

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi dan sampel yang ditentukan, pengumpulan data dengan menggunakan instrumen penelitian, serta analisis data yang bersifat statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk melihat dan mengukur pengaruh *self regulation* terhadap adaptasi mahasiswa, serta membuktikan hipotesis penelitian dengan hasil statistik.

3.2 Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki dua variabel yang meliputi *self regulation* dan adaptasi mahasiswa. Penelitian ini dilakukan karena ingin melihat bagaimana pengaruh dari *independent variable* (variabel bebas) terhadap *dependent variable* (variabel terikat) yaitu pengaruh *self regulation* terhadap adaptasi pada mahasiswa tahun pertama program reguler Universitas Pembangunan Jaya. Maka *independent variable* dalam penelitian ini adalah *self regulation*, dan *dependent variable* dalam penelitian ini adalah adaptasi mahasiswa. Menurut Sugiyono (2018) *variable independent* (variabel bebas) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab adanya perubahan atau timbulnya *variable dependent* (variabel terikat).

3.2.1 Definisi Operasional

3.2.1.1 *Self Regulation (Short Self Regulation Questionnaire)*

Self regulation merupakan kemampuan seseorang dalam mengarahkan serta memonitor perilaku terhadap suatu pencapaian yang diinginkan, dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial. *Self regulation* diukur dengan menggunakan alat ukur yang telah disusun oleh Carey et al. (2004) dengan merujuk pada tujuh dimensi yang dikemukakan oleh Miller dan Brown pada tahun 1991. Tujuh tahapan *self regulation* meliputi *receiving relevant information*,

evaluating information, triggering change, searching for options, formulating a plan, implementing a plan, dan assessing the effectiveness of the plan.

Definisi *operasional self regulation* diukur dengan menggunakan skor total yang didapatkan dari setiap subjek, dimana hal ini sejalan dengan pernyataan Carey *et al.* (2004) bahwa membagi *self regulation* ke dalam tujuh dimensi tetapi akhirnya pada semua dimensi di total menjadi satu. Sehingga, semakin besar skor yang didapatkan maka semakin besar kecenderungan *self regulation* yang dimiliki.

3.2.1.2 Adaptasi Mahasiswa (*Student Adaptation To College*)

Adaptasi mahasiswa merupakan suatu kemampuan yang dilakukan mahasiswa untuk menyesuaikan dirinya di lingkungan perguruan tinggi dalam meraih keberhasilan diperguriahannya. *Student adaptation to college* diukur dengan menggunakan alat ukur yang telah disusun dan dipublikasikan oleh Baker dan Syrik pada tahun 1989 dengan merujuk empat dimensi. empat dimensi adaptasi mahasiswa meliputi *academic adjustment, social adjustment, personal-emotional adjustment, dan institutional attachment*. Definisi operasional adaptasi mahasiswa diukur dengan menggunakan skor total yang didapatkan dari setiap subjek, dimana hal ini sejalan dengan pernyataan Baker dan Syrik (1986) bahwa membagi adaptasi mahasiswa ke dalam empat dimensi tetapi pada semua dimensi di total menjadi satu. Sehingga, semakin besarnya skor yang didapatkan maka semakin tinggi adaptasi mahasiswa yang dimiliki.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Jumlah populasi mahasiswa baru yang memasuki semester pertama di Universitas Pembangunan Jaya pada tahun akademik 2021/2022 program reguler diketahui berdasarkan data Biro Administrasi Pendidikan (BAP) pada tanggal 23 Agustus 2021 sebanyak 607 mahasiswa. Data sebaran populasil dapat dilihat selengkapnya pada tabel 3.1

Tabel 3.1 Tabel Sebaran Populasi Mahasiswa Baru Program Reguler

| No. | Program Studi | Jumlah Mahasiswa |
|-----|--------------------------|------------------|
| 1. | Akuntansi | 37 |
| 2. | Manajemen | 110 |
| 3. | Psikologi | 92 |
| 4. | Ilmu Komunikasi | 123 |
| 5. | Desain Produk | 13 |
| 6. | Desain Komunikasi Visual | 80 |
| 7. | Sistem Informasi | 38 |
| 8. | Informatika | 44 |
| 9. | Arsitektur | 25 |
| 10. | Teknik Sipil | 43 |
| | Total | 607 |

