

BAB III
METODE PENELITIAN

3.1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta yang beralamat di Kampus Terpadu Jl. Kaliurang Km.14,4. Sleman Yogyakarta 55584.

3.1.1. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UII

Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia yang dibuka pada tahun 1995/1996 merupakan realisasi dari Rencana Induk Pengembangan (RIP) UII tahun 1997-2008. Pembukaan Fakultas Psikologi pada tahun tersebut dititik beratkan pada partisipasi UII dalam mendukung kebijaksanaan pemerintah tentang pengembangan sumber daya manusia. Sejalan dengan hal itu, Pengurus Harian Badan Wakaf Universitas Islam Indonesia melalui SK PHBW UII No. 11 Tahun 1995 tertanggal 15 April 1995 telah menetapkan pembukaan Fakultas Psikologi UII dan memulai penerimaan mahasiswa baru pada tahun 1995/1996. Segera sesudah membukanya, Fakultas Psikologi UII terdaftar sebagai Lembaga Pendidikan Psikologi di Indonesia melalui SK Dirjen DIKTI DEPDIBUD No. 449/DIKTI/KEP/1995 tertanggal 6 November 1995. Berdasarkan Surat keputusan Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Nomor 03089/Ak-1-III-012/UIICZI/VI/2000 tertanggal 23 Juni 2000, Fakultas Psikologi UII mendapat predikat Terakreditasi.

3.1.2. Sekilas Fakultas Psikologi UII

Pada tahun pertama, Fakultas Psikologi UII berlokasi di kampus Sorowajan Baru, menempati gedung kuliah bersama dengan Fakultas Ekonomi UII Progam Diploma 3. Pada tahun akademik 1996/1997, Fakultas Psikologi UII pindah ke Kampus Terpadu di Jalan Kaliurang, dengan alamat JL. Kaliurang KM. 14,4. Sleman, Yogyakarta.

Tujuan pendidikan S-1 di Fakultas Psikologi UII dirumuskan sebagai berikut:

- a. Berjiwa Pancasila dan memiliki integritas kepribadian yang tinggi sebagai Sarjana Psikologi yang berwawasan Ilahiyah.
- b. Bertakwa, berakhlak, terampil, berilmu amaliah, dan beramal ilmiah.
- c. Bersifat terbuka, tanggap terhadap perubahan dan kemajuan ilmu dan teknologi maupun masalah yang dihadapi masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan bidang keahliannya.
- d. Mampu mengenali, mengamati, dan melakukan pendekatan dan penalaran permasalahan berdasar Ilmu Psikologi.
- e. Mempunyai bekal dasar ilmu pengetahuan yang cukup untuk melanjutkan pendidikan.
- f. Memiliki dasar pengetahuan umum dan pengetahuan profesi yang cukup untuk dapat memperluas pandangannya.

Guna menunjang tercapainya tujuan pendidikan psikologi, Fakultas Psikologi UII merumuskan Visi dan Misi Fakultas Psikologi UII.

1. Visi Fakultas Psikologi UII

Ingin menjadi Fakultas Psikologi yang memiliki kualitas setaraf dengan Fakultas Psikologi kelas dunia dalam bidang pengajaran, penelitian, dan pengabdian masyarakat.

2. Misi Fakultas Psikologi UII

- a. Menghasilkan lulusan bertaraf dunia yang memiliki kompetensi psikologi yang tinggi, berwawasan Islam dan memiliki akhlakul karimah.
- b. Menghasilkan literatur di bidang kajian Psikologi Islami dan psikologi yang berwawasan budaya Indonesia.
- c. Mengembangkan pendekatan kualitatif dan kuantitatif dalam memahami perilaku dan memberdayakan potensi manusia.
- d. Menyediakan pelayanan masyarakat di bidang psikologi yang berwawasan Islam.

3.1.3. Bagian dan Departemen

Berdasarkan Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 0686/U/1991 tanggal 30 Desember 1991, Fakultas Psikologi termasuk kelompok fakultas yang tidak memiliki jurusan, tetapi memiliki bagian-bagian dengan satu program studi, yaitu Program Studi Psikologi. Selanjutnya Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 018/D/0/1993 yang kemudian disempurnakan dengan Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 0324/U/1994 tanggal 9 Desember 1994 (Pasal 2) menyebutkan bahwa Program Pendidikan Psikologi yang diselenggarakan Fakultas Psikologi memiliki 6 (enam) bagian, yaitu:

1. Bagian Psikologi Umum dan Eksperimen.
2. Bagian Psikologi Perkembangan.
3. Bagian Psikologi Sosial.
4. Bagian Psikologi Industri dan Organisasi.
5. Bagian Psikologi Klinis.
6. Bagian Psikologi Pendidikan dan Psikometri.

Melalui pengkajian ulang dan pertimbangan, Fakultas Psikologi UII menyederhanakannya menjadi tiga departemen, yaitu:

1. Departemen Psikologi Sosial, Industri, dan Organisasi.
2. Departemen Psikologi Islami, Umum, dan Eksperimen.
3. Departemen Psikologi Perkembangan, Pendidikan, dan Klinis.

