

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Identifikasi Variabel**

Terdapat dua variabel yang terdapat pada penelitian ini, yaitu variabel *independent* dan variabel *dependent*.

- a. Variabel *Independent* : Dukungan Sosial Teman Sebaya
- b. Variabel *Dependent* : Stres Akademik

### **B. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional variabel-variabel penelitian yang telah disebutkan diatas berikut :

#### **1. Stres Akademik**

Stres akademik adalah kondisi siswa yang timbul karena tekanan fisik, psikologis, dan lingkungan yang berlebihan dari tuntutan akademik yang tidak sesuai kemampuan siswa, menyebabkan ketegangan dan kesulitan menyelesaikan tugas yang disebabkan oleh kombinasi tuntutan tinggi dengan kemampuan adaptasi siswa yang rendah.

Dalam penyusunan skala peneliti memilih menggunakan aspek dari Gadzella dan Masten (2005), yang menjelaskan bahwa stres akademik mencakup 2 aspek, yaitu : faktor penyebab stres akademik (stressor akademik) meliputi frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, keinginan diri, dan respons terhadap faktor penyebab stres akademik yang mencakup reaksi fisiologis, reaksi emosional, reaksi perilaku, serta penilaian kognitif. Stres akademik yang lebih besar dikaitkan dengan nilai yang lebih tinggi, sedangkan skor yang lebih rendah menunjukkan stres akademik yang lebih rendah.

#### **2. Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Dukungan sosial adalah adalah rasa nyaman, perhatian, harga diri atau bantuan diterima seseorang dari orang lain atau kelompok yang menciptakan rasa dicintai, diperhatikan dan dihargai. Dukungan sosial mencakup penerimaan bantuan emosional, psikologis dan praktis dari orang-orang terdekat, seperti keluarga, sahabat, teman dekat, teman sebaya, tetangga serta kerabat. Teman sebaya memegang peranan yang signifikan, terutama di kalangan anak muda. Teman dekat

sering kali menjadi sumber utama dukungan, orang kepercayaan yang penting yang membantu mengatasi masalah yang terkait dengan memberikan bantuan emosional dan nasihat informal. Selain itu, teman dapat melindungi remaja yang “rentan” dari kemungkinan menjadi korban di antara teman sebaya dan membentuk perasaan identitas.

Teman sebaya adalah individu dengan usia dan tingkat kedewasaan yang hampir serupa yang memberikan persahabatan, empati, arahan moral, kesempatan untuk bereksplorasi, dan jalan untuk mencapai kemandirian dan pengaturan diri bagi remaja. Selain itu, dukungan yang diperoleh dari teman sebaya dapat meningkatkan rasa harga diri dan perhatian, berkontribusi pada kompetensi akademik siswa. Remaja membangun hubungan yang erat dengan teman sebayanya, yang memungkinkan pertumbuhan kemandirian dan pengaturan diri bagi remaja. Remaja di sekolah menengah cenderung membangun hubungan dekat dengan teman sebayanya dan sering berbagi atau meminta bantuan teman sebaya.

Pengembangan skala yang berkaitan dengan dimensi tertentu dari dukungan sosial teman sebaya, yang dipilih oleh peneliti berdasarkan teori Sarafino dan Smith (2011), mencakup empat aspek berbeda: dukungan emosional, dukungan dalam bentuk nyata atau bantuan langsung, dukungan informasi, dan dukungan kelompok. Dukungan sosial teman sebaya berbanding lurus dengan perolehan skor; sebaliknya, skor yang lebih rendah mengakibatkan penurunan dukungan sosial dari teman sebaya.

## **C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling**

### **1. Populasi**

Azwar (2017), populasi mengacu pada kumpulan individu untuk menggeneralisasi temuan penelitian. Populasi penelitian yakni siswa yang masih aktif bersekolah di SMK N 8 Surakarta dengan Program Keahlian Seni Karawitan.