3.3.2 Sampel

Berdasarkan ketentuan jumlah sampel yang dikemukakan Sugiyono (2018) bahwa apabila jumlah populasi 607 dengan menggunakan taraf kesalahan 5% maka sampel yang digunakan untuk mewakili populasi dari penelitian ini sebanyak 221 mahasiswa. Peneliti berencana untuk melakukan pengambilan sampel dengan cara menyebarkan kuesioner dengan bantuan *google form* yang akan diberikan kepada mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya (angkatan 2021), jenis kelamin laki-laki dan perempuan, berusia 18-25 tahun. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan simple random sampling. Sugiyono (2018) *simple random sampling* merupakan desain probabilitas yang mengartikan dimana setiap individu didalam populasi memiliki peluang yang diketahui dan sama untuk dipilih sebagai subjek.

3.5 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua instrumen yang terdiri dari self regulation dan resiliensi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Short Self Regulation Questionnaire* (SSRQ) untuk mengukur variabel *self regulation* dan *Student Adaptation To College Questionnaire* (SACQ) untuk mengukur adaptasi mahasiswa di perguruan tinggi.

3.5.1 Short Self Regulation Questionnaire (SSRQ)

Short Self Regulation Questionnaire (SSRQ) pertama kali dibuat dan dikembangkan oleh Miller dan Brown (1991). Kemudian, SSRQ tersebut dikembangkan oleh Carey, Neal, dan Collins pada tahun 2014 tetapi tetap berlandaskan pada teori Miller dan Brown tahun 1991. Alat ukur SSRQ yang dikembangkan oleh Carey et al., (2004) memiliki reliabilitas awal sebesar 0,92 dengan tingkat korelasi SSRQ dan SRQ 0,96. Alat ukur SSRQ terdapat 31 item yang terdiri dari item-item pada dimensi *self regulation* dari Miller dan Brown (1991). Item tersebut dikembangkan tujuh tahapan *self regulation* yang membentuk subskala rasional. Carey et al. (2004) mengembangkan instrumen *Self Regulation Questionnaire* (SRQ) dengan menjadi 31 item sehingga disebut sebagai *Short Self Regulation Questionnaire* (SSRQ) dengan mewakili tujuh tahapan yang ada dan memiliki *single score*. Alat ukur SSRQ digunakan dengan alasan karena menurut Carey et al. (2004) tidak perlu digunakan maka item tersebut dapat dikeluarkan.

Item yang terdapat dalam SSRQ berlandaskan tujuh tahapan yang terdiri dari *receiving, evaluating, triggering, searching, formulating, implementing, dan assessing* dengan pilihan jawaban sangat tidak setuju bernilai satu sampai empat yang bernilai sangat setuju. Skor untuk penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala *Likert* yang dimulai dari satu sebagai “Sangat Tidak Setuju” sampai dengan empat sebagai “Sangat Setuju”. Tabel 3.1 merupakan tabel sebaran item alat ukur SSRQ dengan memberikan arti bahwa semakin tinggi skor total yang didapatkan dari subjek maka semakin tinggi *self regulation* yang dimiliki, dan sebaliknya bahwa semakin rendah skor total yang didapatkan dari subjek maka semakin rendah *self regulation* yang dimiliki.

Tabel 3.2 Tabel sebaran item *Short Self Regulation Questionnaire (SSRQ)*

| Dimensi | Nomor Item | | Jumlah |
|---|------------------|--------------------|--------|
| | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | |
| <i>Receiving relevant information</i> | 10, 12 | 1, 3, 8, 23, 25 | 7 |
| <i>Evaluating information and comparing norms</i> | 14, 21 | | 2 |
| <i>Triggering change</i> | 26 | | 1 |
| <i>Searching for options</i> | 7, 13, 15, 28 | | 4 |
| <i>Formulation a plan</i> | 27, 9 | 16, 18, 2, 24 | 6 |
| <i>Implementing a plan</i> | 29, 30, 31 | 11, 4, 22 | 6 |
| <i>Assessing the plan's effectiveness</i> | 19, 17, 20, 6 | 5 | 5 |
| Jumlah | | | 31 |

3.5.2 Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)

