

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional yang bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2013). Penyusunan desain penelitian merupakan tahap perencanaan penelitian yang disusun secara logis dan mampu memvisualisasikan rencana dan proses penelitian secara praktis.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional antara variabel *hardiness* (X1) dan regulasi emosi (X2) dengan kecemasan (Y). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *hardiness* dan regulasi emosi dengan kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2000) variabel merupakan objek penelitian atau bisa dikatakan sebagai apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.

Dalam penelitian ini beberapa variabel yang akan dikaji adalah:

1. Variabel Bebas (X1) : *Hardiness*
2. Variabel Bebas (X2) : Regulasi Emosi
3. Variabel Terikat (Y) : Kecemasan



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## C. Definisi Operasional

Definisi operasional dikemukakan dengan tujuan untuk memudahkan analisis dan menghindari kesalahan penafsiran, maka peneliti merasa perlu untuk menjelaskan konsep-konsep dalam penelitian yaitu konsep operasional untuk masing-masing variabel penelitian.

### 1. Kecemasan pada Mahasiswa

Perasaan yang dirasakan mahasiswa mengenai suasana hati, pikiran, motivasi, perilaku serta ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengenai suatu masalah atau tidak adanya rasa aman.

### 2. *Hardiness*

Suatu gambaran karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif yang dihadapi.

### 3. Regulasi Emosi

Pengaturan emosi didalam diri yang dapat memahami, dan memiliki emosi yang dirasakan tanpa perlu menambahi atau mengurangi emosi itu sendiri.

## D. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau angkatan 2010, 2011 dan 2012 dengan jumlah 279 orang. Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007).

Berikut data populasi mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau yang sedang mengerjakan skripsi :

**Tabel 3.1**

**Data Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau**

Angkatan	Jumlah Mahasiswa
2010	50
2011	74
2012	155
Jumlah	279

Sumber : Data Akademik Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau 2017

## 2. Sampel Penelitian

Martono (2012), menjelaskan sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri atau keadaan tertentu yang diteliti. Bambang Prasetyo (2005) untuk pengambilan sampel peneliti menggunakan rumus Slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1+(Ne^2)}$$

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

e : Batas Toleransi Kesalahan (*error tolerance*)

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sehingga, jumlah sampel pada penelitian ini adalah :

$$n = \frac{N}{1+(Ne^2)}$$

$$n = \frac{279}{1+(279*0.05^2)}$$

$$n = \frac{343}{1+(279*0.0025)}$$

$$n = \frac{279}{1+0.6975}$$

$$n = \frac{279}{1.6975}$$

$$n = 164.3593$$

$$= 164$$

Jadi, sampel penelitian ini adalah 164 mahasiswa.

### 3. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Secara umum subjek pada penelitian ini berjumlah 164 mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau.

#### a. Gambaran subjek berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan jenis kelamin pada subjek penelitian maka diperoleh gambaran penyebaran subjek penelitian sebagai berikut :

**Tabel 3.2**  
**Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Jumlah (N)	Persentase (%)
Perempuan	130	79,3%
Laki-laki	34	20,7%
<b>Total</b>	<b>164</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel 4.1 jumlah subjek yang berjenis kelamin perempuan merupakan subjek yang berjumlah lebih banyak jika



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dibandingkan dengan subjek yang berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 130 subjek dari 164 subjek.

### b. Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan

Berdasarkan angkatan pada subjek penelitian maka diperoleh gambaran penyebaran subjek penelitian sebagai berikut :

**Tabel 3.3**

<b>Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan</b>		
<b>Angkatan</b>	<b>Jumlah (N)</b>	<b>Persentase (%)</b>
2010	7	4,3%
2011	37	22,5%
2012	120	73,2%
<b>Total</b>	<b>164</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.2 jumlah subjek angkatan 2012 merupakan subjek yang berjumlah lebih banyak yaitu sebanyak 120 subjek dari 164 subjek, jika dibandingkan dengan usia subjek yang lainnya.

## 4. Teknik Pengambilan Sampel

Untuk menentukan siapa yang menjadi sampel dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan teknik *sampling insidental*. Sampling insidental adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan atau insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2013).

### E. Metode Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2002), metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Ada beberapa metode pengumpulan data, yaitu wawancara dan skala.



Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala. Skala menurut Arikunto (2002) adalah sejumlah pertanyaan ataupun pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari respon dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ingin diketahui. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan 3 skala, yaitu skala kecemasan, skala *hardiness*, dan skala regulasi emosi. Skala kecemasan merupakan skala yang dibuat sendiri berdasarkan konsep Blackburn dan Davidson (1990), skala *hardiness* yang dibuat sendiri dari aspek-aspek menurut Kobasa (dalam Kinder, 2005), dan skala regulasi emosi yang dibuat sendiri dari aspek-aspek menurut Gross (2007).

## 1. Alat Ukur Penelitian

### a. Alat Ukur Variabel Kecemasan

Variabel kecemasan akan diukur dengan menggunakan skala kecemasan yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang timbul pada subjek yang mengalami kecemasan yang diungkapkan oleh Blackburn dan Davinson (1990) mengemukakan aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan dalam lima reaksi yaitu suasana hati, pikiran, motivasi, perilaku, dan gerakan biologis. Penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral, sehingga penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindar jawaban yang mengelompok. Empat alternatif jawaban tersebut, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) yang terdiri dari pernyataan favorabel dan unfavorabel. Untuk keperluan analisis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



kuantitatif, maka jawaban diberi skor berkisar dari nilai 1 (satu) hingga 4 (empat).

**Tabel 3.4**  
**Blue print skala kecemasan**

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1	Suasana hati	1,3,5,7	2,4,6,8	8
2	Pikiran	9,11,13,15	10,12,14,16	8
3	Motivasi	17,19,21,23	18,20,22,24	8
4	Prilaku	25,27,29,31	26,28,30,32	8
5	Gerakan biologis	33,35,37,39	34,36,38,40	8
	Jumlah	20	20	40

#### b. Alat Ukur Variabel *Hardiness*

Variabel *hardiness* diukur dengan menggunakan skala *hardiness* yang disusun berdasarkan aspek-aspek *hardiness* yang diungkapkan oleh Kobasa (dalam Kinder, 2005) yang meliputi kontrol, komitmen, dan tantangan. Penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral, sehingga penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindar jawaban yang mengelompok. Empat alternatif jawaban tersebut, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) yang terdiri dari pernyataan favorabel dan unfavorabel. Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban diberi skor berkisar dari nilai 1 (satu) hingga 4 (empat).



**Tabel 3.5**  
**Blue print skala *hardininess***

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1	Komitmen	1,3,5,7,9	2,4,6,8,10	10
2	Kontrol	11,13,15,17,19	12,14,16,18,20	10
3	Tantangan	21,23,25,27,29	22,24,26,28,30	10
Jumlah		15	15	30

### c. Alat Ukur Variabel Regulasi Emosi

Variabel regulasi emosi dapat diukur dengan menggunakan skala regulasi emosi berdasarkan aspek-aspek menurut Gross (2007) yang meliputi strategi, tujuan, kontrol, dan penerimaan. Penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral, sehingga penghilangan jawaban netral ini berguna untuk menghindari jawaban yang mengelompok. Empat alternatif jawaban tersebut, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) yang terdiri dari pernyataan favorabel dan unfavorabel. Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban diberi skor berkisar dari nilai 1 (satu) hingga 4 (empat).

**Tabel 3.6**  
**Blue print skala regulasi emosi**

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
1	Strategi	1,3,5,7	2,4,6,8	8
2	Tujuan	9,11,13,15	10,12,14,16	8
3	Kontrol	17,19,21,23	18,20,22,24	8
4	Penerimaan	25,27,29,31	26,28,30,32	8
Jumlah		16	16	32





## F. Reliabilitas dan Validitas

### 1. Uji Coba Alat Ukur

Dalam suatu penelitian diperlukan sebuah alat ukur yang valid dan reliabel. Maka uji validitas dan reliabilitas terhadap sebuah pengukuran sangat penting agar tercapai hasil yang benar-benar mencerminkan masalah yang diselidiki dan dapat dipertanggungjawabkan keobjektifannya. Uji coba alat ukur dilakukan pada 13-19 Desember 2016 pada mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau dengan jumlah sampel sebanyak 75 sampel. Aitem yang diujicobakan berjumlah 102 aitem, dengan rincian 40 aitem kecemasan, 30 aitem *hardiness* dan 32 aitem regulasi emosi.

