

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif umumnya didasarkan pada filsafat positivisme dan digunakan untuk mengkaji populasi atau sampel yang bersifat *numerical*, serta data yang diolah dengan teknik statistika (Azwar, 2017). Pendekatan yang digunakan adalah *korelasional*. Pendekatan *korelasional* bertujuan untuk mengetahui tingkat kekuatan serta arah hubungan antar variabel (Azwar, 2017).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu pernyataan yang menjelaskan secara rinci variabel-variabel yang akan diikutsertakan dalam pengujian hipotesis, serta mendefinisikan peran dari masing-masing variabel tersebut dalam konteks penelitian (Azwar, 2017). Variabel yang terlibat pada penelitian ini merupakan :

1. Variabel terikat (Y) : Resiliensi
2. Variabel bebas (X1) : Regulasi Emosi
3. Variabel bebas (X2) : *Self efficacy*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Azwar (2017), definisi operasional adalah pengertian dari suatu variabel yang dapat dilihat berdasarkan karakteristik tertentu dari variabel tersebut. Definisi operasional dimaksudkan untuk mencegah terjadinya kesalahan dalam pengertian maupun interpretasi. Maka dari itu untuk mencapai pemahaman yang jelas, penelitian ini menetapkan definisi operasional dari variabel sebagai berikut :

1. Resiliensi

Resiliensi merupakan ukuran seberapa baik seseorang dapat mengatasi tantangan atau kesulitan yang dihadapi (Connor & Davidson, 2003). Aspek-aspek yang dijelaskan oleh Connor dan Davidson (2003) meliputi kompetensi pribadi, penetapan standar yang tinggi, dan keuletan, kemampuan untuk mempercayai orang lain, memiliki toleransi pada emosi negatif dan keteguhan dalam menghadapi stres, penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain, kontrol diri, serta spiritualitas.

2. Regulasi Emosi

Regulasi emosi dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengatur dan mengekspresikan perasaan emosionalnya di tengah situasi yang menekan (Gross, 2014). Terdapat empat aspek dalam mengukur regulasi emosi yaitu, *acceptance of emotional response, engaging in goal directed behaviour, control emotional responses, strategies to emotion regulation.*

3. *Self efficacy*

Self efficacy menurut Bandura (1995), merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengendalikan fungsi dirinya dalam kehidupan. Aspek-aspek *self efficacy* sendiri yakni, tingkat kesulitan tugas, luas bidang perilaku, dan kestabilan keyakinan (Bandura, 1995).

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan sekelompok orang yang menjadi fokus dalam suatu penelitian, dimana kelompok ini mempunyai ciri khusus yang membedakan dari kelompok lain (Azwar, 2017). Populasi pada penelitian ini yakni, seluruh mahasiswa/i tingkat akhir di perguruan tinggi Kota Surabaya. Hal ini terdapat beberapa kriteria tertentu, dimana mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang telah menyelesaikan lebih dari enam semester serta diperbolehkan dalam mengerjakan skripsi atau tugas akhir (Pratama & Hadi, 2022). Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), populasi mahasiswa tingkat akhir di Kota Surabaya tidak diketahui secara pasti.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang digunakan sebagai representatif populasi dalam penelitian (Azwar, 2017). Besar jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus *Lemeshow* dengan perkiraan proporsi 50% dan tingkat kesalahan 10%. Berdasarkan rumus *Lemeshow* jumlah sampel dapat dihitung sebagai berikut :

$$n = \frac{Z^2 \times P \times Q}{E^2}$$

Keterangan :

Z : Nilai Z dari distribusi normal Standar (1,96)

P : Perkiraan proporsi kejadian/variabel yang diteliti

Q : 1-P

n : Ukuran sampel

E : Tingkat kesalahan

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5 \times 0,5}{0,1^2}$$

$$n = 96$$

Sehingga diperoleh sampel sebesar 96 dari jumlah populasi mahasiswa/i tingkat akhir di Kota Surabaya. Menurut Hair, dkk. (2019) ukuran sampel yang lebih dari 100 lebih baik, akan tetapi ukuran sampel yang lebih kecil dari 100 dapat diterima, tergantung dari latar belakang penelitian