Terdapat ciri-ciri atau kriteria penelitian ini adalah:

- a. Siswa aktif yang bersekolah di SMK N 8 Surakarta
- b. Siswa jurusan seni karawitan di SMK N 8 Surakarta

Populasi dalam penelitian ini diambil dari siswa-siswi aktif kelas 10 dan kelas 11 jurusan seni karawitan di SMK N 8 Surakarta dengan jumlah siswa 299 siswa. Populasi penelitian ini para siswa sebanyak 299 siswa yang disebar dalam 9 kelas. Data tersebut diperoleh dari data sekolah sebagai berikut :

**Tabel 1.**

**Populasi Penelitian Siswa Kelas X Jurusan Seni Karawitan SMK N 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2024/2025 Semester Gasal**

No	Uraian	Total
1	Kelas X-SP 1	36 siswa
2	Kelas X-SP 2	36 siswa
3	Kelas X-SP 3	36 siswa
4	Kelas X-SP 4	36 siswa
5	Kelas XI-SK 1	36 siswa
6	Kelas XI-SK 2	35 siswa
7	Kelas XI-SK 3	36 siswa
8	Kelas XI-SK 4	35 siswa
9	Kelas XI-SK 5	13 siswa
<b>Total</b>		<b>299 siswa</b>

**Sumber :** Tata Usaha SMK N 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2024/2025 Semester Gasal

## 2. Sampel

Azwar (2017) memberikan definisi sampel sebagai bagian dari populasi subjek, artinya sampel adalah sebagian dari keseluruhan populasi. Sampel yang digunakan adalah siswa-siswi aktif kelas 10 dan kelas 11 jurusan seni karawitan di SMK N 8 Surakarta.

Dalam menentukan besar sampel, peneliti mengacu pada teori Roscoe (dalam Azwar, 2017) yang memberikan beberapa prinsip umum pengambilan sampel. Peneliti memilih prinsip pengambilan sampel dengan ukuran sampel antara 30 dan 500 praktis untuk tujuan penelitian.

## 3. Teknik Sampling

Sugiyono (2018) mendefinisikan sampling sebagai strategi yang digunakan untuk memilih subset yang mewakili suatu populasi. Teknik pengambilan sampel dapat dikategorikan menjadi dua kelompok: pengambilan sampel probabilitas dan pengambilan sampel non-probabilitas.

Strategi pengambilan sampel probabilitas digunakan dalam penelitian ini. Azwar (2017), sampling probabilitas adalah teknik dimana setiap subjek atau unit dalam populasi mempunyai kemungkinan yang telah ditentukan sebelumnya untuk terpilih menjadi sampel. Pengambilan sampel acak adalah metode yang terkenal di antara teknik pengambilan sampel probabilitas.

Peneliti akan menggunakan cluster random sampling, sebuah metode yang melibatkan pemilihan kelompok secara acak. Azwar (2017), cluster random sampling memerlukan pemilihan kelompok secara acak, bukan subjek penelitian individual. Setelah melakukan cluster random sampling diperoleh hasil kelas yang akan digunakan peneliti, yaitu : Kelas X-SP 1, Kelas X-SP 3 dan Kelas XI-SK 5 dengan total 85 siswa. Kelas yang digunakan untuk penelitian adalah Kelas X-SP 4, Kelas X-SP 3, Kelas XI-SK 4 dan Kelas X-SP 1 dengan total 107 siswa.

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Proses pengumpulan data mencakup teknik tepat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data untuk analisis lebih lanjut. Pendekatan pengumpulan data memerlukan prosedur yang cermat, sistematis, dan terarah untuk memperoleh data yang andal dan tepat serta selaras dengan kejadian sebenarnya di lapangan. Pendekatan pengumpulan data memerlukan penggunaan alat ukur dalam penelitian, yang dijelaskan lebih lanjut.

Pengumpulan data ini dengan cara menyebarkan skala penelitian pada objek yang sudah ditentukan dengan kriteria tertentu sehingga didapatkan data primer. Azwar (2017) mengartikan data primer sebagai data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dari subjek penelitian atau responden penelitian dengan alat pengukuran atau pengumpulan data.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala Likert. Azwar (2017) mendefinisikan skala sikap model Likert sebagai alat untuk menilai sikap terhadap suatu objek sosial dengan mengukur sudut pandang positif dan negatif, serta sudut pandang setuju dan tidak setuju. Ketika menilai sikap manusia, entitas sosial tersebut berfungsi sebagai objek sikap.

Penelitian memakai metode penelitian kuantitatif dan menggunakan pendekatan pengumpulan data skala likert langsung dengan siswa. Secara khusus, dua skala penelitian ini: skala stres akademik Maufiroh (2023) dan skala dukungan sosial teman sebaya Wihajaya dan Prastiti (2024).

