

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang menurut (Azwar, 2018) adalah jenis penelitian yang fokus pada analisis data numerik. Pendekatan yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional. (Azwar, 2018) menjelaskan bahwa tujuan dari penelitian korelasional adalah untuk mengetahui hubungan antar variabel. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan metode korelasional untuk mengkaji hubungan antara variabel *self regulated learning* dan variabel kecemasan akademik pada mahasiswa UIN Imam Bonjol yang sedang menyusun skripsi.

Dikatakan bahwa mahasiswa yang mampu menerapkan *self regulated learning* dengan baik akan mengalami kecemasan akademis yang lebih rendah (Ramadhani dkk., 2023). Dengan studi korelasional peneliti ingin memahami apakah mahasiswa dengan *self regulated learning* tinggi cenderung memiliki kecemasan akademik rendah maupun sebaliknya.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut (Azwar, 2011) identifikasi variabel merupakan langkah penetapan variabel-variabel utama dalam penelitian dan penentuan dari fungsinya masing-masing. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua variabel penelitian, yaitu:

1. Variabel bebas atau yang sering disebut sebagai variabel *independen* adalah variabel yang memiliki pengaruh atau menyebabkan perubahan pada variabel

yang terikat (Azwar, 2018). Dalam penelitian ini, variabel bebas yang dimaksud adalah *self regulated learning*.

2. Variabel terikat, yang sering disebut sebagai variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau merupakan dampak dari variabel lain (Azwar, 2018). Dalam penelitian ini, variabel terikat yang digunakan adalah kecemasan akademik.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan melalui karakteristik-karakteristik yang diamati (Azwar, 2011). Adapun definisi operasional penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Self regulated learning* adalah mengaktifkan dan mengendalikan kognisi, motivasi, dan perilaku secara sistematis oleh mahasiswa yang berorientasi pada tujuan akhir yaitu penyelesaian skripsi.
2. Kecemasan akademik adalah dorongan pikiran dan perasaan yang bersifat negatif yang terjadi pada mahasiswa meliputi *mood* (perasaan), kognisi, somatik, dan motorik dalam proses penyusunan skripsi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Azwar (2011) populasi merupakan kelompok subjek yang memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang sama. Hal ini serupa dengan populasi menurut Sugiyono (2018) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan

definisi tersebut maka populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang yang sedang menyusun skripsi dimulai dari angkatan 2018, 2019, 2020, 2021 yang berjumlah 2.925 orang.

Tabel 3. 1 Gambaran Umum Jumlah Populasi

Fakultas	2018	2019	2020	2021	Jumlah
Adab dan Humaniora	3	8	13	180	204
Dakwah dan Ilmu Komunikasi	13	30	58	325	426
Ekonomi dan Bisnis Islam	9	34	46	390	479
Syari'ah	9	39	69	369	486
Sains dan Teknologi		4	11	80	95
Tarbiyah dan Keguruan	28	46	80	697	851
Ushuluddin dan Studi Agama	8	25	48	303	384
Total	70	186	325	2.344	2.925

Sumber: Akademik dan kemahasiswaan UIN Imam Bonjol Padang, (19 Maret 2025).

2. Sampel

Menurut Azwar (2011) sampel adalah sebagian dari populasi. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2019). Sampel pada penelitian diambil dengan teknik *probability sampling* artinya setiap subjek dalam populasi memiliki kemungkinan yang sama untuk diambil menjadi sampel.

Teknik *probability sampling* yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*, yang merupakan pengambilan sampel secara acak (Sugiyono, 2019). Teknik ini dipertimbangkan untuk penggunaan sumber daya terbatas karena sedikitnya mahasiswa akhir yang berada di kampus dikarenakan sudah tidak ada mata kuliah. Maka penulis mengutamakan kemudahan serta objektivitas dalam seleksi karena tidak ada intervensi dalam pemilihan individu. Adapun kriteria sampel adalah:

- a) Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang yang sedang menyusun skripsi

Populasi pada penelitian ini sebanyak 2.925 mahasiswa. Ukuran sampel pada populasi penelitian ini ditentukan dengan menggunakan dengan tabel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5%. Maka dari itu, sampel yang digunakan pada penulisan ini sejumlah 312 mahasiswa.