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan merupakan *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan data dimana sampel penelitian ditentukan berdasarkan karakteristik dan ciri tertentu (Azwar, 2017). Kriteria sampel pada penelitian ini merupakan :

- a. Mahasiswa/i tingkat akhir yang telah menempuh lebih dari enam semester dan diperbolehkan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi yakni semester 7-14.
- b. Berkuliah di perguruan tinggi Kota Surabaya.

E. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala psikologi. Skala psikologi merupakan instrumen yang dirancang untuk mengungkap informasi mengenai sifat tertentu yang ingin diukur, tetapi dengan pendekatan yang tidak langsung (Azwar, 2017). Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dalam proses perhitungannya. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, maupun persepsi dari individu atas responnya terhadap suatu fenomena sosial. Kuesioner ini terdapat dua kelompok pernyataan, yaitu *favorable* dan

unfavorable. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung, akan tetapi pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung. Pengambilan data dilakukan melalui pengisian kuesioner yang disebar kepada responden. Kuesioner tersebut dibuat menggunakan aplikasi *google form* yang dapat diakses secara online oleh responden.

Kuesioner untuk variabel terikat yakni resiliensi, dan untuk variabel bebas adalah regulasi emosi dan *self efficacy*. Penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan empat alternatif jawaban, yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Berikut tabel cara pemberian skor pada jawaban responden.

Tabel 1 Skor Skala Likert

Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Adapun skala *blue print* yang dibuat dalam penelitian ini adalah :

1. Skala Resiliensi

Skala resiliensi pada penelitian ini yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori Connor dan Davidson (2003).

Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan	Individu menganggap suatu kesulitan, gangguan, atau ancaman sebagai tantangan yang harus dihadapi atau dikelola	12, 18	22	3
	Individu mampu menetapkan standar lebih tinggi untuk dirinya sendiri	6, 10	4	3
	Individu mempunyai dorongan agar terus berkembang dan didukung dengan keuletan dalam berproses	3, 23	1	3

Percaya kepada orang lain, memiliki toleransi pada emosi negatif dan tegar dalam menghadapi stres	Individu berusaha tegar dan menjaga sikap toleran terhadap kondisi yang dihadapinya	15, 16	2	3
Penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain	Individu memiliki pemikiran yang positif ketika dihadapkan suatu permasalahan	11, 13	8	3
	Individu berusaha menciptakan rasa aman dengan menjalin relasi dalam menjalani kesulitan yang ada	14, 19	21	3
Kontrol diri	Individu mampu mengendalikan emosi terutama saat kondisi kurang baik	17, 24	7	3

Spiritualitas	Individu memiliki kesadaran akan keimanan yang ada dalam diri mereka	5, 20	9	3
Total Aitem				24

Tabel 2 Skala Ukur Resiliensi

2. Skala Regulasi Emosi

Skala regulasi emosi pada penelitian ini dikembangkan oleh peneliti menggunakan dasar teori dari Gross dan John (2014).

Tabel 3 Skala Ukur Regulasi Emosi

Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Acceptance of emotional response</i>	Individu mampu dalam menerima kondisi yang memunculkan emosi dan tidak merasa malu ketika merasakan emosi negatif	2, 5	1	3
<i>Engaging in goal</i>	Individu mampu untuk tidak terpengaruh oleh	4, 18	16	3

<i>directed behaviour</i>	emosi negatif serta berpikir dan bertindak secara positif			
<i>Control emotional responses</i>	Individu mampu dalam mengontrol emosi dan respon	8, 11	17	3
	Individu mampu dalam menunjukkan emosi yang dirasakan secara sadar	12, 14	6	3
<i>Strategies to emotion regulation</i>	Individu mampu untuk menemukan cara mengurangi emosi negatif dalam dirinya	7, 10	3	3
	Individu merasakan kejelasan emosi	13, 15	9	3
Total Aitem				18

3. Skala *Self efficacy*

Skala *self efficacy* pada penelitian ini menggunakan pengembangan yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan teori dari Bandura (1995).