### 1. Skala Stres Akademik

Skala stres akademik yang digunakan oleh peneliti yang mengacu pada konsep stres akademik menurut Gadzella dan Masten (2005) menjelaskan bahwa stres akademik terdiri dari 2 aspek, yaitu : stressor akademik (*frustrations* atau frustrasi, *conflicts* atau konflik, *pressure* atau tekanan, *chances* atau perubahan dan *self-imposed* atau keinginan diri) dan reaksi terhadap stressor akademik (*physiological* atau reaksi fisiologis, *emotional* atau reaksi emosional, *behavioral* atau reaksi perilaku dan *cognitive appraisal* atau penilaian kognitif). Skala yang digunakan merupakan skala Likert yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Maufiroh (2023), dengan reliabilitas skala mencapai nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,940 untuk 36 item yang terdiri dari 18 item *favorable* dan 18 item *unfavorable*.

Variabel stres akademik terdiri dari empat respons jawaban, yaitu : Selalu, Sering, Kadang-kadang, dan Tidak pernah. Peneliti memilih empat respon jawaban agar responden cukup peka dan tidak mengaburkan perbedaan yang diinginkan di antara jenjang-jenjang yang dimaksud. Berdasarkan ketentuan respon menunjukkan semakin tinggi skor yang diperoleh berarti semakin tinggi stres akademik.

**Tabel 2. Skala Stres Akademik**

<i>Favorable</i>	Skor Angka	<i>Unfavorable</i>
<u>Selalu</u>	4	<u>Tidak pernah</u>
<u>Sering</u>	3	<u>Kadang-kadang</u>
<u>Kadang-kadang</u>	2	<u>Sering</u>
<u>Tidak Pernah</u>	1	<u>Selalu</u>

**Tabel 3. Blue Print Skala Stres Akademik oleh Maufiroh (2023)**

No	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Stressor Akademik	Frustrasi ( <i>frustration</i> )	1, 2	3, 4	4
		Konflik ( <i>Conflicts</i> )	5, 6	7, 8	4
		Tekanan ( <i>Pressure</i> )	9, 10	11, 12	4
		Perubahan ( <i>Chance</i> )	13, 14	15, 16	4
		Keinginan Diri ( <i>Self-imposed</i> )	17, 18	19, 20	4
2	Reaksi terhadap stressor Akademik	Reaksi Fisiologis ( <i>Physiological</i> )	21, 22	23, 24	4
		Reaksi Emosional ( <i>Emotional</i> )	25, 26	27, 28	4
		Reaksi Perilaku ( <i>Behavioral</i> )	29, 30	31, 32	4
		Penilaian Kognitif ( <i>Cognitive appraisal</i> )	33, 34	35, 36	4
		<b>Jumlah</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>

## 2. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Para peneliti mengembangkan skala dukungan sosial teman sebaya dengan memanfaatkan elemen teori Sarafino dan Smith (2011). Skala ini mencakup empat aspek spesifik: dukungan emosional, dukungan dalam bentuk yang nyata atau bantuan langsung, dukungan informasi dan dukungan kelompok. Skala yang digunakan merupakan skala yang diambil dari penelitian terdahulu. Skala ini dimodifikasi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Wihajaya & Prastiti (2024) dengan reliabilitas skala dukungan sosial teman sebaya dengan hasil uji *reliability statistics* dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,891 untuk *N of items* 19, peneliti melakukan modifikasi skala dengan menyesuaikan item pertanyaan agar sesuai dengan variabel dukungan sosial teman sebaya pada siswa jurusan seni karawitan dan modifikasi pada pilihan jawaban yang sebelumnya terdapat lima pilihan jawaban antara lain : Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Agak Sesuai (AS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Skala ini berjumlah 19 item

yang terdiri dari 14 item *favorable* dan 5 item *unfavorable* sesuai 4 aspek Sarafino dan Smith (2011).

Variabel dukungan sosial sebaya terdiri dari empat respons berbeda, khususnya: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Peneliti memilih empat respon jawaban agar responden cukup peka dan tidak mengaburkan perbedaan yang diinginkan diantara jenjang-jenjang yang dimaksud. Berdasarkan ketentuan respon menunjukkan semakin tinggi skor yang diperoleh berarti semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya.