Tabel 3. 2 Isaac dan Michael

N	S		
	1%	5%	10%
3000	543	312	248

Sumber: Sugiyono.(2010). *Metodologi Penelitian (Pendidikan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan skala *self regulated learning* dan skala kecemasan akademik. Kedua skala ini menggunakan model skala Likert, yang digunakan untuk menilai sejauh mana individu memiliki atribut psikologis tertentu (Azwar, 2018). Dalam penelitian ini, skala yang digunakan menawarkan lima pilihan respon, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Tabel di bawah ini akan menguraikan cara penilaian atau pemberian skor pada kedua skala Likert yang diterapkan dalam penelitian ini.

Tabel 3. 3 Penilaian Skala Likert

Bentuk jawaban	Skor <i>favorable</i> (F)	Skor <i>Unfavorable</i> (UF)
Sangat setuju	5	1
Setuju	4	2
Netral	3	3
Tidak setuju	2	4
Sangat tidak setuju	1	5

Pada penelitian ini akan digunakan 2 pengujian skala psikologis berdasarkan skala *self regulated learning* dan skala kecemasan akademik.

1. Skala *Self regulated learning* Sebelum Uji Coba

Skala dalam penelitian ini disusun oleh peneliti mengacu pada aspek *self regulated learning* yang meliputi kognisi, motivasi, dan perilaku yang dipaparkan Zimmerman (1989) pada teori sebelumnya.

Tabel 3. 4 Blue print skala *self regulated learning* Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Pernyataan		Total Item
		F	UF	
Kognitif	<i>Planning</i>	1,2	22	9
	<i>Monitoring</i>	3,4	23	
	<i>Evaluation</i>	5,6	24	
Motivasi	Percaya pada kemampuan diri	7,8	25	14
	Ketertarikan pada tugas	9,10	26	
	Atribusi Diri	11,12	27,28,29	
	<i>Self-consequating</i>	13,14	30	
Perilaku	Regulasi usaha (<i>effort regulation</i>)	15,16,17	31,32,33	13
	<i>Time/ study environment</i>	18,19,20,21	34,35,36	
Total		21	15	36

2. Skala Kecemasan Akademik sebelum uji coba

Skala dalam penelitian ini disusun oleh peneliti mengacu pada komponen kecemasan akademik yang meliputi komponen psikologis, komponen motorik, dan komponen somatik yang dipaparkan Holmes (1991) pada teori sebelumnya.

Tabel 3. 5 *Blue print* skala Kecemasan Akademik Sebelum Uji Coba

Komponen	Indikator	Item		Total Item
		F	UF	
Psikologis	Kekhawatiran	1,2,3	28	9
	Sensitifitas Emosional	4,5,6	29,30	
Kognitif	Sulit konsentrasi	7, 8	31,32	10
	<i>Negative thinking</i>	9,10,11	33	
	Mudah lupa	12,13		
Somatik	Gejala langsung	14,15,16		8
	Gejala berkepanjangan	17,18,19,20	34	
Motorik	Perilaku gelisah	21,22,23	35	9
	Perilaku menghindar/menunda	24,25,26,27	36	
	Total	27	9	36

F. Hasil Uji Coba Instrumen

1. Validitas Alat Ukur

Uji validitas merupakan uji statistik yang digunakan untuk melihat atau menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur sudah dikatakan sah, valid, dan terverifikasi sesuai mengukur variabel penelitian (Azwar, 2012).

Terdapat dua metode uji validitas yang penulis lakukan diantara lain;

a. *Content Validity*

Validitas ini diperoleh melalui hasil evaluasi yang dilakukan oleh professional atau *expert judgement* atau ahli dalam bidang yang akan diteliti atau disebut juga dengan *logical validity*. Pada penelitian ini, dilakukan *expert judgement* kepada 3 orang ahli diantaranya adalah Nira Gusfika, M.Psi. Psikolog, Monika Sulistyanto, MA, dan Rahman Pranovri Putra, M.Psi. Hasil *expert* menunjukkan bahwa semua item layak untuk dijadikan sebagai instrumen dengan beberapa perbaikan pada kalimat item.

b. Validitas secara Statistik

Validitas menunjukkan ketepatan data sesungguhnya yang terjadi dengan data yang diperoleh oleh peneliti untuk mencari validitas pada sebuah item dan jika korelasi diatas 0,3 maka item dinyatakan valid namun jika item dibawah 0,3 maka item dinyatakan tidak valid (Azwar, 2022).