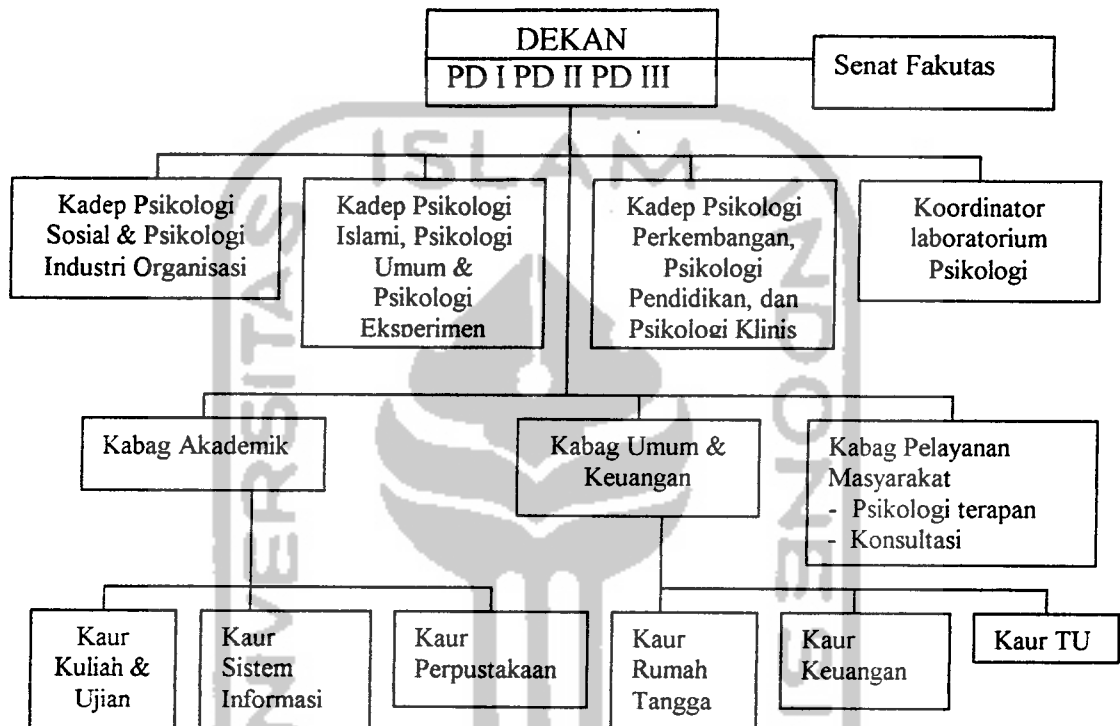
Adapun bidang studi yang saat ini diprioritaskan untuk dikembangkan adalah bidang Psikologi Islami, Psikologi Sosial, Psikologi Industri dan Organisasi, serta Psikologi Klinis. Bidang-bidang lain yang akan dikembangkan adalah Bidang Psikologi Pendidikan dan Psikometri serta bidang Psikologi Perkembangan. Di samping itu, untuk menegaskan identitasnya sebagai Fakultas Psikologi perguruan tinggi Islam, Fakultas Psikologi UII menawarkan beberapa mata kuliah khas, yaitu Pengantar Psikologi Islami, Studi Intensif Psikologi Islami, dan Aplikasi Psikologi Islami, sebagai ciri ke fakultasan, serta Pemikiran dan Peradaban Islam dan Studi Kepemimpinan Islam sebagai muatan lokal universitas.

3.1.4. Organisasi Fakultas

1. Struktur Organisasi

STRUKTUR ORGANISASI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVESITAS ISLAM

INDONESIA



Sumber: Buku Panduan Akademik Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Yogyakarta

Gambar 3.1
Struktur Organisasi
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Yogyakarta

2. Personalia Struktur

Periode 1995-1998

Dekan : Dr. H. Djamaludin Ancok

Pembantu Dekan : Drs. Muh. Bachtiar, MM.

Periode 1998-2001

Dekan : Dr. H. Djamaludin Ancok

Pembantu Dekan I : Drs. Muh. Bachtiar, MM

Pembantu Dekan II : Ratna Syifa'a Rahmahana, S. Psi *)

Pembantu Dekan III : Sus Budiharto, S. Psi., Psikolog

*) Ratna Syifa'a Rahmahana, S. Psi dan Sus Budiharto, S. Psi., Psikolog, diangkat menjadi Pembantu Dekan II dan III sejak Juli 2000.

Periode 2001-2005

Dekan : Dr. Sukarti

Pembantu Dekan I : Rina Mulyati, S. Psi **)

Pembantu Dekan II : Yulianti Dwi Astuti, S. Psi

Pembantu Dekan III: H. Fuad Nashori, S. Psi., M.Si

***) Rina Mulyati, S. Psi dikarenakan harus menempuh studi lanjut S-2, digantikan oleh Ratna Syifa'a Rahmahana, S. Psi sejak Agustus 2001.

Kadep Psikologi Sosial, dan Psikologi Industri Organisasi :
Drs. Muh. Bachtiar, MM.

Kadep Psikologi Islami, Psikologi Umum, dan Psikologi Eksperimen :
Sus Budiharto, S.Psi., Psikolog

Kadep Psikologi Perkembangan, Psikologi Pendidikan, & Psikologi Klinis:
Hepi Wahyuningsih, S. Psi

Koordinator Laboratorium Psikologi :
Uly Gusniarti, S. Psi

3.1.5. Sarana Pendukung

Untuk memperlancar poses belajar mengajar dan mengoptimalkan hasil serta mutu lulusannya, Fakultas Psikologi UII memandang perlu menghadirkan sarana pendukung berupa perpustakaan, laboratorium, ruang audiovisual, biro konsultasi dan testing psikologi, jurnal ilmiah, diklat, *colloquium*, dan diskusi ilmiah.

1. Perpustakaan

Untuk mendukung kegiatan belajar mengajar di Fakultas Psikologi UII disediakan perpustakaan yang dibuka mulai pukul 08.00 WIB sampai dengan pukul 14.00 WIB. Hingga saat ini koleksi yang dimiliki terdiri lebih dari 4000 judul buku. Selain itu, Perpustakaan Fakultas Psikologi juga memiliki copy jurnal dari *American Psychological Association (APA)* untuk semua Bidang Psikologi. Selain itu, juga dilengkapi dengan fasilitas internet yang dapat diakses oleh mahasiswa secara gratis.

