

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Menurut Azwar (2022), metode kuantitatif adalah jenis penelitian yang menekankan pengolahan data numerik. Data dikumpulkan melalui proses pengukuran dan kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pendekatan korelasional bertujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antar variabel yang diteliti. Pendekatan korelasional digunakan pada penelitian ini bertujuan untuk mengamati hubungan antara variabel dukungan sosial teman sebaya dengan variabel penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang tinggal di Ma'had Al-Jami'ah Tuanku Imam Bonjol.

##### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Azwar, (2017) menyatakan bahwa variabel adalah karakteristik yang mempunyai variasi kualitatif, kemudian dapat diubah ke bentuk kuantitatif melalui penggunaan instrumen pengukuran, dan selanjutnya dianalisis dengan pendekatan statistik. Pada penelitian ini akan mengukur dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Berikut terdapat variabel yang akan diukur dalam penelitian ini:

1. Variabel bebas/ *independent* (X) merupakan suatu variabel yang dapat memengaruhi variabel lain. Variabel bebas pada penelitian ini adalah dukungan sosial teman sebaya.
2. Variabel terikat/ *dependent* (Y) merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat pada penelitian ini adalah penyesuaian diri.

### C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjelasan yang akan menjelaskan secara operasional penelitian yang akan dilakukan. Ini dibuat untuk menjaga konsistensi pengumpulan data, menghindari perbedaan interpretasi, dan membatasi ruang lingkup variabel. Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya merupakan bentuk dukungan positif yang diperoleh dari teman, sahabat, atau dari lingkungan sekitarnya, berupa kenyamanan, kepedulian, penghargaan, empati, maupun bantuan sehingga individu merasa dicintai dan dihargai. Dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 4 aspek, yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan persahabatan.

#### 2. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan suatu proses psikologis dan perilaku yang dilakukan individu untuk mencapai keseimbangan antara kebutuhan internal dan tuntutan lingkungan eksternal. Proses ini mencakup upaya mengelola stres, konflik, frustrasi, dan tekanan hidup agar tercipta harmoni dalam kehidupan pribadi dan sosial. Penyesuaian diri tidak hanya melibatkan kemampuan beradaptasi dengan kondisi fisik dan mental, tetapi juga bertujuan untuk mencegah timbulnya emosi negatif seperti depresi, kemarahan, dan prasangka buruk. Dengan kesadaran akan pentingnya penyesuaian diri, individu mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan sehari-hari secara lebih sehat dan adaptif. Penyesuaian diri terdiri dari 7 aspek, yaitu kemampuan mengontrol emosi, mekanisme pertahanan diri yang minimal, mengatasi frustrasi personal, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar, kemampuan memanfaatkan pengalaman masa lalu, serta sikap realistis dan objektif.

## D. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi merupakan suatu kelompok subjek yang akan digunakan untuk generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2017). Menurut Sugiyono, (2021) populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru yang tinggal di *Ma'had Al-Jami'ah Tuanku Imam Bonjol*.

**Tabel 3.1**  
**Populasi Mahasiswa Baru yang Tinggal di Ma'had Al-Jami'ah Tuanku Imam Bonjol**

| No     | Fakultas                              | Jumlah Mahasiswa Baru |
|--------|---------------------------------------|-----------------------|
| 1.     | Fakultas Ekonoomi dan Bisnis Syari'ah | 12                    |
| 2.     | Fakultas Sains dan Teknologi          | 6                     |
| 3.     | Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi   | 11                    |
| 4.     | Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama   | 37                    |
| 5.     | Fakultas Adab dan Humaniora           | 7                     |
| 6.     | Fakultas Syari'ah                     | 13                    |
| Jumlah |                                       | 86                    |

*Sumber: Pembina Ma'had Al-Jami'ah Tuanku Imam Bonjol*

### 2. Sampel

Sugiyono, (2021) sampel merupakan bagian dari jumlah populasi dengan karakteristik tertentu. Sampel merupakan bagian populasi yang akan mewakili seluruh populasi penelitian. Teknik sampling merupakan teknik dalam pengambilan sampel. Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sensus atau sampling total. Teknik sampling total (sensus) merupakan metode pengumpulan data yang melibatkan setiap individu dalam

populasi sebagai sampel penelitian. Teknik sampling total (sensus) digunakan apabila populasi kurang dari 100 orang.

Berdasarkan penjabaran di atas, jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah 86 mahasiswa baru yang tinggal di *ma'had*.