a. Hasil Uji Coba Skala *Self regulated learning*

Tabel 3. 6 Blue print skala *self regulated learning* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Pernyataan		Total Item
		F	UF	
Kognitif	<i>Planning</i>	1,2	22	8
	<i>Monitoring</i>	3,4	*23	
	<i>Evaluation</i>	5,6	24	
Motivasi	Percaya pada kemampuan diri	*7,8	25	10
	Ketertarikan pada tugas	9,10	26	
	Atribusi Diri	11,12	27,28,29	
	<i>Self-consequating</i>	*13,*14	*30	
Perilaku	Regulasi usaha (<i>effort regulation</i>)	15,16,17	*31,32,33	11
	<i>Time/ study environment</i>	18,19,20,*21	34,35,36	
	Total	17	12	29

Keterangan: tanda *dan ditebalkan menunjukkan aitem gugur

Berdasarkan dari hasil pengujian uji validitas pada skala *self regulated learning* dinyatakan 29 item valid, serta ada 7 item yang dinyatakan tidak valid (gugur).

b. Hasil Uji Coba Skala Kecemasan Akademik

Tabel 3. 7 *Blue print* skala Kecemasan Akademik Setelah Uji Coba

Komponen	Indikator	Item		Total Item
		F	UF	
Psikologis	Kekhawatiran	1,2,3	28	9
	Sensitifitas Emosional	4,5,6	29,30	
Kognitif	Sulit konsentrasi	7, 8	31,*32	9
	<i>Negative thinking</i>	9,10,11	33	
	Mudah lupa	12,13		
Somatik	Gejala langsung	14,15,16		8
	Gejala berkepanjangan	17,18,19,20	34	
Motorik	Perilaku gelisah	21,22,23	*35	8
	Perilaku menghindar/menunda	24,25,26,27	36	
Total		27	7	34

Keterangan: tanda *dan ditebalkan menunjukkan aitem gugur

Sedangkan untuk skala kecemasan akademik setelah dilakukan uji validitas dinyatakan 34 item valid dan 2 item tidak valid (gugur).

2. Reliabilitas Alat Ukur

Uji reliabilitas adalah hasil dari penelitian yang reliabel apabila ada kesamaan pada data dengan waktu yang berbeda. Instrumen reliabel ketika digunakan beberapa kali maka akan tetap menghasilkan data yang sama atau konsisten (Sugiyono, 2019). Instrumen penelitian menggunakan *Cronbach's Alpha* guna mengukur tingkat reliabilitas dan diukur dengan koefisien yang berkisar antara 0 hingga 1,00. Sehingga semakin tinggi koefisien mendekati 1,00 maka realibilitas akan semakin tinggi juga dan begitupun sebaliknya, jika koefisien rendah mendekati 0, maka reliabilitasnya akan rendah (Azwar, 2016).

Kriteria atau indeks dari nilai reliabilitas menurut Devellis (dalam Saifuddin, 2020) ialah:

Tabel 3. 8 Indeks Batas Nilai Reliabilitas

Nilai Reliabilitas	Kategori
$\leq 0,600$	Tidak dapat diterima/tidak reliabel
0, 600 – 0, 6500	Dapat diterima namun kurang reliabel
0,65 – 0,700	Dapat diterima secara minimal
0,700 – 0,800	Reliabel
0,800 – 0,900	Sangat baik reliabilitasnya
Jauh di atas 0,900	Sebaiknya skala yang sudah disusun dipersingkat atau diperpendek

Berikut disajikan hasil output dari SPSS 26 for windows mengenai reliabilitas kedua skala atau alat ukur:

Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self regulated learning*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.846	36

Berdasarkan norma atau batasan dalam *Cronbach's Alpha* pada skala *self regulated learning* diperoleh nilai sebesar 0,846 dengan kategori sangat baik.

Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.944	36

Berdasarkan norma atau batasan dalam *Cronbach's Alpha* pada skala kecemasan akademik diperoleh nilai sebesar 0,944 dengan kategori sangat baik.

G. Teknik Analisis Data

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data merupakan syarat pokok yang dilakukan dalam analisis data parametrik seperti korelasi, karena data-data yang akan dianalisis parametrik harus berdistribusi normal. Uji normalitas ini bertujuan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Variabel dikatakan berdistribusi normal jika signifikan lebih dari atau sama dengan 0,05 (Priyatno 2014).

b. Uji Linieritas Data

Merupakan uji persyaratan yang biasa dilakukan jika akan melakukan analisis korelasi. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel penelitian secara signifikan mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Variabel dikatakan mempunyai hubungan jika signifikan lebih dari atau sama dengan 0,05 (Priyatno, 2014).

c. Uji hipotesis

Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *produce moment*, untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat (Priyatno, 2014) Penyesuaian analisis dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 30 *for windows*.