2. Laboratorium

Disiplin Psikologi menuntut mahasiswa agar berlatih mengaplikasikan pengetahuannya. Untuk itu fasilitas laboratorium mutlak diperlukan. Fakultas Psikologi UII telah mengembangkan tiga laboratorium yang terdiri dari: Laboratorium Psikologi Faal, Laboratorium Psikologi Eksperimen, dan Laboraturium Psikodianostik. Ketiganya telah aktif digunakan sebagai sarana pendalaman kuliah. Bahkan, laboratorium psikodiagnostik telah dipandang sebagai laboratorium yang baik di Yogyakarta dan representatif untuk digunakan dalam kegiatan testing atau wawancara Psikologi Profesional.

3. Ruang Audio Visual

Fakultas Psikologi UII melengkapi diri dengan ruang audiovisual dengan didukung sarana audiovisual canggih yang meliputi televisi 29inch, *CD room*, dengan didukung oleh ruangan yang kedap suara dan berpendingin ruangan. Ruang ini sangat bermanfaat untuk mendukung perkuliahan dengan didukung oleh tayangan visual dan praktikum Psikologi Eksperimen.

4. Biro Konsultasi dan Testing Psikologi

Biro Konsultasi Psikologi sangat penting artinya guna menunjang penerapan teori psikologi yang telah diperoleh dalam praktek di dunia nyata. Biro Konsultasi ini dikelola oleh dosen Fakultas Psikologi UII bergelar Psikolog, dibantu oleh mahasiswa sebagai asisten. Fakultas Psikologi UII juga memberikan pelayanan testing psikologi bagi pihak yang membutuhkan, baik di lingkungan UII maupun instansi lain.

5. Jurnal Ilmiah

Sebagai lembaga pendidikan tinggi, keberadaan jurnal ilmiah tidak bisa ditinggalkan. Untuk itu Fakultas Psikologi UII menerbitkan secara mandiri Jurnal Psikologika (ISSN: 1410-1289). Jurnal ini memiliki kekhasan dalam perhatiannya yang mendalam untuk Psikologi Islami dan *Indigenous Psychology*. Sebagaimana umumnya jurnal ilmiah yang profesional, kontributor Jurnal Psikologika datang dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia sehingga memiliki jangkauan yang lebih luas. Jurnal Psikologika terbit 2 kali dalam setahun, yaitu pada bulan Januari dan Juli.

3.2. Variabel Penelitian

Pada penelitian yang akan dilakukan ini, variabel penelitian terbagi atas dua variabel yaitu variabel bebas adalah variabel yang tidak dipengaruhi oleh variabel lain, dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah variabel stres (X). Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dapat dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah kinerja mahasiswa (Y).

3.3. Parameter dan Indikator

3.3.1. Stres

Stres merupakan keadaan yang terjadi apabila timbul suatu tuntutan pada diri seseorang yang dianggapnya melebihi batas kemampuan penyesuaian diri seseorang tersebut. Terdapat lima faktor penyebab stres dalam penelitian ini:

- 3.3.1.1 Beban berlebih kuantitatif (X_1) adalah beban berlebih yang timbul karena terlalu banyaknya sesuatu (tugas-tugas kuliah) untuk dikerjakan atau tidak cukup waktu untuk menyelesaikan pekerjaan (tugas-tugas kuliah). Indikatornya adalah:
- Perasaan tertekan ketika harus mengerjakan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus.
 - Perasaan tertekan ketika dituntut untuk mengumpulkan beberapa macam tugas kuliah secara sekaligus pada waktu yang bersamaan.
 - Waktu untuk beristirahat yang sedikit karena menyelesaikan banyak tugas kuliah.
 - Tuntutan untuk mengerjakan dan mengumpulkan tugas kuliah secara tepat dan cermat dalam waktu yang cepat.

- Waktu untuk bergaul yang berkurang karena banyaknya tugas kuliah
- Perasaan tertekan ketika *deadline* pengumpulan tugas sudah dekat.
- Perasaan tertekan ketika diharuskan mencari bahan kuliah/ literatur dalam jumlah yang banyak untuk keperluan mengerjakan tugas-tugas kuliah.

3.3.1.2. Beban berlebih kualitatif (X_2) adalah beban berlebih yang timbul karena dibutuhkannya keahlian dan kemampuan intelektual yang lebih tinggi daripada yang dimiliki.

- Tuntutan belajar giat dan banyak membaca untuk meningkatkan kualitas sebagai mahasiswa.
- Soal- soal ujian/ kuis terlalu sulit untuk dikerjakan.
- Tuntutan menyelesaikan tugas kuliah dengan tingkat mutu yang sulit dicapai.

3.3.1.3. Pengembangan diri (X_3) adalah suatu bentuk upaya yang dilakukan individu (mahasiswa) untuk mengembangkan dirinya, dengan meningkatkan *skill* atau pun kemampuan intelektualnya.

- Mengikuti les Bahasa Inggris untuk meningkatkan *skill* berbahasa Inggris dan kemampuan intelektual.
- Mempelajari bahasa asing lainnya untuk lebih menambah wawasan berbahasa dan intelektual.
- Kemampuan untuk menguasai dan mengoperasikan komputer dengan baik.
- Lebih memilih bekerja sama dengan orang-orang yang lebih pintar dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.
- Sering melakukan *browsing* internet untuk menambah referensi kuliah.
- Tidak boleh puas dengan prestasi kuliah sekarang ini.

- Banyak bertanya kepada dosen ketika jam kuliah maupun diluar jam kuliah.
- Mengikuti kegiatan keorganisasian/ olahraga dikampus untuk menambah wawasan dan *skill*.