#### E. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2019), instrumen penelitian merupakan alat untuk mengumpulkan data secara menyeluruh terkait dengan suatu masalah, baik yang berkaitan dengan fenomena alam maupun fenomena sosial. Pada penelitian ini terdapat dua instrumen penelitian, yaitu:

##### 1. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Skala dukungan sosial teman sebaya menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya mengacu pada aspek-aspek dukungan sosial dari Sarafino & Smith, (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dan dukungan informasional, dukungan persahabatan. Responden diminta untuk menilai sejauh mana mereka mengalami gejala-gejala pada skala, oleh karena itu item favorable diberi nilai dari 1 (Tidak Pernah), 2 (Jarang), 3 (Kadang-Kadang), 4 (Sering), dan 5 (Sangat Sering) dan untuk unfavorable diberi nilai dari 1 (Sangat Sering), 2 (Sering), 3 (Kadang-Kadang), 4 (Jarang), dan 5 (Tidak Pernah) dengan menggunakan skala *Likert*.

**Tabel 3.2**

***Blue Print* Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebelum Uji Coba**

| Aspek              | Indikator              | Item      |          | Jumlah    |
|--------------------|------------------------|-----------|----------|-----------|
|                    |                        | F         | UF       |           |
| Dukungan emosional | 1. Empati              | 1,2,3,4,5 | 23,24    | <b>19</b> |
|                    | 2. Kepedulian          | 6,7,8     | 25,26,27 |           |
|                    | 3. Perhatian           | 9,10      | 28       |           |
|                    | 4. Penghargaan positif | 11,12     | 29       |           |
| Dukungan           | 1. Bantuan materi      | 13        | 30,31    | <b>6</b>  |

|                        |                        |           |           |           |
|------------------------|------------------------|-----------|-----------|-----------|
| instrumental           | 2. Bantuan jasa        | 14,15     | 32        |           |
| Dukungan informasional | 1. Nasihat             | 16        | 33        | <b>6</b>  |
|                        | 2. Bimbingan           | 17        | 34        |           |
|                        | 3. Umpan balik (saran) | 18        | 35        |           |
| Dukungan persahabatan  | 1. Kehadiran teman     | 19,20     | 36        | <b>6</b>  |
|                        | 2. kebersamaan         | 21,22     | 37        |           |
| <b>Jumlah item</b>     |                        | <b>22</b> | <b>15</b> | <b>37</b> |

## 2. Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri mengacu pada aspek-aspek penyesuaian diri dari Schneiders (1964), terdiri dari kemampuan mengontrol emosi, mekanisme pertahanan diri yang minimal, mengatasi frustrasi personal, pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, kemampuan untuk belajar, memanfaatkan pengalaman masa lalu, serta sikap realistis dan objektif. Responden diminta untuk menilai sejauh mana mereka mengalami gejala-gejala pada skala, oleh karena itu item favorable diberi nilai dari 1 (Sangat Tidak Setuju), 2 (Tidak Setuju), 3 (Netral), 4 (Setuju), dan 5 (Sangat Setuju), dan untuk unfavorable diberi nilai dari 1 (Sangat Setuju), 2 (Setuju), 3 (Netral), 4 (Tidak Setuju), 5 (Sangat Tidak Setuju) dengan menggunakan skala *Likert*.

**Tabel 3.3**

### **Blue Print Penyesuaian Diri Sebelum Uji Coba**

| Aspek                      | Indikator                                                                          | Item |        | Jumlah |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|--------|
|                            |                                                                                    | F    | UF     |        |
| Kemampuan Mengontrol Emosi | 1. Individu mampu mengelola emosi dengan bijak saat menghadapi masalah             | 1    | 19     | 6      |
|                            | 2. Individu mempertimbangkan berbagai alternatif Solusi ketika menghadapi hambatan | 2,3  | 20, 21 |        |
| Mekanisme                  | 1. Individu mampu menjadikan                                                       | 4    | 22     | 4      |