#### a. Kecemasan

Dari hasil perhitungan melalui komputerisasi pada skala kecemasan diperoleh indeks daya beda bergerak dari 0,318 sampai 0,665. Berdasarkan hasil uji indeks daya beda diperoleh aitem skala kecemasan yang dinyatakan baik berjumlah 23 aitem dan aitem yang gugur berjumlah 17 aitem. *Blue print* hasil uji indeks daya beda aitem skala kecemasan adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.7**  
**Blue Print Skala Kecemasan (Tryout)**

No	Aspek	Aitem Valid		Aitem Gugur		Jumlah
		F	UF	F	UF	
1.	Suasana hati	1,3	-	5,7,	2,4,6,8	8
2.	Pikiran	9,11,13,15	10,12	-	14,16	8
3.	Motivasi	19,23	20,22,24	17,21	18	8
4.	Perilaku	27,29	26,28,30	25,31	32	8
5.	Gerakan biologis	33,35,37	36	39	34,38,40	8
	<b>Jumlah</b>	13	9	7	11	40

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Skala kecemasan (X) memiliki 40 aitem. Setelah dilakukan uji coba dari 40 aitem kecemasan, terdapat 17 aitem yang gugur, yang tidak memenuhi koefisien di atas 0,30. Peneliti menggunakan 23 aitem yang valid untuk skala peneliti kecemasan. Hasil penghitungan analisis menggunakan bantuan *Statistical And Product And Service Solution (SPSS) 22 For Windows* pada skala kecemasan diperoleh indeks daya beda bergerak dari 0,318 - 0,665. Setelah diperoleh aitem-aitem yang valid, aitem tersebut disusun kembali dengan menyesuaikan nomor aitem pada pola aitem sebelumnya. Oleh karena itu, dibuat *blueprint* skala kecemasan dibawah ini:

**Tabel 3.8**  
**Blueprint Skala Kecemasan (Penelitian)**

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Suasana hati	1,3,	-	2
2.	Pikiran	9,11,13,15	10,12,16	7
3.	Motivasi	19,23	20,22,24	5
4.	Perilaku	27,29	26,28,30	5
5.	Gerakan biologis	33,35,37	36	4
<b>Jumlah</b>		13	10	23

**b. Hardiness**

Pada skala *hardiness* (X1) memiliki 30 aitem, berdasarkan hasil uji indeks daya beda aitem diperoleh perhitungan bergerak dari 0,317 sampai 0,653.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.9**  
**Blue Print Skala Hardiness (Tryout)**

No	Aspek	Aitem Valid		Aitem Gugur		Jumlah
		F	UF	F	UF	
1.	Komitmen	5	2,4,8,10	1,3,7,9	6	10
2.	Kontrol	11	12,14,16	13,15,17,19	18,20	10
3.	Tantangan	-	22,28,30	21,23,25,27, 29	24,26	10
<b>Jumlah</b>		<b>2</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>30</b>

Skala *Hardiness* memiliki 30 Aitem. Aitem skala *hardiness* yang dinyatakan baik berjumlah 12 aitem dan aitem yang gugur berjumlah 18 aitem yang tidak memenuhi koefisien di atas 0,30. Sehingga peneliti menggunakan 12 aitem yang valid untuk skala penelitian *hardiness*. Hasil penghitungan analisis menggunakan bantuan *Statistical And Product And Service Solution (SPSS) 22 For Windows* pada skala *hardiness* diperoleh indeks daya beda bergerak dari 0,317 - 0,653. Setelah diperoleh aitem-aitem yang valid, aitem tersebut disusun kembali dengan menyesuaikan nomor aitem pada pola aitem sebelumnya. Oleh karena itu, dibuat *blue print* skala *hardiness* dibawah ini:

**Tabel 3.10**  
**Blueprint Skala Hardiness (Penelitian)**

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Komitmen	5	2,4,8,10	5
2.	Kontrol	11	12,14,16	4
3.	Tantangan	-	22,28,30	3
<b>Jumlah</b>		<b>2</b>	<b>10</b>	<b>12</b>

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Setelah melakukan uji coba dari 30 aitem *hardiness* terdapat 18 aitem yang gugur, yang tidak memenuhi koefisien 0,30. Peneliti menggunakan 12 aitem yang valid untuk skala penelitian *hardiness*. Sedangkan hasil uji coba dari 30 aitem pada skala *hardiness*, terdapat 18 aitem yang gugur, yang tidak memenuhi koefisien 0,30. Peneliti ini menggunakan 12 aitem yang valid untuk skala penelitian *hardiness*.