3.3.1.4. Kebijakan dan prasarana fakultas (X₄). Stres yang timbul karena kondisi lingkungan berupa kebijakan/ peraturan fakultas yang harus dipatuhi, serta prasarana/ fisik fakultas yang tidak memadai/ kurang memuaskan.

- Perasaan keberatan akan peraturan fakultas yang terlalu kaku.
- Tingginya biaya kuliah mengganggu kelancaran kuliah.
- Pelayanan fakultas secara umum yang kurang memuaskan.
- Peraturan mengenai busana yang digunakan dalam perkuliahan.
- Kewajiban lulus ujian agama (BTAQ) sebagai syarat kelulusan.
- Kewajiban nilai TOEFL minimal 400 sebagai syarat kelulusan.
- Jadwal key-in yang terlalu singkat.
- Jangka waktu pembayaran kuliah yang terlalu singkat.
- KKN hanya membuang-buang waktu dan butuh biaya besar.
- Semester Pendek tidak boleh mengambil mata kuliah baru.
- Jangka waktu peminjaman buku di perpustakaan yang hanya sebentar.
- Denda harian (Rp 1000,00/hari) yang terlalu besar jika terlambat mengembalikan buku.
- Lingkungan belajar tidak nyaman karena gangguan suara.
- Lingkungan belajar tidak nyaman karena gangguan dalam suhu udara.
- Lingkungan belajar tidak nyaman karena gangguan dalam penerangan.
- Fasilitas foto copy yang ada di kampus yang tidak memuaskan.

- Kursi yang dipakai untuk kuliah tidak nyaman.
- Kamar mandi yang bau dan kotor membuat tidak nyaman untuk dipakai.
- Koleksi buku-buku di perpustakaan tidak bisa memenuhi kebutuhan dalam mencari bahan kuliah.
- Pindahnya lokasi perpustakaan menghambat kelancaran belajar.
- Fasilitas hall (untuk bersantai) yang kurang nyaman karena tidak ada kursi.
- Fasilitas kantin yang kurang memuaskan dalam pelayanan/ penyediaan macam makanan.
- Mushola yang tidak tertutup mengganggu kekhusukan beribadah.
- Fasilitas internet yang terlalu sedikit.
- Jam buka perpustakaan kurang fleksibel.
- Fasilitas laboratorium kurang memadai.

3.3.1.5. Hubungan Sosial (X_5) adalah bagaimana hubungan individu (mahasiswa) dengan dosen, teman, keluarga ataupun hubungan dengan hal-hal disekitarnya yang dapat menimbulkan stres.

- Teman berpengaruh terhadap hasil belajar.
- Hubungan dengan teman terlalu formal/kurang akrab.
- Ketergantungan teman kepada kita dalam mengerjakan tugas.
- Kurang mengenal teman-teman di kampus secara mendalam.
- Hubungan dengan dosen dalam proses belajar mengajar terlalu formal/resmi.
- Orang tua menuntut agar mendapatkan nilai yang tinggi dan prestasi baik di kampus.
- Orangtua selalu memotivasi dalam belajar.

- Hubungan dengan orang tua yang tidak baik dapat berpengaruh terhadap prestasi kuliah.
- Kuliah karena tuntutan orang tua.
- Konsentrasi kuliah terganggu karena orang tua tidak memberikan fasilitas yang memadai.
- Merasa bosan kuliah karena kondisi lingkungan kuliah yang tidak kondusif.

3.3.2. Kinerja

Sedangkan kinerja (Y) dapat didefinisikan sebagai tingkat kebutuhan seorang individu, sebagai pengharapan atas pekerjaan yang telah dilakukannya. Parameter sebagai penilai kinerja pada penelitian ini adalah:

3.3.2.1. Kualitas kinerja, adalah hal yang berkaitan dengan ketepatan dalam menyelesaikan pekerjaan, tingkat ketelitian dalam menyelesaikan pekerjaan, kerapihan dalam pelaksanaan pekerjaan, dan hasil dari pekerjaan tersebut. Indikator dari kualitas kinerja mahasiswa yaitu:

- Ketelitian dan kecermatan

Seberapa besar tingkat ketelitian dan kecermatan mahasiswa dalam mengerjakan tugas-tugas kuliahnya.

- Perolehan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK)

Sejauh mana nilai yang dicapai mahasiswa sebagai hasil belajarnya.

- Kerapihan bekerja

Sejauh mana tingkat kerapihan mahasiswa dalam mengerjakan tugas-tugas kuliahnya.

3.3.2.2. Kuantitas kinerja, adalah hal yang berkaitan dengan pelaksanaan tugas reguler yang telah menjadi rutinitas, serta tugas tambahan. Indikator dari kuantitas kinerja mahasiswa adalah:

- Pelaksanaan dan penyelesaian tugas kuliah

Sejauh mana mahasiswa mampu menyelesaikan dan melaksanakan tugas kuliahnya sesuai dengan permintaan dosen.

- Kesediaan untuk kerja lembur

Sejauh mana kesediaan mahasiswa untuk kerja lembur demi penyelesaian tugas-tugas kuliahnya.

3.3.2.3. Ketangguhan/ kehandalan, adalah hal yang berkaitan dengan ketaatan mengikuti peraturan yang berlaku, inisiatif dalam melaksanakan pekerjaan, ketepatan waktu kehadiran dan penyelesaian tugas, serta kedisiplinan. Indikator dari ketangguhan/ kehandalan adalah:

- Kehadiran di kelas

Seberapa besar tingkat kehadiran mahasiswa di kelas.

- Penguasaan dan pemahaman terhadap materi kuliah

Sejauh mana mahasiswa memahami, dan menguasai materi kuliahnya.