● *Student Adaptation to College (SACQ)* dikembangkan oleh Baker dan Siryk pada tahun 1986 setelah itu dipublikasikan pada tahun 1989. Alat ukur SACQ terdiri dari 67 item yang dirancang untuk mengukur efektivitas dalam mengevaluasi dan penerapan adaptasi diri sendiri sebagai seorang mahasiswa di perguruan tinggi. Item yang terdapat dalam SACQ berlandaskan empat dimensi yang terdiri dari *academic adjustment*, *social adjustment*, *personal-emotional adjustment*, dan *institutional attachment* dengan pilihan jawaban sangat tidak setuju bernilai satu sampai empat yang bernilai sangat setuju. Skor untuk penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala *Likert* yang dimulai dari satu sebagai “Sangat Tidak Setuju” sampai empat sebagai “Sangat Setuju”. Tabel 3.2 merupakan tabel sebaran item alat ukur SACQ dengan memberikan pengartian bahwa semakin tinggi skor total yang didapatkan dari subjek maka semakin tinggi adaptasi mahasiswa yang dimiliki, dan sebaliknya bahwa semakin rendah skor total yang didapatkan dari subjek maka semakin rendah adaptasi mahasiswa yang dimiliki (Fowler, 2010).

Tabel 3.3 Tabel sebaran item *Student Adaptation To College Questionnaire* (SACQ)

| Dimensi | Nomor item | | Jumlah |
|--------------------------------------|--|---|-----------|
| | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | |
| <i>Academic adjustment</i> | 5, 19, 23, 50, 3, 44, 6, 13, 27, 36, 43, 54, 62, 66 | 32, 58, 17, 29, 10, 21, 25, 39, 41, 52 | 24 |
| <i>Social adjustment</i> | 1, 8, 9, 18, 37, 46, 65, 4, 14, 33, 63, 16, 26, 30 | 42, 48, 56, 22, 51,57 | 20 |
| <i>Personal-emotional adjustment</i> | 31, 24, 55 | 2, 7, 12, 20, 38, 45, 49,64, 11, 28, 35, 40 | 15 |
| <i>Institutional attachment</i> | 67, 15, 53, 47 | 60, 61, 34, 59 | 8 |
| Jumlah | | | 67 |

3.6 Pengujian Psikometri

Pengujian psikometri dilakukan untuk mengetahui reliabilitas dan validitas yang terdapat pada masing-masing skala alat ukur yang digunakan untuk penelitian ini. (Sugiyono, 2018) menyatakan bahwa pengujian reliabilitas dan validitas dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan hasil penelitian yang valid dan reliabel. Reliabilitas yang dilakukan dengan menggunakan JASP versi 0.11.0. serta validitas yang dilakukan penelitian ini dengan menggunakan *construct validity*.

3.6.1 Pengujian Validitas SSRQ dan SACQ

Validitas yang digunakan dalam alat ukur *self regulation* dan *student adaptation to college* adalah validitas ini (*content validity*). Uji *content validity* dilakukan dengan tujuan peneliti ingin melihat sejauh mana isi item alat ukur layak digunakan dalam keselarasan dengan tujuan skala yang diukur (Azwar, 2015). Pada penelitian ini pengujian *construct validity* dilakukan dengan cara uji

keterbacaan alat ukur yang dilakukan oleh dosen pembimbing selaku *expert judgement* yang kemudian akan memberikan keputusan instrumen dapat digunakan perbaikan, ada perbaikan, ataupun memungkinkan adanya perombakan total. Uji keterbacaan yang telah dilakukan menghasilkan bahwa tidak adanya perbaikan yang signifikan dari dosen pembimbing terhadap alat ukur *Short Self Regulation Questionnaire* (SSRQ) dan *Student Adaptation To College Questionnaire* (SACQ).

3.6.2 Pengujian Reliabilitas *Short Self Regulation Questionnaire* (SSRQ)

Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Pada tabel 3.3 menunjukkan bahwa hasil reliabilitas α alat ukur *Short Self Regulation Questionnaire* yang memiliki 31 item dengan sebesar 0,808. Menurut Sugiyono (2018) sebuah alat ukur dapat dikatakan reliabel dan konsisten apabila nilai koefisien reliabilitasnya $\geq 0,6$.