Tabel 4 Skala Ukur Self efficacy

Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Tingkat kesulitan tugas	Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuannya sendiri	3, 7, 12	1, 9	5
Luas bidang perilaku	Individu lebih percaya bahwa ia mampu menghadapi tugas-tugas bukan hanya pada tugas terkhusus saja, melainkan pada berbagai tugas yang ia miliki	2, 5, 13	10, 15	5

Kemantapan keyakinan	Kemantapan harapan yang ingin dicapai oleh individu dipengaruhi oleh kepercayaan dirinya terutama dalam menghadapi berbagai hambatan dan tugas	4, 8, 11	6, 14	5
Total Aitem				15

F. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Menurut Azwar (2021), validitas memiliki arti ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Uji validitas digunakan untuk mengetahui suatu kemampuan skala apakah menghasilkan data yang akurat dan sesuai dengan tujuan ukurnya atau tidak. Hal terpenting dalam sebuah validitas yakni membuktikan seluruh struktur dari aspek, indikator dan aitem-aitemnya membentuk suatu konstruk yang akurat bagi atribut yang akan diukur.

Uji validitas pada setiap variabel penelitian ini menggunakan uji validitas konstruk dan uji validitas *product moment*. Proses validasi

dilakukan oleh ahli yang menjadi dosen pembimbing maupun yang telah memiliki pengalaman praktis dalam memberikan penilaian terhadap alat ukur.

Validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini merupakan validitas isi. Indikator yang memenuhi validitas isi dapat diperoleh melalui prosedur validasi terhadap aitem-aitem dalam tes yang mewakili komponen-komponen dari kawasan isi materi yang diukur atau aspek representasi maupun mengukur sejauh mana kesesuaian aitem dengan indikator perilaku dari atribut yang diukur aspek relevansi kelayakan suatu aitem disimpulkan dari hasil penilaian subjektif yang dilakukan oleh sekelompok individu (Azwar, 2021).

2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem merupakan kemampuan suatu butir pernyataan dalam instrumen untuk membedakan antara responden yang memiliki atribut tinggi dengan responden yang memiliki atribut rendah pada variabel yang diukur. Penelitian ini menggunakan analisis daya diskriminasi aitem yang dilakukan terhadap ketiga instrumen yang digunakan, yaitu skala regulasi emosi, skala *self efficacy*, dan skala resiliensi.

Penelitian ini menggunakan uji validitas dengan formula *korelasi product moment pearson* dan menggunakan bantuan SPSS Statistik 23 sebagai aplikasi untuk menguji validitas penelitian ini. Daya diskriminasi item dihitung menggunakan teknik *corrected item-total correlation*, yaitu korelasi antara skor aitem dengan skor total skala setelah skor aitem tersebut

dikeluarkan dari skor total. Suatu aitem dapat dikatakan valid apabila nilai $r > 0,30$. Namun apabila jumlah aitem ternyata tidak sesuai dengan jumlah yang diinginkan maka dapat menurunkan sedikit kriteria menjadi 0,25 (Azwar, 2021). Keputusan mengenai validitas suatu aitem didasarkan pada perbandingan antara nilai korelasi yang diperoleh (r hitung) dengan nilai kritis yang dapat dilihat dari distribusi (r tabel). Nilai r tabel yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada pedoman yang telah ditetapkan oleh departemen tenaga kerja Amerika Serikat, terlampir pada buku Azwar (2021).

Aitem yang dinilai penting secara teoritis namun memiliki daya diskriminasi rendah akan direvisi redaksinya untuk memperjelas makna pernyataan. Sementara itu, aitem yang tidak memiliki kontribusi signifikan terhadap pengukuran konstruk akan dieliminasi dari instrumen.

3. Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Walizer (dalam Sanaky dkk, 2021), reliabilitas merupakan keajegan pengukuran. Reliabilitas berkaitan dengan tingkat stabilitas, konsistensi, kemampuan untuk memprediksi, serta tingkat akurasi. Jika suatu pengukuran memiliki reliabilitas yang tinggi, maka data yang dihasilkan dapat dipercaya. Konsep inti dari reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran tersebut dapat dipercaya.

Penelitian ini akan menggunakan uji reliabilitas dengan *internal consistency* dengan menggunakan bantuan SPSS Statistik 23 untuk menguji tingkat reliabilitas dalam penelitian ini. Selain itu, penelitian ini juga dapat

menggunakan metode *Alpha Cronbach's*. Adapun rumus perhitungannya adalah:

$$r = \left(\frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2} \right) \right)$$

Keterangan :

r : Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach*

k : Jumlah aitem pertanyaan

$\sum \sigma_i^2$: Jumlah varian aitem

σ^2 : Varians total

G. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk mengecek atau menguji apakah suatu model dapat digunakan dalam penelitian atau tidak. Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi data variabel terikat dan variabel bebas memiliki pola distribusi normal atau tidak. Metode yang digunakan untuk uji normalitas adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*. Jika nilai signifikansi dari hasil uji lebih dari 0,05, maka data terdistribusi normal dan apabila sebaliknya maka data tidak terdistribusi dengan normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan linear antara variabel terikat dan variabel bebas. Jika nilai

signifikansi hasil uji lebih dari 0,05, maka kedua data dapat disimpulkan memiliki hubungan linearitas dan begitupun sebaliknya.

c. Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi terjadi ketidaksamaan variasi dari nilai residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Jika nilai signifikansi hasil uji lebih besar dari 0,05, maka dapat dikatakan tidak terjadi gejala heterokedastisitas pada data.

d. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi yang ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas atau variabel *independent*. Hal ini dapat dilihat dari nilai *tolerance* yang lebih besar dari 0,1 atau melihat nilai VIF lebih kecil dari 10,00, maka data dapat dikatakan tidak terjadi *multikolinearitas*.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat bagaimana data tersebut menunjukkan fakta terkait penelitian. Pada uji hipotesis hasil penelitian akan dapat diketahui. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji *korelasi product moment* dan uji *multiple correlations* sebagai alat menguji hipotesis apabila data lolos uji asumsi.

Uji *korelasi product moment* merupakan alat uji yang bertujuan untuk mengetahui hubungan keeratan antara dua variabel yakni variabel

bebas dan variabel terikat. Alat uji ini dapat memberikan hasil terkait hubungan antara regulasi emosi terhadap resiliensi maupun hubungan antara *self efficacy* terhadap resiliensi mahasiswa tingkat akhir. Uji *korelasi product moment* juga menggambarkan arah hubungan dari variabel-variabel yang diuji. Adapun rumus uji *korelasi product moment* sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{\sum (x^2)(\sum y^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel x dan y

$\sum xy$: Jumlah perkalian x dan y

x^2 : Kuadrat dari x (deviasi x)

y^2 : Kuadrat dari y (deviasi y)

Uji *multiple correlation* merupakan suatu nilai yang menunjukkan seberapa kuat hubungan dua atau lebih variabel bebas (X) secara bersama-sama dengan variabel terikat (Y), serta tingkat keeratan hubungan antar variabel tersebut. Dengan melakukan uji ini maka akan diketahui seberapa besar hubungan antara masing-masing atau secara bersama-sama variabel bebas terhadap variabel terikat pada suatu penelitian. Rumus yang digunakan untuk menghitung *multiple correlation* sebagai berikut:

$$R_{yx_1x_2} = \sqrt{\frac{r_{yx_1}^2 + r_{yx_2}^2 - 2 r_{yx_1} r_{yx_2} r_{x_1x_2}}{1 - r_{x_1x_2}^2}}$$