- Kedisiplinan

Apakah cara kerja ataupun perilaku mahasiswa sesuai dengan tata tertib dan peraturan yang berlaku di fakultas.

- Partisipasi di kelas

Sejauh mana partisipasi mahasiswa dalam kegiatan belajar di kelas.

- Pemanfaatan waktu

Sejauh mana mahasiswa mampu memanfaatkan waktu dengan baik dalam melaksanakan dan mengerjakan tugas-tugas kuliahnya.

- Kemampuan dan kemauan belajar

Seberapa besar kemampuan dan kemauan belajar mahasiswa.

- Kemandirian

Seberapa besar tingkat kemandirian mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliahnya.

- Kepercayaan diri sendiri

Tingkat kepercayaan diri sendiri akan kemampuan mengerjakan tugas-tugas kuliah.

- Kerajinan diri sendiri

Seberapa besar tingkat kerajinan diri sendiri dalam mengerjakan tugas kuliah.

- Kecepatan berfikir dan bertindak

Tingkat kecepatan berfikir dan bertindak dalam mengerjakan tugas

- Inisiatif belajar.

- Seberapa besar tingkat inisiatif mahasiswa untuk belajar tanpa ada paksaan.
- Apakah mahasiswa mampu memberikan ide membangun dan saran-saran demi kelancaran tugas-tugas kuliahnya.

3.3.2.4. Sikap adalah hal-hal yang berkaitan dengan sikap yang menunjukkan seberapa jauh tanggung jawab terhadap pelaksanaan pekerjaan, serta tingkat kemampuan seseorang untuk bekerja sama dengan orang lain dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.

- Kemampuan menyesuaikan diri

Sejauh mana tingkat kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan kampus, orang-orangnya, serta tugas-tugas kuliah yang diberikan.

- Kemampuan bekerja sama

Sejauh mana kemampuan mahasiswa untuk bekerja sama dengan orang lain dalam mengerjakan tugas-tugas kuliah.

- Sopan santun.

Sejauh mana tingkat kesopanan dan rasa hormat (menghormati) mahasiswa terhadap teman ataupun dosen.

- Tanggung jawab

Seberapa besar tingkat tanggung jawab mahasiswa dalam melaksanakan tugas-tugas kuliahnya.

3.4. Uji Instrumen Penelitian

3.4.1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sejauh mana kemampuan instrumen penelitian mengukur hal-hal yang harus diukur. Adapun langkah-langkah untuk menguji validitas adalah sebagai berikut, (1) mendefinisikan secara operasional konsep yang akan diukur, (2) melakukan uji coba skala pengukur tersebut pada sejumlah responden, (3) mempersiapkan tabel tabulasi jawaban, (4) menghitung korelasi antara masing-masing pernyataan.

Dalam penelitian ini, uji validitas kuisioner menggunakan korelasi *product moment* dengan perhitungan menggunakan seri program *SPSS.11 for*

Windows. Kriteria yang menyatakan bahwa butir kuisisioner tersebut valid apabila $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$. Jika nilai butir kurang dari $r\text{-tabel}$, maka pernyataan dinyatakan gugur. Ketika pada perhitungan validitas didapat butir yang tidak valid, maka butir tersebut dikeluarkan, dan proses analisis diulang kembali untuk butir yang valid saja. Pengulangan analisis validitas tersebut dilakukan berulang kali sehingga seluruh butir yang dianalisis dinyatakan valid.

3.4.1.1. Uji Validitas pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif (X_1)

Dalam penelitian ini, untuk mengukur validitas dan reliabilitas, jumlah responden yang diambil sebanyak 30 orang dan dianggap sudah memenuhi syarat. Pada putaran pertama, dari jumlah 7 butir pernyataan, didapat 6 butir pernyataan yang dinyatakan valid (pernyataan nomor 3 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 6 butir yang valid saja, dan didapat 5 butir pernyataan yang valid (pernyataan nomor 5 gugur). Sisa pernyataan yang valid tersebut dianalisis kembali dan dinyatakan kelima butir tersebut valid.

Tabel 3.2
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif (X_1)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
1.	0,6397	0,2407	Valid
2.	0,6814	0,2407	Valid
3.	0,1566	0,2407	Tidak Valid
4.	0,7739	0,2407	Valid
5.	0,2372	0,2407	Tidak Valid
6.	0,7022	0,2407	Valid
7.	0,6823	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

3.4.1.1. Uji Validitas pernyataan Beban Berlebih Kualitatif (X_2)

Pada putaran pertama, dari jumlah 3 butir pernyataan, didapat 2 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 9 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 2 butir yang valid saja, dan didapat kedua butir tersebut valid.

Tabel 3.3
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Beban Berlebih Kualitatif (X_2)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
8.	0,4558	0,2407	Valid
9.	0,0395	0,2407	Tidak Valid
10.	0,4558	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

3.4.1.3. Uji Validitas pernyataan Pengembangan Diri (X_3)

Pada putaran pertama, dari jumlah 8 butir pernyataan, didapat 6 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 14 dan 18 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 6 butir yang valid saja, dan didapat keenam butir tersebut valid.

Tabel 3.4
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Pengembangan Diri (X_3)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
11.	0,3234	0,2407	Valid
12.	0,4590	0,2407	Valid
13.	0,6043	0,2407	Valid
14.	0,0113	0,2407	Tidak Valid
15.	0,4618	0,2407	Valid
16.	0,3806	0,2407	Valid
17.	0,5762	0,2407	Valid
18	- 0,1261	0,2407	Tidak Valid

Sumber: Data Primer Diolah

3.4.1.4. Uji Validitas pernyataan Kebijakan dan Prasarana Fakultas (X₄)

Pada putaran pertama, dari jumlah 26 butir pernyataan, didapat 21 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 20, 33, 34, 35, dan 37 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 21 butir yang valid saja, dan didapat keseluruhan butir tersebut valid.

