

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif karena penelitian ini banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasil penelitian ini diwujudkan dalam angka. Dengan tujuan untuk melihat hubungan antara satu variable dengan variable lain. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi di SMA Walisongo Gempol Pasuruan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini ditentukan dengan cara *Random Sampling*.

### B. Identifikasi Variabel

Variabel X : “*self efficacy*”

Variable Y : “kecemasan berbicara”



**Gambar 3.1**  
**Bagan hubungan dua variable *self efficacy* dengan kecemasan berbicara**

### C. Definisi Operasional

#### 1. Kecemasan berbicara

Kecemasan berbicara di depan umum adalah suatu keadaan tidak nyaman yang sifatnya tidak menetap pada diri individu, baik ketika membayangkan maupun pada saat berbicara di depan orang banyak. Kecemasan berbicara didepan yang dimaksud peneliti dalam penelitian ini

adalah kecemasan yang terjadi pada individu ketika melakukan presentasi di depan kelas.

Kecemasan berbicara diukur dengan menggunakan skala kecemasan yang disusun berdasarkan komponen-komponen kecemasan yaitu komponen fisik, komponen behavioral, dan komponen kognitif.

## 2. *Self Efficacy*

*Self efficacy* adalah hal penting bagi setiap seorang untuk menghadapi suatu permasalahan yang harus dihadapi. *self efficacy* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam penerapannya diantaranya mengenai tingkat kemampuan dan orientasi tujuan pembelajaran, dengan kata lain semakin matang seseorang maka hal tersebut akan sangat mempengaruhi *self efficacy*. Suatu keyakinan atau kemampuan atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan yang ada pada dirinya untuk melaksanakan tugas tertentu. *Self efficacy* merupakan hasil dari proses kognitif yang menekankan pada komponen yang dimiliki seseorang untuk menghadapi situasi di masa mendatang.

*Self efficacy* diukur menggunakan skala *self efficacy* yang disusun berdasarkan aspek-aspek *self efficacy* yaitu, level, strength, generality.

### **D. Populasi, Sample, Tehnik Sampling**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek /subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya Sugiyono, (2010). Jumlah siswa di SMA Walisongo Gempol Pasuruan sebanyak 561 siswa. Dengan strata jumlah siswa pada tiap tingkatan kelas sebagai berikut :

**Table 3.1**  
**Daftar jumlah siswa**

no.	kelas	jumlah
1	kelas X	172
2	kelas XI	183
3	kelas XII	206
jumlah		561

Pada penelitian ini peneliti mengambil populasi pada kelas X sebanyak 172 siswa karena peneliti hanya meneliti sebagian dari populasi yang dijadikan sebagai subjek penelitian yang lebih dikenal dengan nama sampel. Sample yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan 60 siswa dari 172 populasi kelas X, karena pada populasi kelas X sangat besar sekali kemungkinan terjadinya kecemasan yang di karenakan masih dininya siswa dalam beradaptasi pada metode pembelajaran yang berbeda pada jenjang sekolah sebelumnya. Menurut Sugiyono (2008) “ sample adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”.

Teknik atau pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel acak atau *random sampling*, yaitu dilakukan dengan jalan memberikan kemungkinan yang sama bagi individu yang menjadi anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel penelitian.

Random yang digunakan adalah *Stratified Random Sampling* yakni suatu organisasi yang berlatar belakang pendidikan yang berstrata. Cara pengambilan sampel yakni dengan mengambil 60 siswa dari 172 populasi siswa kelas X dengan cara mengambil 10 siswa dari tiap kelas secara acak tanpa menentukan karakteristik siswa yang akan dijadikan sampel. Dan

teknik ini dipilih karena peneliti ingin memberikan kesempatan yang sama bagi setiap kelas dalam keseluruhan populasi untuk menjadi sampel dan dipilih secara acak.

Menurut Arikunto (2008) ”penentuan pengambilan sample sebagai berikut : apabila kurang dari 100 lebih baik diambil semua hingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Jika jumlah subjeknya lebih besar dari 100 dapat diambil antara 10-15% atau 20-55% atau lebih tergantung sedikit banyaknya dari:

1. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana
2. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya dana.
3. Besar kecilnya resiko yang di tanggung oleh peneliti yang resikonya besar, tentu saja jika sampelnya besar hasilnya akan lebih baik.

Peneliti mengambil sample 35% dari 172 siswa kelas X, jadi sample sebanyak 60 siswa kelas satu yang ada di SMA Walisongo Gempol Pasuruan.

#### **E. Instrumen Penelitian**

Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa skala, mengacu pada alat ukur aspek atau atribut afektif Azwar (2010).

**Table 3.2**  
**Blue Print Skala Kecemasan Berbicara**

No.	indikator	dimensi	F	UF	jml
1	fisik	a. kegelisahan	1	7	2
		b. anggota tubuh bergetar	2	8	2
		c. banyak keringat	3	9	2

		d. jantung berdetak kencang	4	10	2
		e. merasa lemas	5	11	2
		f. panas dingin	6	12	2
2	behavioral	a. berperilaku menghindar	13	17	2
		b. terganggu	14	18	2
3	kognitif	a. munculnya rasa tidak mampu	21, 29	25	3
		b. munculnya rasa takut	22, 30	26	3
		c. sulit berkonsentrasi	23, 15	27, 19	4
		d. munculnya rasa kehilangan kendali	24, 16	28, 20	4
<b>Jumlah</b>					<b>30</b>