Keterangan :

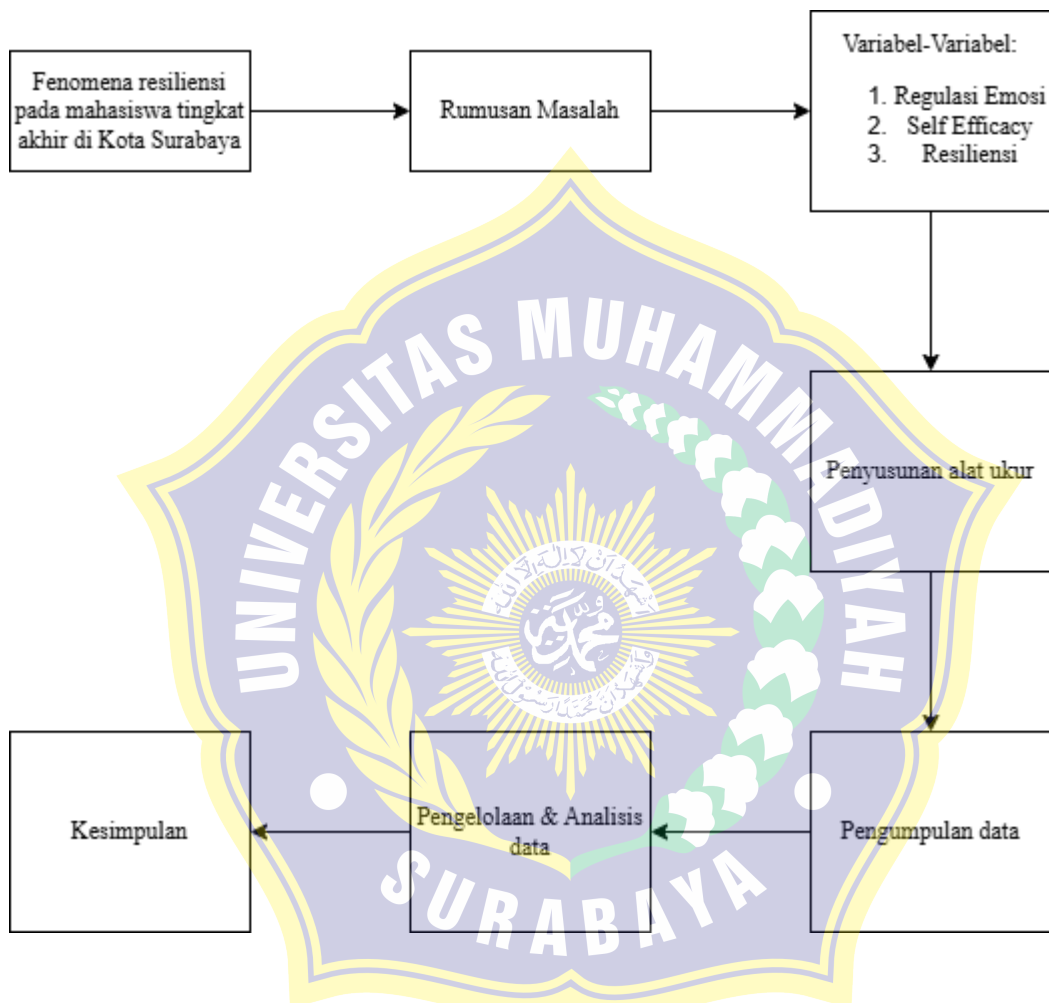
$R_{yx_1x_2}$: Koefisien korelasi ganda

r_{yx_1} : Koefisien korelasi x_1 terhadap y

r_{yx_2} : Koefisien korelasi x_2 terhadap y

$r_{x_1x_2}$: Koefisien korelasi x_1 terhadap x_2

H. Kerangka Kerja



Gambar 2 Kerangka Kerja