Tabel 3.5
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Kebijakan dan Prasarana Fakultas (X₄)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
19.	0,5416	0,2407	Valid
20.	0,0576	0,2407	Tidak Valid
21.	0,6971	0,2407	Valid
22.	0,3946	0,2407	Valid
23.	0,5340	0,2407	Valid
24.	0,3900	0,2407	Valid
25.	0,5952	0,2407	Valid
26.	0,3889	0,2407	Valid
27.	0,2614	0,2407	Valid
28.	0,3032	0,2407	Valid
29.	0,5552	0,2407	Valid
30.	0,6065	0,2407	Valid
31.	0,5864	0,2407	Valid
32.	0,4988	0,2407	Valid
33.	0,2191	0,2407	Tidak Valid
34.	0,1369	0,2407	Tidak Valid
35.	0,1905	0,2407	Tidak Valid
36.	0,4516	0,2407	Valid
37.	0,0234	0,2407	Tidak Valid
38.	0,5146	0,2407	Valid
39.	0,3583	0,2407	Valid
40.	0,3331	0,2407	Valid
41.	0,2489	0,2407	Valid
42.	0,4180	0,2407	Valid
43.	0,3039	0,2407	Valid
44.	0,3744	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

3.4.1.5. Uji Validitas pernyataan Hubungan Sosial (X_5)

Pada putaran pertama, dari jumlah 11 butir pernyataan, didapat 6 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 45, 46, 47, 52, dan 54 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 6 butir yang valid saja, dan didapat keenam butir tersebut valid.

Tabel 3.6
Hasil Pengukuran Validitas Pernyataan Hubungan Sosial (X_5)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
45.	0,2353	0,2407	Tidak Valid
46.	0,1992	0,2407	Tidak Valid
47.	0,0984	0,2407	Tidak Valid
48.	0,3477	0,2407	Valid
49.	0,4441	0,2407	Valid
50.	0,4668	0,2407	Valid
51.	0,2789	0,2407	Valid
52.	-0,071	0,2407	Tidak Valid
53.	0,5693	0,2407	Valid
54.	0,0611	0,2407	Tidak Valid
55.	0,2667	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

3.4.1.6. Uji Validitas Kinerja (Y)

Pada putaran pertama, dari jumlah 21 butir pernyataan, didapat 16 butir pernyataan yang dikatakan valid (pernyataan nomor 5, 8, 18, 19, dan 20 gugur). Karena terdapat butir yang gugur, maka dilakukan analisis kembali terhadap 16 butir yang valid saja, dan didapat keseluruhan butir tersebut valid.

Tabel 3.7
Hasil Pengukuran Validitas Kinerja (Y)

No	Pearson Correlation	r-tabel	Status
1.	0,4660	0,2407	Valid
2.	0,5178	0,2407	Valid
3.	0,2898	0,2407	Valid
4.	0,6363	0,2407	Valid

5.	0,0836	0,2407	Tidak Valid
6.	0,5361	0,2407	Valid
7.	0,6300	0,2407	Valid
8.	0,1344	0,2407	Tidak Valid
9.	0,5888	0,2407	Valid
10.	0,7128	0,2407	Valid
11.	0,6058	0,2407	Valid
12.	0,6224	0,2407	Valid
13.	0,7483	0,2407	Valid
14.	0,5549	0,2407	Valid
15.	0,6717	0,2407	Valid
16.	0,7349	0,2407	Valid
17.	0,4073	0,2407	Valid
18.	0,1966	0,2407	Tidak Valid
19.	-0,0520	0,2407	Tidak Valid
20.	0,0564	0,2407	Tidak Valid
21.	0,4982	0,2407	Valid

Sumber: Data Primer Diolah

3.4.2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dimaksudkan untuk mengetahui tingkat konsistensi terhadap instrumen-instrumen yang mengukur konsep. Reliabilitas merupakan syarat untuk tercapainya validitas suatu kuisisioner dengan tujuan tertentu. Pengukuran reliabilitas untuk penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Apabila nilai *Cronbach's Alpha* semakin mendekati angka 1 berarti semakin tinggi konsistensi internal reliabilitasnya. Nilai *Cronbach's Alpha* antara 0,80-1, maka dikatakan reliabilitasnya baik. Nilai *Cronbach's Alpha* antara 0,60-0,79 dikatakan reliabilitasnya diterima, dan jika nilai *Cronbach Alpha* kurang dari 0,60 dikategorikan reliabilitas kurang baik (Sekaran, 1992; 312).

3.4.2.1. Uji Reliabilitas pernyataan Beban Berlebih Kuantitatif (X_1)

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,8843 yang artinya 5 butir pernyataan untuk mengukur variabel beban berlebih kuantitatif dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

3.4.2.2. Uji Reliabilitas pernyataan Beban Berlebih Kualitatif (X_2)

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,6220 yang artinya 2 butir pernyataan untuk mengukur variabel beban berlebih kualitatif dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

3.4.2.3. Uji Reliabilitas pernyataan Pengembangan Diri (X_3)

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,7240 yang artinya 6 butir pernyataan untuk mengukur variabel pengembangan diri dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

3.4.2.4. Uji Reliabilitas pernyataan Kebijakan Dan Prasarana Fakultas (X_4)

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,8595 yang artinya 21 butir pernyataan untuk mengukur variabel kebijakan dan prasarana fakultas dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

3.4.2.5. Uji Reliabilitas pernyataan Hubungan Sosial (X₅)

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,6587 yang artinya 6 butir pernyataan untuk mengukur variabel kebijaksanaan dan prasarana fakultas dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

3.4.2.6. Uji Reliabilitas Kinerja (Y)

Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya sebesar 0,9013 yang artinya 16 butir pernyataan untuk mengukur variabel pengembangan diri dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat diuji cobakan kembali.