Table 3.3

Blue Print Skala *Self Efficacy*

No.	indikator	dimensi	F	UF	jml
1	level	a. Perencanaan atau pengaturan diri terhadap tindakan yang perlu dilakukan untuk memenuhi tuntutan sebagai remaja	1, 13	7, 21	4
		b. Keyakinan serta usaha untuk dapat mengatasi tugas – tugas yang memiliki derajat kesulitan yang tinggi.	9,19, 25	2, 14, 26	6
2.	Generality	a. Keyakinan diri atas kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi berbagai macam tugas atau aktifitas.	3, 15	9, 20	4

		b. Menampilkan keyakinan atas kemampuan diri dalam situasi – situasi sosial.	10, 23, 27	4, 16, 28	6
3.	Strength	a. Keyakinan bahwa besarnya usaha yang dilakukan dapat mencapai tujuan atau tuntutan yang harus dicapai.	5, 17, 29	11, 23	5
		b. Tingkat ketahanan diri dalam usaha atau tindakan yang dilakukan	12, 24, 30	6,18	5
<b>Jumlah</b>					<b>30</b>

Angket tersebut dalam penelitian ini menggunakan Skala *Likert* dengan alternatif pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), dan Tidak Sesuai (TS), melalui pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*. Pada pernyataan *favorable* nilai bergerak dari empat sampai satu. Pilihan Sangat Sesuai (SS) diskor 4, Sesuai (S) diskor 3, Kurang Sesuai (KS) diskor 2, Tidak Sesuai (TS) diskor 1, sebaliknya pada pernyataan *unfavorable* nilai bergerak dari satu sampai empat. Pilihan Sangat Sesuai (SS) diskor 1, Sesuai (S) diskor 2, Kurang Sesuai (KS) diskor 3, Tidak Sesuai (TS) diskor 4. Adapun alasan penghilangan jawaban ditengah (Netral atau Ragu-Ragu) karena: a) kategori ragu-ragu memiliki arti ganda, bisa diartikan netral, setuju, tidak setuju, bahkan ragu-ragu. b) tersedianya jawaban yang di tengah menimbulkan kecenderungan menjawab ke tengah (*central tendency effect*) terutama bagi mereka yang ragu-ragu atas arah kecenderungan jawabannya ke arah setuju atau tidak setuju. c) maksud kategori jawaban SS-S-TS-ST

adalah terutama untuk melihat kecenderungan responden ke arah setuju atau ke arah tidak setuju (Rini dalam Suhadianto, 2006).

## F. Uji Coba Instrumen Penelitian

### 1. Skala Kecemasan Berbicara

Dari 30 item yang di uji keseluruhan item dinyatakan valid dengan taraf kepercayaan 95%. Nomer aitem skala kecemasan berbicara yang valid adalah

**Table 3.4**  
**Validitas Skala Kecemasan Berbicara**

No.	Dimensi	F	UF	jml
1	g. Kegelisahan	1	7	2
	h. anggota tubuh bergetar	2	8	2
	i. banyak keringat	3	9	2
	j. jantung berdetak kencang	4	10	2
	k. merasa lemas	5	11	2
	l. panas dingin	6	12	2
2	c. berperilaku menghindar	13	17	2
	d. terguncang	14	18	2
3	e. munculnya rasa tidak mampu	21, 29	25	3
	f. munculnya rasa takut	22, 30	26	3
	g. sulit berkonsentrasi	23, 15	27, 19	4
	h. munculnya rasa kehilangan kendali	24, 16	28, 20	4
Jumlah				30

Dari hasil penelitian reliabilitas item yang valid pada skala kecemasan berbicara, diperoleh koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,939. Angka tersebut dapat dikatakan sangat reliabel karena menurut azwar (2003), koefisien yang tinggi adalah yang mendekati angka 1,00.

## 2. Skala *Self Efficacy*

**Table 3.5**  
**Validitas Skala *Self Efficacy***

No.	Dimensi	F	UF	Jml
1	c. Perencanaan atau pengaturan diri terhadap tindakan yang perlu dilakukan untuk memenuhi tuntutan sebagai remaja	1, 13	21	3
	d. Keyakinan serta usaha untuk dapat mengatasi tugas – tugas yang memiliki derajat kesulitan yang tinggi.	9, 19, 25	2, 14, 26	6
2	c. Keyakinan diri atas kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi berbagai macam tugas atau aktifitas.	3, 15	9, 20	4
	d. Menampilkan keyakinan atas kemampuan diri dalam situasi – situasi sosial.	10, 23, 27	4, 16, 28	6
3.	c. Keyakinan bahwa besarnya usaha yang dilakukan dapat mencapai tujuan atau tuntutan yang harus dicapai.	5, 17, 29	11, 23	5
	d. Tingkat ketahanan diri dalam usaha atau tindakan yang dilakukan	12, 24, 30	6,18	5
jumlah				29



Dari table diatas dapat dilihat bahwa dari 30 item skala self efficacy, ada 29 aitem yang valid dengan r table 0,266 yaitu item 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30. Item – item yang valid itulah yang dijadikan alat ukur untuk penelitian. Dari hasil penelitian reliabilitas item yang valid pada skala kecemasan berbicara, diperoleh koefisien *cronhbach alpha* sebesar 0,894. Angka tersebut dapat dikatakn sangat reliabel karena menurut azwar (2003), koefisien yang tinggi adalah yang mendekati angka 1,00.

## G. Analisis Data

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan statistic deskriptif, sebelumnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas terhadap butir-butir kuesioner dilakukan dengan metode *Pearson's Product Moment*. Jadi, metode analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Analisis korelasi Product Moment* yang merupakan analisis korelasi suatu hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya (Muhid, 2010). Analisis data ini akan menggunakan bantuan program komputer *SPSS*.

Sedangkan pengukuran reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach's*. Analisa data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana, yang sebelumnya dilakukan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas, uji linearitas, dan uji homegenitas. Analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui hubungan self effikasi terhadap kecemasan berbicara.