

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan penelitian adalah pendekatan yang berlandaskan pada filsafat positivisme, yang memungkinkan pemeriksaan terhadap populasi atau sampel spesifik. Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan instrumen penelitian sebagai alat pengukuran yang tepat.<sup>29</sup> Pendekatan kuantitatif ini dipilih karena memungkinkan peneliti mengukur berbagai variabel secara numerik, menggunakan angka-angka konkret. Secara lebih luas, pendekatan ini dibangun berdasarkan kerangka teori yang ada, wawasan para ahli, dan pemahaman pribadi peneliti. Pemahaman ini kemudian dikembangkan menjadi serangkaian masalah dan solusi yang diusulkan, dengan tujuan memperoleh justifikasi atau verifikasi melalui data empiris yang disajikan dalam laporan penelitian.<sup>30</sup>

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis korelasional. Penelitian korelasional digunakan untuk mengetahui sejauh mana hubungan stres akademik dengan intensitas bermain *game online* di kalangan mahasiswa. Melalui pendekatan penelitian ini, peneliti dapat mengidentifikasi pola dan hubungan yang ada tanpa melakukan intervensi langsung terhadap subjek penelitian.

---

<sup>29</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*, Cet ke-19 (Bandung: Alfabeta, 2013).

<sup>30</sup> Nur Hikmatul Auliya Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Ria Rahmatul Istiqomah, Roushandy Asri Fardani, Dhika Juliana Sukmana, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, ed. AK Husnu Abadi, A.Md., *Revista Brasileira de Linguística Aplicada*, vol. 5 (CV. Pustaka Ilmu, 2020).

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi merujuk pada keseluruhan objek yang menjadi fokus kajian, yang bisa mencakup berbagai entitas seperti manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, hasil nilai tes, atau bahkan peristiwa-peristiwa. Semua ini berfungsi sebagai sumber data utama yang memiliki karakteristik khusus sesuai dengan tujuan penelitian yang sedang dilakukan.<sup>31</sup> Populasi menjadi dasar penting dalam penelitian karena dari populasilah sampel ditarik untuk dianalisis dan digunakan dalam penarikan kesimpulan. Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah Mahasiswa angkatan 2021 Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri dengan jumlah keseluruhan mahasiswa aktif sebanyak 90 mahasiswa. Pemilihan populasi dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa angkatan 2021 Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri, dipilih karena mereka sedang menyelesaikan skripsi tanpa mengikuti mata kuliah reguler, sehingga memiliki beban akademik yang lebih independen dan menuntut regulasi diri yang tinggi.

Tidak seperti angkatan 2022 yang masih menghadapi tugas harian dari berbagai mata kuliah, mahasiswa angkatan 2021 mengalami stres akademik dalam bentuk tekanan penelitian, analisis data, dan konsultasi skripsi. Situasi ini memunculkan potensi tingginya stres akademik, dan di saat bersamaan, membuka peluang bagi mereka untuk lebih bebas dalam menggunakan waktu termasuk untuk aktivitas bermain *game online* sebagai bentuk mekanisme

---

<sup>31</sup> Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Ria Rahmatul Istiqomah, Roushandy Asri Fardani, Dhika Juliana Sukmana.

koping terhadap tekanan akademik. Program studi Akuntansi Syariah dipilih karena bidang studi ini dikenal memiliki tingkat kompleksitas akademik yang tinggi, yang dapat menjadi salah satu pemicu stres akademik. Oleh karena itu, populasi ini dianggap relevan dan representatif untuk diteliti dalam konteks hubungan antara stres akademik dan intensitas bermain *game online*.