|                                                      |                                                                                                                                                               |                        |          |   |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------|---|
| Pertahanan Diri Yang Minimal                         | kegagalan sebagai bagian dari proses<br>2. Individu mampu mempertahankan diri sekaligus melakukan penyesuaian diri terhadap situasi                           | 5                      | 23       |   |
| Mengatasi Frustrasi Personal                         | 1. Individu merasa berdaya menyelesaikan masalah<br>2. Individu tidak kehilangan harapan                                                                      | 6<br>7                 | 24<br>25 | 4 |
| Pertimbangan Rasional dan Kemampuan Mengarahkan Diri | 1. Individu mengorganisasikan pikiran dalam keadaan sulit                                                                                                     | 8,9                    | 26       | 3 |
| Kemampuan untuk Belajar                              | 1. Individu menjadikan segala tempat dan waktu sebagai pembelajara                                                                                            | 10,<br>11,<br>12       | 27       | 4 |
| Memanfaatkan Pengalaman Masa Lalu                    | 1. Individu mampu menjadikan pengalaman masa lalu, baik pengalaman sendiri maupun orang lain sebagai dasar untuk meningkatkan kapasitas adaptif               | 13,<br>14              | 28       | 3 |
| Sikap Realistis dan Objektif                         | 1. Berfikir rasional<br>2. Kemampuan individu dalam mengevaluasi situasi, permasalahan, dan keterbatasan secara proporsional sesuai dengan kondisi nyata yang | 15,<br>16<br>17,<br>18 | 29<br>30 | 6 |

|                    |           |           |           |           |
|--------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|                    | dihadapi. |           |           |           |
| <b>Jumlah item</b> |           | <b>18</b> | <b>12</b> | <b>30</b> |

## F. Uji Validitas dan Realibilitas

Sebelum melakukan penelitian, penulis melakukan uji coba skala terlebih dahulu untuk melihat validitas dan reliabilitas instrumen tersebut. Dengan tujuan memastikan bahwa instrumen tersebut layak untuk mengukur indikator-indikator perilaku spesifik yang diteliti. Uji coba penelitian dilakukan pada tanggal 3-5 Januari 2026 kepada 30 mahasiswi yang tinggal di wisma UKM KSI Ulul Albab, dengan menyebarkan kuesioner melalui g-form.

### 1. Uji Validitas

Validitas merujuk pada seberapa akurat suatu alat tes atau skala dalam melaksanakan fungsi pengukurannya (Azwar, 2021). Menurut Sugiyono (2019), suatu instrumen dianggap valid apabila mampu menghasilkan data yang tepat dan mencerminkan kondisi yang sebenarnya. Peneliti menggunakan dua cara untuk menilai validitas item, yaitu dengan validitas isi dari *expert judgment* dan uji daya beda item melalui analisis *correlated item-total correlation* dengan pengolahan data dilakukan menggunakan aplikasi SPSS versi 30.0.

Uji validitas yang dilakukan peneliti yaitu validitas isi. Validitas isi merupakan derajat kesesuaian alat ukur dalam mengukur variabel yang menjadi tujuan pengukuran yang memerlukan kesepakatan ahli disebut juga dengan *expert judgment* (Suryabrata, 2005). Adapun yang melakukan *expert judgment* merupakan tenaga ahli atau akademisi yang pakar dibidangnya. Penelitian ini menjadikan dua orang dosen Prodi Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang sebagai pakarnya, yaitu Rena Kinnara Arlotas, M.Psi, Psikolog dan Dr. Reza Fahmi, S.Sos, MA. Setelah melalui proses perbaikan dan penilaian, terdapat 37

item pada skala dukungan sosial teman sebaya dan 30 item pada skala penyesuaian diri. Selanjutnya, setiap nilai dari item yang diberikan kedua ahli tersebut diolah menggunakan rumus koefisien validitas isi Aiken's V untuk menghitung *content-validity coefficient* didasarkan pada hasil penilaian ahli terhadap suatu item mengenai sejauh mana item tersebut mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2022).

Selanjutnya peneliti melakukan uji coba skala. Skala yang telah disetujui oleh ahli dicobakan kepada 30 orang selain dari sampel yang telah ditetapkan. Peneliti melakukan uji coba kepada mahasiswi yang tinggal di wisma UKM KSI Ulul Albab. Selanjutnya hasil data diolah dengan *correlated item- total correlation* dengan standar uji beda item  $> 0,3$  menggunakan aplikasi SPSS versi 30,0.

