	= hasil kali dukungan sosial dan stres
$X^2$	= jumlah dukungan sosial yang dikuadratkan dalam sebaran X
$Y^2$	= jumlah stres yang dikuadratkan dalam sebaran Y
n	= jumlah sampel

## 2. Uji Persyaratan Analisis

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan terhadap galat taksiran regresi Y dan X dengan menggunakan uji Liliefors pada taraf signifikan ( $\alpha$ ) = 0,05. Rumus yang digunakan adalah:<sup>58</sup>

$$L_o = |F(Z_i) - S(Z_i)|$$

Dimana:

$L_o$  = L observasi (harga mutlak terbesar)

$F(Z_i)$  = Peluang angka baku

$S(Z_i)$  = Proporsi angka baku

---

<sup>58</sup> Sudjana, *Metode Statistika* (Bandung: Tarsito, 2005), p. 466-467

Hipotesis Statistik:

$H_0$  : Galat Taksiran Regresi Y atas X berdistribusi normal

$H_1$  : Galat Taksiran Regresi Y atas X tidak berdistribusi normal

Kriteria Pengujian:

Jika  $L_{tabel} > L_{hitung}$  maka  $H_0$  diterima, berarti galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal

#### b. Uji Linieritas Regresi

Uji linieritas regresi dilakukan untuk mengetahui apakah persamaan regresi berbentuk linier atau non linier.

Hipotesis Statistik:

$H_0 : \hat{Y} = \alpha + \beta X$

$H_1 : \hat{Y} \neq \alpha + \beta X$

Kriteria Pengujian :

Terima  $H_0$  jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$  dan ditolak jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$ , persamaan regresi dinyatakan dinyatakan linier jika  $H_0$  diterima.

Untuk mengetahui keberartian dan linieritas persamaan regresi diatas digunakan tabel ANAVA berikut ini: <sup>59</sup>

---

<sup>59</sup> Husaini Usman dan Purnomo Setiady, *op.cit.*, p. 219

**Tabel III.6**  
**Tabel Analisa Varians Regresi Linier Sederhana**

Sumber Varians	dk	Jumlah Kuadrat (JK)	Rata-rata Jumlah Kuadrat (RJK)	F <sub>hitung</sub>	F <sub>tabel</sub>
Total	n	$\Sigma Y^2$		-	
Regresi (a)	1	$\frac{(\Sigma Y)^2}{n}$			
Regresi (b/a)	1	$b \left\{ \Sigma XY - \frac{(\Sigma X)(\Sigma Y)}{N} \right\}$	$\frac{JK(b)}{1}$	$\frac{S^2_{reg}}{S^2_{res}}$	Fo > Ft Maka regresi Berarti
Residu	n - 2	Jk (S)	$\frac{JK(S)}{n-2}$		
Tuna Cocok	k - 2	JK (TC)	$\frac{JK (TC)}{k-2}$	$\frac{S^2_{TC}}{S^2_G}$	Fo < Ft Maka
Galat Kekeliruan	n - k	JK (G)	$\frac{JK (G)}{n - k}$		Regresi Linier

### 3. Uji Hipotesis

#### a. Uji Keberartian Regresi

Uji keberartian regresi digunakan untuk mengetahui apakah persamaan regresi yang diperoleh berarti dengan kriteria  $F_{hitung} < F_{tabel}$ .

Hipotesis Statistik:

$$H_0 : \beta \geq 0$$

$$H_1 : \beta < 0$$

Kriteria Pengujian :

Regresi dinyatakan berarti jika berhasil menolak  $H_0$

Jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$ , maka  $H_0$  ditolak berarti regresi dinyatakan berarti (signifikan).

## b. Uji Koefisien Korelasi

Analisis koefisien berguna untuk menentukan suatu besaran yang menyatakan kuatnya suatu variabel dengan variabel lain. Adapun uji koefisien korelasi menggunakan rumus *product moment* dari Pearson sebagai berikut:<sup>60</sup>

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\} \{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = tingkat keterkaitan hubungan (koefisien korelasi)

$\sum X$  = jumlah dukungan sosial dalam sebaran X

$\sum Y$  = jumlah stres dalam sebaran Y

$\sum XY$  = jumlah hasil kali perkalian X dan Y yang berpasangan

$\sum X^2$  = jumlah dukungan sosial yang dikuadratkan dalam sebaran X

$\sum Y^2$  = jumlah stres yang dikuadratkan dalam sebaran Y

n = banyaknya data

## c. Uji Keberartian Koefisien Korelasi (Uji-t)

Untuk melihat keberartian hubungan antara variabel X dengan variabel Y, maka perlu diuji dengan menggunakan rumus t-student:<sup>61</sup>

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

---

<sup>60</sup> Andi Supangat, *Statistika* (Kencana Prenada Media Group: Jakarta, 2007), p.341

<sup>61</sup> *Ibid.*, p. 342



keterangan:

$t$  = skor signifikansi koefisien korelasi

$r$  = koefisien korelasi

$n$  = banyaknya data

Hipotesis statistik:

$H_0 : \rho \geq 0$

$H_1 : \rho < 0$

Kriteria pengujian:

Jika  $-t_{hitung} < -t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak, data dinyatakan signifikan. Jadi antara variabel X dan Y terdapat hubungan negatif yang signifikan.

#### d. Uji Koefisien Determinasi

Untuk mengetahui berapa besar variasi variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dihitung dengan menggunakan rumus angka persentase. Rumus yang digunakan adalah:<sup>62</sup>

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KD = koefisien determinasi

$r^2$  = koefisien korelasi

---

<sup>62</sup> Riduwan, *op.cit.*, p. 139