Tabel 3.4 Reliabilitas alat ukur *Short Self Regulation Questionnaire* (SSRQ)

Scale Reliability Statistics

| | Cronbach's α |
|-------|---------------------|
| scale | 0.880 |

Note. Of the observations, 40 were used, 1 were excluded listwise, and 41 were provided.

3.6.3 Hasil Analisis *Short Self Regulation Questionnaire* (SSRQ)

Analisis item merupakan tahap yang penting dilakukan dalam penyusunan alat ukur. Dalam melakukan seleksi dan analisis item, hal yang paling penting adalah daya beda atau diskriminasi item. Daya diskriminasi item adalah sejauh mana item dapat membedakan individu dengan dan tanpa atribut yang diukur (Azwardi, 2014). Hasil analisis item alat ukur SSRQ menunjukkan bahwa terdapat 6 item yang memiliki nilai *item discriminant* $< 0,3$ yang dapat dilihat pada tabel 3.6. Suatu item dikatakan valid apabila nilai *item correlation* $\geq 0,3$. Tetapi apabila nilai *item correlation* $< 0,3$ maka suatu item pertanyaan dikatakan tidak valid (Efriani, 2014).

Enam item tersebut yaitu item nomor 9, 10, 11, 21, 22, dan 30. Hal itu membuat peneliti membuang 6 item tersebut. Setelah item digugurkan, maka seluruh dimensi pada alat ukur SSRQ memiliki hasil reliabilitas diatas 0,6 yang dapat dilihat pada tabel 3.5 sehingga dapat dikatakan baik.

Tabel 3.5 Hasil Analisis Short Self Regulation Questionnaire (SSRQ)

| Dimensi | Nomor Item | Item-rest correlation | |
|---|------------|-----------------------|---------|
| | | Sebelum | Sesudah |
| <i>Receiving relevant information</i> | 10 | -0,096 | |
| <i>Evaluating information and comparing norms</i> | 21 | -0,423 | - |
| <i>Triggering change</i> | - | - | - |
| <i>Searching for options</i> | - | - | - |
| <i>Formulation a plan</i> | 9 | -0,127 | - |
| ● <i>Implementing a plan</i> | 11 | 0,252 | 0,274 |
| | 22 | -0,188 | - |
| | 30 | -0,067 | - |
| <i>Assessing the plan's effectiveness</i> | - | - | - |

3.6.4 Pengujian Reliabilitas Student Adaptation To College Questionnaire (SACQ)

Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Pada tabel 3.3 menunjukkan bahwa hasil reliabilitas α alat ukur *Student Adaptation to Collage Questionnaire* yang memiliki 67 item dengan sebesar 0,952. Menurut Sugiyono (2018) sebuah alat ukur dapat dikatakan reliabel dan konsisten apabila nilai koefisien reliabilitasnya $\geq 0,6$.

Tabel 3.6 Reliabilitas alat ukur Student Adaptation to Collage Questionnaire (SACQ)

| Scale Reliability Statistics | Cronbach's α |
|------------------------------|---------------------|
| scale | 0.952 |

Note. Of the observations, 39 were used, 1 were excluded listwise, and 40 were provided.

3.6.5 Hasil Analisis *Student Adaptation To College Questionnaire* (SACQ)

Analisis item merupakan tahap yang penting dilakukan dalam penyusunan alat ukur. Dalam melakukan seleksi dan analisis item, hal yang paling penting adalah daya beda atau diskriminasi item. Daya diskriminasi item adalah sejauh mana item dapat membedakan individu dengan dan tanpa atribut yang diukur (Azuardi, 2014). Hasil analisis item alat ukur SACQ menunjukkan bahwa terdapat 13 item yang memiliki nilai *item discriminant* <0,3 yang dapat dilihat pada tabel 3.6. Suatu item dikatakan valid apabila nilai *item correlation* $\geq 0,3$. Tetapi apabila nilai *item correlation* < 0,3 maka suatu item pertanyaan dikatakan tidak valid (Efriani, 2014).

Tiga belas item tersebut yaitu item nomor 6, 22, 24, 31, 33, 34, 36, 44, 46, 48, 49, 59, dan 60. Hal itu membuat peneliti membuang 13 item tersebut. Setelah item digugurkan, maka seluruh dimensi pada alat ukur SACQ memiliki hasil reliabilitas diatas 0,6 yang dapat dilihat pada tabel 3.4 sehingga dapat dikatakan baik.