#### a. Analisis Item Instrumen Dukungan Sosial Teman Sebaya

**Tabel 3.4**

**Blue Print Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya Setelah Uji Coba**

| Aspek                  | Indikator              | Item      |          | Jumlah | Jumlah Item Gugur |
|------------------------|------------------------|-----------|----------|--------|-------------------|
|                        |                        | F         | UF       |        |                   |
| Dukungan emosional     | 1. Empati              | 1,2,3,4,5 | 23,24    | 19     | 1                 |
|                        | 2. Kepedulian          | 6,7,8     | 25,26*   |        |                   |
|                        | 3. Perhatian           | 9,10      | ,27      |        |                   |
|                        | 4. Penghargaan positif | 11,12     | 28<br>29 |        |                   |
| Dukungan instrumental  | 1. Bantuan materi      | 13        | 30,31    | 6      |                   |
|                        | 2. Bantuan jasa        | 14,15     | 32       |        |                   |
| Dukungan informasional | 1. Nasihat             | 16        | 33*      | 6      | 1                 |
|                        | 2. Bimbingan           | 17        | 34       |        |                   |
|                        | 3. Umpan balik (saran) | 18        | 35       |        |                   |
| Dukungan               | 1. Kehadiran           | 19,20     | 36       | 6      |                   |



|                    |                |       |    |    |   |
|--------------------|----------------|-------|----|----|---|
| persahabatan       | teman          |       |    |    |   |
|                    | 2. Kebersamaan | 21,22 | 37 |    |   |
| <b>Jumlah item</b> |                |       |    | 35 | 2 |

*Keterangan: Angka yang diberi warna adalah nomor item gugur*

Berdasarkan hasil uji coba diatas, menyatakan bahwa 35 item skala dukungan sosial teman sebaya dikatakan valid dengan nilai  $\geq 0,3$  termasuk daya beda item item yang diterima. Sedangkan item nomor 26 dan 33 dinyatakan gugur karena tidak daya item rendah dan tidak disarankan.

#### **b. Analisis Item Instrumen Penyesuaian Diri**

**Tabel 3.5**  
**Blue Print Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba**

| Aspek                                  | Indikator                                                                          | Item |         | Jumlah Item Final | Jumlah Item Gugur |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------|---------|-------------------|-------------------|
|                                        |                                                                                    | F    | UF      |                   |                   |
| Kemampuan Mengontrol Emosi             | 1. Individu mampu mengelola emosi dengan bijak saat menghadapi masalah             | 1    | 19*     | 4                 | 2                 |
|                                        | 2. Individu mempertimbangkan berbagai alternatif Solusi ketika menghadapi hambatan | 2,3  | 20*, 21 |                   |                   |
| Mekanisme Pertahanan Diri Yang Minimal | 1. Individu mampu menjadikan kegagalan sebagai bagian dari proses                  | 4    | 22      | 4                 |                   |
|                                        | 2. Individu mampu                                                                  | 5    | 23      |                   |                   |

|                                                                  |                                                                                                                                                                      |                  |           |   |   |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|---|---|
|                                                                  | mempertahankan diri<br>sekaligus melakukan<br>penyesuaian diri<br>terhadap situasi                                                                                   |                  |           |   |   |
| Mengatasi<br>Frustrasi<br>Personal                               | 1. Individu merasa<br>berdaya menyelesaikan<br>masalah<br>2. Individu tidak<br>kehilangan harapan                                                                    | 6<br>7           | 24<br>25  | 4 |   |
| Pertimbangan<br>Rasional dan<br>Kemampuan<br>Mengarahkan<br>Diri | 1. Individu<br>mengorganisasikan<br>pikiran dalam keadaan<br>sulit                                                                                                   | 8,9              | 26        | 3 |   |
| Kemampuan<br>untuk Belajar                                       | 1. Individu menjadikan<br>segala tempat dan<br>waktu sebagai<br>pembelajara                                                                                          | 10,<br>11,<br>12 | 27        | 4 |   |
| Memanfaatkan<br>Pengalaman<br>Masa Lalu                          | 1. Individu mampu<br>menjadikan<br>pengalaman masa lalu,<br>baik pengalaman<br>sendiri maupun orang<br>lain sebagai dasar<br>untuk meningkatkan<br>kapasitas adaptif | 13,<br>14        | 28        | 3 |   |
| Sikap Realistis<br>dan Objektif                                  | 1. Berfikir rasional<br>2. Kemampuan individu<br>dalam mengevaluasi<br>situasi, permasalahan,                                                                        | 15,16<br>17,18   | 29<br>30* | 5 | 1 |

|                    |                                                                                 |  |  |           |          |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----------|----------|
|                    | dan keterbatasan secara proporsional sesuai dengan kondisi nyata yang dihadapi. |  |  |           |          |
| <b>Jumlah item</b> |                                                                                 |  |  | <b>27</b> | <b>3</b> |

*Keterangan: Angka yang diberi warna adalah nomor item gugur*

Berdasarkan hasil uji coba diatas, menyatakan bahwa 27 item skala penyesuaian diri dikatakan valid dengan nilai  $\geq 0,3$  termasuk daya beda item item yang diterima. Sedangkan item nomor 19, 20 dan 30 dinyatakan gugur karena tidak daya item rendah dan tidak disarankan.