**Tabel 4. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

<i>Favorable</i>	Skor Angka	<i>Unfavorable</i>
Sangat <u>Sesuai</u> (SS)	4	Sangat Tidak <u>Sesuai</u> (STS)
<u>Sesuai</u> (S)	3	Tidak <u>Sesuai</u> (TS)
<u>Tidak Sesuai</u> (TS)	2	<u>Sesuai</u> (S)
Sangat <u>Tidak Sesuai</u> (STS)	1	Sangat <u>Sesuai</u> (SS)

**Tabel 5. Blue Print Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Aspek	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Dukungan Emosional	1,4,6,11	8,12	6
Dukungan Instrumental	3,5,9,16,19, 20	-	6
Dukungan Informasi	2,10	15	3
Dukungan Jaringan Sosial	7,14,18,21	13,17	6
Jumlah	16	5	21

## E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Penelitian ini menguraikan metodologi untuk menilai keakuratan dan konsistensi alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Hal ini memberikan pembenaran untuk memilih strategi tertentu.

### 1. Validitas

Validitas mengacu pada sejauh mana suatu alat ukur secara akurat memenuhi tujuan yang dimaksudkan dan memberikan temuan pengukuran yang akurat, selaras dengan maksud dan tujuan pengujian (Azwar, 2003). Suatu alat ukur dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut secara efektif menjalankan fungsi pengukurannya dan

menghasilkan temuan pengukuran sesuai tujuan pengukuran yang dimaksudkan.

Penelitian memakai validitas isi sebagai ukuran validitasnya. Validitas isi terdapat dua jenis, yaitu: *face validity* (validitas tampak) dan *logical validity* (validitas logis). Validitas isi yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas logis yang mengacu pada estimasi validitas dengan memeriksa kesesuaian atau relevansi isi tes melalui analisis rasional dan penulis aitem memanfaatkan *blue-print* yang memuat cakupan isi dan indikator berperilaku dari atribut yang diukur serta mengacu pada kaidah penulisan aitem (Azwar, 2012).

## 2. Reliabilitas

Ketertanggung suatu skala adalah ukuran kuantitatif yang menunjukkan sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dianggap dapat dipercaya. Keandalan merupakan metrik yang dapat menghasilkan data yang sangat dapat diandalkan (Azwar, 2003). Suatu tes dikatakan semakin reliabel jika porsi varians *error* semakin kecil.

Setelah instrumen diuji validitasnya, tahap selanjutnya adalah menguji reliabilitasnya. Penelitian ini menggunakan konsistensi internal dengan memberikan skala pada subjek hanya sekali, dalam satu percobaan (*single-trial administration*) (Azwar, 2012). Ketertanggung penelitian ini akan dinilai menggunakan teknik reliabilitas konsistensi internal formula *alpha Cronbach*. Angka yang dihasilkan dalam pengujian ini dinyatakan sebagai koefisien reliabilitas. Perhitungan reliabilitas *alpha cronbach* menggunakan bantuan *SPSS 23.0 for Windows release*.

## F. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment yang dikembangkan oleh Karl Pearson (Azwar, 2003) untuk mengidentifikasi korelasi antara dua variabel. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membangun hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan stres akademik untuk mengevaluasi hipotesis yang diajukan.

Penghitungan analisis ini dilakukan dengan bantuan laptop seri program statistik (SPSS) edisi 23.0 *for windows program*.

Sesuai hipotesis penelitian dan tujuan mengidentifikasi korelasi, data yang dikumpulkan akan diuji secara ketat untuk menentukan kondisi berikut:

### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas untuk memastikan apakah data dalam sampel berasal dari populasi yang mengikuti distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan laptop, yaitu : *Statistical Packages for Social Science (SPSS) 23.0 for Windows Release*. Suatu data dikatakan berdistribusi normal apabila signifikan lebih dari 0,05 atau diatas 5%. Jika data menghasilkan nilai signifikan dibawah 0,05 atau dibawah 5% maka data tidak memiliki distribusi normal.

### **2. Uji Linearitas**

Uji Linearitas untuk memastikan adanya korelasi linier antara dua variabel. Dua variabel dianggap linier jika nilai  $p$  di bawah 0,05. Data hasil evaluasi akan dianalisis menggunakan metodologi analisis regresi linier sederhana dan perhitungan statistik dilakukan dengan bantuan laptop, khususnya menggunakan *Statistical Packages for Social Science (SPSS) 23.0 for Windows Release*.