Tabel 3.7 Hasil Analisis *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ)

| Dimensi | Nomor Item | <i>Item-rest correlation</i> | |
|--------------------------------------|------------|------------------------------|---------|
| | | Sebelum | Sesudah |
| <i>Academic Adjustment</i> | 6 | -0,566 | -0,536 |
| | 36 | 0,222 | - |
| | 44 | -0,074 | - |
| <i>Social Adjustment</i> | 22 | -0,028 | - |
| | 33 | -0,185 | - |
| | 46 | 0,198 | - |
| | 48 | 0,140 | 0,127 |
| <i>Personal-emotional adjustment</i> | 31 | -0,457 | - |
| | 24 | 0,276 | 0,277 |
| | 49 | 0,280 | 0,276 |
| <i>Institutional Attachment</i> | 34 | 0,261 | 0,265 |
| | 59 | 0,069 | - |
| | 60 | -0,369 | - |

3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linear sederhana. Peneliti menggunakan analisis regresi linear sederhana dalam penelitian ini dikarenakan peneliti ingin mengetahui seberapa besar pengaruh *self regulation* dan kontribusinya terhadap adaptasi mahasiswa di Universitas Pembangunan Jaya pada masa tahun pertama. Dalam melihat seberapa besar pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya dapat diketahui melalui hasil uji R^2 . Penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis penelitian. Penelitian menggunakan pengujian hipotesis sebagai syarat untuk kelanjutan penggunaan pengujian regresi. Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah data yang digunakan berdistribusi normal atau tidak. Sedangkan, uji linearitas untuk mengetahui dan menentukan apakah linearitas sebaran data adalah linear. Kemudian peneliti melanjutkan dengan menggunakan beragam perhitungan statistik seperti statistik deskriptif, *independent sampe t-test*, dan ANOVA.

3.8 Prosedur Penelitian

Peneliti melakukan beberapa tahapan pada prosedur penelitian. Tahap pertama adalah menentukan topik dan subjek penelitian. Peneliti memilih subjek penelitian dengan kategori mahasiswa yang berada di Universitas Pembangunan Jaya dan tergolong dalam usia 18-25 tahun. Kemudian, peneliti mencari berbagai fenomena berkaitan dengan topik dan subjek penelitian. Tahap berikutnya yaitu peneliti memilih variabel-variabel yang sesuai untuk digunakan dalam penelitian. Selanjutnya, peneliti mengembangkan pertanyaan penelitian dan mencari teori-teori terkait variabel penelitian. Tahapan berikutnya yaitu peneliti melakukan adaptasi alat ukur dengan memberikan kepada dosen pembimbing untuk expert judgement dan uji keterbacaan. Berikutnya peneliti melanjutkan dengan melakukan pilot study yaitu menyebarkan kuesioner secara online kepada subjek penelitian. Hasil dari data kuesioner, peneliti melanjutkan dengan mengolah data kuesioner tersebut untuk mendapatkan hasil validitas dan reliabilitas dari item serta alat ukur yang digunakan dalam penelitian.

Tahapan berikutnya dalam penelitian ini melakukan pengambilan sampel kepada 221 mahasiswa tahun pertama program reguler Universitas Pembangunan Jaya. Peneliti menyebarkan kuesioner kepada responden dengan memberikan kesempatan semua mahasiswa angkatan 2021 dari semua prodi baik mahasiswa berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan untuk berpartisipasi dalam mengisi kuesioner yang telah peneliti sebarkan dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling* dan menyebarkan kuesioner melalui *google form*. Sebelum

Sebelum peneliti menyebarkan sampel asli sebanyak 221 mahasiswa. Peneliti menyebarkan *google form* ke kepada 30 responden. Peneliti merkapitulasi jawaban 30 dan diuji validitas serta reliabilitas didapatkan hasil untuk variabel *self regulation* terdapat enam item gugur dan adaptasi mahasiswa terdapat tiga belas item gugur. Tahap berikutnya peneliti menyebarkan *gform* kepada 221 responden dengan tahapan uji normalitas dan regresi linier sederhana. Selanjutnya penelitian membuat kesimpulan dan saran serta diskusi.