## 2. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar, (2021) reliabilitas merupakan sejauh mana hasil dari suatu proses pengukuran dianggap dapat dipercaya. Istilah reliabilitas juga dikenal dengan berbagai sebutan lain, seperti konsistensi, keterandalan, keterpercayaan, dan kestabilan. Dapat disimpulkan bahwa reliabilitas bertujuan untuk menggambarkan sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya.

Uji reliabilitas pada penelitian ini dilakukan dengan memanfaatkan perangkat lunak *Statistical Program for Social Science* (SPSS) versi 30,0. Data dinyatakan reliabilitas apabila nilai koefisien reliabilitas berada pada kisaran 0 hingga 1. Semakin mendekati angka 1 nilai koefisien tersebut, maka tingkat reliabilitas data semakin tinggi.

**Tabel 3.6**

### **Hasil Uji Reliabilitas**

| Variabel                     | N  | Nilai <i>Cronbach's Alpha</i> |
|------------------------------|----|-------------------------------|
| Dukungan Sosial Teman Sebaya | 35 | .932                          |
| Penyesuaian Diri             | 27 | .955                          |

Hasil uji coba reliabilitas skala dukungan sosial teman sebaya memiliki

nilai *Cronbach's alpha* 0,932 artinya bernilai baik dan dapat digunakan sebagai alat ukur dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian. Begitu juga hasil uji coba reliabilitas skala penyesuaian diri memiliki nilai *Cronbach's alpha* 0,955 yang bernilai baik dan dapat juga digunakan sebagai alat ukur penyesuaian diri dalam penelitian.

## G. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah tindakan yang dilakukan setelah semua data dikumpulkan dan diolah dengan statistik (Sugiyono, 2019). Data diperoleh dari kuesioner yang diolah dan dianalisis menggunakan *software* SPSS (*Statistical Packages For Social Sciences*) 30.0 for windows Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian meliputi:

### 1. Kategorisasi Variabel

Penelitian yang dilakukan akan memperoleh hasil kategorisasi atau tingkatan dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri. Dengan cara mengelompokkan subjek kedalam kategori tinggi dan rendah. Pengkategorian variabel ke dalam dua bentuk interval ditentukan melalui perhitungan dengan menggunakan rumus (Azwar, 2016), sebagai berikut:

$$I = \frac{R}{K}$$

Keterangan:

I= Interval

R= Range (nilai tertinggi - nilai terendah)

K= Kelas interval (tinggi dan rendah)

### 2. Uji Normalitas

Priyatno, (2014) uji normalitas digunakan untuk mengetahui terdistribusi normal atau tidaknya populasi data. Pengujian ini menggunakan uji *One Sample Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan aplikasi SPSS. Uji ini terpenuhi apabila menunjukkan nilai signifikansi lebih besar (>) dari 0,05 dan sebaliknya,

jika uji normalitas ini tidak terpenuhi nilai signifikansinya yaitu lebih kecil ( $<$ ) dari 0,05.

### 3. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan uji prasyarat yang dilakukan ketika akan melakukan analisis kolerasi. Dengan tujuan untuk mengetahui apakah variabel X dan Y mempunyai hubungan yang bersifat linear atau tidak. Dikatakan mempunyai hubungan yang linear antara variabel X dan Y apabila memiliki nilai *linearity*  $< 0,05$  dan nilai *deviation from linearity*  $> 0,05$  (Priyatno, 2014). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan SPSS versi 30,0 melalui *Test from Linearity* sebagai analisis uji linearitas.

### 4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan suatu proses analisis statistik inferensial bertujuan untuk mengambil keputusan atau kesimpulan mengenai populasi melalui data yang dikumpulkan dari sampel penelitian (Azwar, 2021). Bertujuan untuk menentukan apakah hipotesis peneliti ditolak atau diterima. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 30,0 for windows menggunakan teknik kolerasi *pearson product moment* dengan signifikansi nilai  $< 0,05$ .