3.5. Data dan Metode Pengambilan Data

3.5.1. Jenis Data

Data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah:

- Data primer mencakup data stres dan kinerja mahasiswa yang diperoleh dari hasil pengisian jawaban atas pernyataan yang ada pada kuisioner oleh responden.
- Data sekunder yang merupakan data litelatur dan sumber lain yang relevan dengan obyek penelitian ini.

3.5.2. Metode Pengambilan Data

Dalam mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan penelitian, mulai dari latar belakang permasalahan, obyek permasalahan, dan data yang dapat diolah

untuk dapat menjawab pertanyaan yang ada, penulis menggunakan beberapa metode pengambilan data. Berikut metode yang digunakan, yaitu:

1. Kuisisioner

Alat yang dipergunakan untuk pengambilan data adalah alat berupa kuisisioner atau angket yang berisikan daftar pernyataan sebagai metode utama dalam rangka memperoleh kelengkapan data. Terdapat dua angket kuisisioner yang disebarkan kepada responden pada penelitian ini, yaitu kuisisioner tingkat stres dan kuisisioner evaluasi kinerja mahasiswa.

Skala yang digunakan untuk mengukur variabel stres dan kinerja adalah dengan menggunakan rentang skala *Likert*. Menurut Kinneer dalam Umar (2001, 132), skala *Likert* ini berhubungan dengan sikap seseorang terhadap sesuatu. Namun, dalam penelitian ini dilakukan modifikasi yaitu setiap pernyataan disediakan empat alternatif jawaban. Responden diminta untuk memilih salah satu jawaban. Pilihan jawaban pada kuisisioner stres yaitu: SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), dan STS (sangat tidak setuju). Sedangkan pilihan jawaban pada kuisisioner kinerja yaitu: SB (sangat baik), B (baik), K (kurang), dan KS (kurang sekali). Untuk pilihan jawaban N (netral) tidak dimasukkan untuk menghindari kecenderungan memberi jawaban yang netral.

Setiap nilai diberi skor numerik. Skor numerik atas jawaban responden terdiri dari 4 (empat) poin, yaitu skor yang berurutan dari angka 1 sampai dengan

4. Penilaian untuk masing-masing pilihan jawaban diberi skor sebagai berikut:

SS dan SB = diberi bobot jawaban 4

S dan SB = diberi bobot jawaban 3

TS dan K = diberi bobot jawaban 2

STS dan KS = diberi bobot jawaban 1

Semakin tinggi nilai stres yang dimiliki oleh responden, maka akan semakin tinggi pula nilai stres yang dialami oleh responden tersebut. Dan semakin tinggi nilai kinerja, maka semakin tinggi pula kinerja mahasiswa tersebut.

2. Metode Kepustakaan

Studi pustaka dimaksudkan untuk mendukung landasan teori dan membantu berpikir secara komprehensif untuk menganalisis data yang diperoleh dalam penelitian.

3.6. Populasi dan Sampel.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia tahun angkatan 2002 hingga 2004 yang berjumlah 683 orang, dengan rincian: angkatan 2002 sejumlah 164 orang, angkatan 2003 sejumlah 191 orang, dan angkatan 2004 sejumlah 328 orang. Pada penelitian ini untuk memilih responden digunakan metode *Stratified Random Sampling* (Umar, 2001: 114). Dengan metode ini dilakukan proses pembagian atau pengelompokan populasi, yang kemudian diikuti dengan pemilihan secara acak pada subyek dari setiap kelompok tersebut. Pembagian kelompok dari populasi yang dipilih dalam penelitian ini dilakukan dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu yaitu berdasarkan tahun angkatan mahasiswa, yang kemudian diambil beberapa responden sebagai sampel penelitian.

Menurut Arikunto (1983: 94), dalam menentukan jumlah sampel yang dikehendaki sebagai responden, apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika subjeknya besar, dapat diambil antara 10%-15%, atau 20%-25% atau lebih, tergantung setidaknya dari:

- a. Kemampuan peneliti dilihat dari segi waktu, biaya, dan tenaga
- b. Sempitnya luas wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data.
- c. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti.

Pada penelitian ini, responden yang akan diambil sebagai sampel sejumlah 100 orang mahasiswa dari total populasi sebesar 683 mahasiswa, dan pengambilan sejumlah sampel tersebut dinilai telah dapat mewakili populasi yang ada. Meskipun pengambilan sampel secara acak, tetapi tetap diperhatikan jumlah populasi mahasiswa pria dan wanita agar perbandingan jumlahnya cukup seimbang. Hal ini diperlukan, mengingat salah satu hipotesis dalam penelitian ini adalah menyangkut perbandingan tingkat stres mahasiswa pria dan wanita. Untuk mengambil sampel sebesar 100 orang perlu dicari faktor pembanding dari tiap subpopulasi yang sering disebut *sample fraction (f)*. *Sample fraction* didapat dengan cara membandingkan jumlah elemen tiap subpopulasi dengan jumlah seluruh elemen populasi sehingga didapat masing-masing *sample fraction*-nya

Tabel 3.8
Perbandingan Jumlah Populasi dan Sampel

Sub populasi	Nilai f	Populasi	Sampel
Mahasiswa Angkatan 2002	0,24	164	24
Mahasiswa Angkatan 2003	0,28	191	28
Mahasiswa Angkatan 2004	0,48	328	48
JUMLAH	1	683	100

$f = \text{sample fraction}$

3.7. Metode Analisis

Penelitian yang akan dilakukan ini didasarkan pada dua metode analisis yaitu:

1. Analisis Kualitatif

Analisis ini berdasarkan pada data yang dikumpulkan dari daftar pernyataan (kuisisioner) yang diedarkan kepada para mahasiswa sebagai obyek dari penelitian. Selain itu, data dikumpulkan pula dari studi pustaka untuk membantu berpikir secara komprehensif dan mendukung landasan teori dalam menganalisis data.