### c. Regulasi Emosi

Pada skala Regulasi Emosi (X2) memiliki 32 aitem, berdasarkan hasil uji indeks daya beda aitem diperoleh perhitungan bergerak dari 0,334 sampai 0,602.

**Tabel 3.11**  
**Blue Print Skala Regulasi Emosi (Tryout)**

No.	Aspek	Aitem Valid		Aitem Gugur		Jumlah
		F	UF	F	UF	
1.	Strategi	7	2,8	1,3,5	4,6	8
2.	Tujuan	9,15	12,16	11,13	10,14	8
3.	Kontrol	21	22,24	17,19,23	18,20	8
4.	Penerimaan	-	26,28,30	25,27,29, 31	23	8
<b>Jumlah</b>		4	9	12	7	32

Skala regulasi emosi memiliki 32 Aitem. Aitem skala regulasi emosi yang dinyatakan baik berjumlah 13 aitem dan aitem yang gugur berjumlah 19 aitem yang tidak memenuhi koefisien di atas 0,30. Sehingga peneliti menggunakan 13 aitem yang valid untuk skala penelitian regulasi emosi. Hasil penghitungan analisis menggunakan bantuan *Statistical And Product And Service Solution (SPSS) 22 For Windows* pada skala regulasi emosi



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diperoleh indeks daya beda bergerak dari 0,334 - 0,602. Setelah diperoleh aitem-aitem yang valid, aitem tersebut disusun kembali dengan menyesuaikan nomor aitem pada pola aitem sebelumnya. Oleh karena itu, dibuat *blue print* skala regulasi emosi dibawah ini:

**Tabel 3.12**  
**Blue print Skala Regulasi Emosi (Penelitian)**

No.	Aspek	Nomor aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	Strategi	7	2,8	3
2.	Tujuan	9,15	12,16	4
3.	Kontrol	21	22,24	3
4.	Penerimaan	-	26,28,30	3
<b>Jumlah</b>		4	9	13

Setelah melakukan uji coba dari 32 aitem regulasi emosi terdapat 19 aitem yang gugur, yang tidak memenuhi koefisien 0,30. Peneliti menggunakan 13 aitem yang valid untuk skala penelitian regulasi emosi. Sedangkan hasil uji coba dari 32 aitem pada skala regulasi emosi, terdapat 19 aitem yang gugur, yang tidak memenuhi koefisien 0,30. Peneliti menggunakan 13 aitem yang valid untuk skala penelitian regulasi emosi.

## 2. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau dapat memberikan



hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar, 2009).

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi (*content validity*). Validitas isi (Azwar, 2009) merupakan validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi suatu alat ukur dengan cara melakukan analisa secara rasional atau lewat *professional judgement* terhadap aitem-aitem yang terdapat di dalam alat ukur tersebut. Penggunaan validitas isi akan menunjukkan sejauh mana butir-butir dalam alat ukur mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur oleh alat ukur tersebut. Dalam hal ini, *professional judgment* dilakukan oleh dosen pembimbing dan narasumber seminar.

### 3. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2009) uji reliabilitas merupakan suatu teknik yang digunakan untuk melihat seberapa jauh skala ini dapat memberikan hasil yang *ajeg* (konstan) dalam suatu pengukuran. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil pengukuran suatu alat ukur. Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas ( $r_{xx'}$ ) berada dalam rentang angka dari 0 sampai 1,00. Sekalipun bila koefisien reliabilitas semakin tinggi mendekati angka 1,00 berarti pengukuran semakin reliabel, namun dalam kenyataan pengukuran psikologi koefisien sempurna yang mencapai angka  $r_{xx'} = 1,00$  belum pernah dijumpai.

Tinggi rendahnya reliabilitas ditentukan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai 1,00.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya. Setelah dianalisis menggunakan koefisien *Reliabilitas Alpha* dari *Cronbach* dengan menggunakan bantuan komputerisasi *Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 22 for windows*. Diperoleh reliabilitas aitem-aitem dari variabel kecemasan sebesar 0,880, reliabilitas aitem-aitem dari variabel *hardiness* sebesar 0,803 dan reliabilitas aitem-aitem dari variabel regulasi emosi sebesar 0,813.

### G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Regresi Ganda*. Yaitu menganalisis hubungan antara *hardiness* (X1) dan regulasi emosi (X2) dengan kecemasan (Y) sebagai kriterium. Analisis data yang dilakukan menggunakan bantuan komputerisasi *SPSS 22 for windows*.