2. Analisis Kuantitatif

Analisis kuantitatif adalah analisa data secara matematis statistika dengan menggunakan bentuk-bentuk perhitungan. Dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres kerja dan kinerja pada mahasiswa Fakultas Psikologi UII.

3.8. Alat Analisis

Alat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Analisis Regresi Berganda

Dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda untuk menguji apakah stres mempengaruhi secara signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta. Pengujian ini dengan memasukkan nilai variabel stres kerja ke dalam model sebagai prediktor terhadap kinerja karyawan. Jika terdapat nilai R^2 yang signifikan, berarti tingkat stres kerja berpengaruh secara signifikan terhadap kinerja. Rumus regresi berganda (Umar, 2001: 188) adalah:

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \beta_4 X_4 + \beta_5 X_5$$

Keterangan: X	= variabel bebas (stres)
X ₁	= Beban berlebih kuantitatif
X ₂	= Beban berlebih kualitatif
X ₃	= Pengembangan diri
X ₄	= Kebijakan dan prasarana fakultas
X ₅	= Hubungan sosial
Y	= variabel tidak bebas (kinerja)
β_0	= konstanta regresi
$\beta_{1, 2, 3, 4, 5}$	= koefisien regresi

2. Uji Tingkat Rata- Rata

Uji ini dilakukan dengan mengukur nilai tengah atau rata-rata (mean) dari tiap-tiap butir pernyataan dalam kuisioner. Penentuan nilai rata-rata pada kriteria yang merupakan variabel dari stres terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta dilakukan dengan cara membagi jumlah nilai total tiap-tiap kriteria yang didapat dengan jumlah responden dalam penelitian.

Uji tingkat rata-rata (mean ranking) ini bertujuan untuk mengukur derajat atau tingkat stres pada tiap-tiap butir pernyataan yang berkaitan dengan tingkat stres yang dirasakan paling dominan.

3. Uji ANOVA (*Analysis of Variance*)

Analisis ini digunakan untuk menguji apakah terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita. Uji ini dilakukan dengan menggolongkan sampel menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pria dan kelompok wanita untuk mengetahui tingkat stres masing-masing kelompok dan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat stres dari dua kelompok tersebut.

Dalam analisis variansi untuk melakukan pengujian hipotesis, menggunakan nilai fungsi F. Nilai F ditentukan oleh α dan df (*degrees of freedom*). Harga F diperoleh dari rata-rata jumlah kuadrat (*mean square*) antar grup dengan $df = (\text{jumlah variabel}-1)$ dan $(\text{jumlah kasus}-\text{jumlah variabel})$.

3.9. Uji Hipotesis

Melihat data-data yang berhasil dikumpulkan dengan berdasar hipotesis yang sudah ditetapkan, maka untuk membuktikan perlu dilakukan suatu pengujian.

1. Pada hipotesis pertama, diduga ada pengaruh stres yang signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

Penulis memilih alat analisis regresi berganda yaitu dengan memasukkan nilai variabel stres kerja kedalam model sebagai prediktor terhadap kinerja karyawan. Untuk membuktikan hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan perhitungan uji F, yaitu untuk menguji pengaruh semua variabel bebas terhadap variabel terikatnya. Jika terdapat R^2 yang signifikan, berarti tingkat stres kerja berpengaruh secara signifikan terhadap kinerja mahasiswa. Hipotesis yang diajukan yaitu:

$h_0: b_1 = b_2 = 0$, Tidak terdapat pengaruh stres yang signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

$h_a : b_1 \neq b_2 \neq 0$, Terdapat pengaruh stres yang signifikan terhadap kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

2. Hipotesis kedua, diduga variabel pengembangan diri yang paling dominan mempengaruhi kinerja mahasiswa Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

Untuk membuktikan kebenaran hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan penghitungan uji t, dimana:

$h_0 : b_1 = b_2 = 0$, tidak ada pengaruh yang signifikan dari variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat.

$h_a : b_1 \neq b_2 \neq 0$, terdapat pengaruh yang signifikan dari variabel bebas secara bersama-sama atau minimal satu variabel bebas terhadap variabel terikat.

Pengujian dilakukan dengan uji t, dengan membandingkan t hitung dengan tabel pada $\alpha = 0,05$ apabila hasil pengujian menunjukkan:

- a. $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$, maka h_0 ditolak dan h_a diterima, artinya variabel bebas dapat menerangkan variabel terikatnya dan ada pengaruh diantara dua variabel yang di uji.
 - b. $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$, maka h_0 diterima dan h_a ditolak, artinya variabel bebas tidak dapat menerangkan variabel terikatnya dan tidak ada pengaruh diantara dua variabel yang diuji.
3. Sedangkan pada hipotesis ketiga, diduga terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara mahasiswa pria dan wanita di Fakultas Psikologi UII Yogyakarta.

Hipotesis yang diajukan adalah:

$h_0 : b_1 = b_2 = 0$, tidak terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

$h_a : b_1 \neq b_2 \neq 0$, terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

Untuk membuktikan kebenaran hipotesis ini dilakukan dengan penghitungan nilai F_o yang dihitung berdasarkan nilai observasi dari sampel dan F dari tabel, apabila pengujian menunjukkan:

- a. $F_o > F$, maka h_0 ditolak dan h_a diterima, artinya terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

- b. $F_o \leq F$, maka h_a ditolak dan h_o diterima, artinya tidak terdapat perbedaan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin.