## 2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang mencerminkan sebagian jumlah dan karakteristiknya secara keseluruhan.<sup>32</sup> Sampel dalam konteks penelitian, dapat dipahami sebagai bagian dari populasi yang dipilih melalui penerapan teknik pengambilan sampel.<sup>33</sup> Teknik *sampling* adalah suatu cara pemilihan sampel yang akan dijadikan sumber data sebenarnya, dengan mempertimbangkan berbagai sifat dan pola penyebaran dalam populasi, sehingga hasilnya adalah sampel yang benar-benar representatif.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *nonprobability sampling* sebagai pengambilan sampel. Teknik *Nonprobability sampling* merupakan pendekatan dalam pemilihan sampel yang tidak memberikan kesempatan yang setara kepada setiap elemen atau individu dalam populasi untuk terpilih.<sup>34</sup>

Dalam penelitian ini menggunakan metode pengambilan *sampling* jenuh. *Sampling* jenuh merupakan metode pemilihan sampel yang melibatkan penggunaan seluruh anggota populasi sebagai sampel. Teknik ini umumnya

---

<sup>32</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*.

<sup>33</sup> W. Gulo, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2002).

<sup>34</sup> Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Ria Rahmatul Istiqomah, Roushandy Asri Fardani, Dhika Juliana Sukmana, *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*.

diterapkan ketika ukuran populasi cukup kecil, seperti kurang dari 30 orang, atau dalam penelitian yang bertujuan menghasilkan generalisasi dengan tingkat kesalahan yang sangat rendah. Istilah alternatif untuk sampling jenuh adalah sensus, yang secara harfiah berarti mengambil semua elemen populasi sebagai sampel.<sup>35</sup>

### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan suatu langkah yang paling strategis dalam sebuah penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk memperoleh data.<sup>36</sup> Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi sebagai instrumen utama. Skala Psikologi adalah instrumen pengukuran untuk mengidentifikasi kontrak psikologis. Skala Psikologi sering kali dinamakan dengan tes, namun dalam hal ini skala psikologis digunakan sebagai istilah untuk atribut afektif, sedangkan kata tes digunakan untuk atribut kognitif.<sup>37</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti memilih model skala *likert* sebagai alat ukur untuk mengevaluasi tingkat stres akademik dan intensitas bermain *game online* mahasiswa. Skala *likert* dirancang dengan berbagai pernyataan yang memiliki tingkat persetujuan tertentu yang memungkinkan peneliti untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala *likert* mempunyai gradasi dari sangat positif (*favorable*) sampai sangat negatif (*unfavorable*). Dengan menggunakan skala *likert*, maka variabel yang

---

<sup>35</sup> Setiawan Ari, *Statistik Untuk Penelitian*, ed. Hendra Candra (Tangerang Selatan: STIE Ganesha, 2024),

[https://lppm.stieganessa.ac.id/assets/files/unduh/1727340937\\_5e96841b29dbcbdc5c8.pdf](https://lppm.stieganessa.ac.id/assets/files/unduh/1727340937_5e96841b29dbcbdc5c8.pdf).

<sup>36</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*.

<sup>37</sup> Muhammad Syarif Hidayatullah and Muhammad Abdan Shadiqi, *Konstruksi Alat Ukur Psikologi, Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru*, Revisi (Banjarmasin-Banjarbaru, 2020).

akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel.<sup>38</sup> Responden akan diminta untuk menilai setiap pernyataan dalam skala *likert* dengan pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS) dengan nilai 5, Sesuai (S) dengan nilai 4, Netral (N) dengan nilai 3, Tidak Sesuai (TS) dengan nilai 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan nilai 1. Skala ini digunakan untuk mengukur sejauh mana responden setuju atau tidak setuju terhadap pernyataan yang menggambarkan stres akademik dan intensitas bermain *game online*.

#### **D. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah suatu alat digunakan untuk mengukur fenomena alam atau variabel yang diamati.<sup>39</sup> Dalam konteks penelitian, instrumen yang digunakan memerlukan pendekatan khusus untuk mengembangkan skala atau alat ukur guna mengukur variabel secara lebih terstruktur saat mengumpulkan data. Salah satu cara menerapkan skala pengukuran adalah dengan menggunakan skala yang memungkinkan kita memperkirakan tingkat minat atau pola perilaku seseorang, baik secara individu maupun kelompok, terhadap individu lain atau lingkungannya. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala stres akademik dan skala intensitas bermain *game*.

##### **1. Skala Stres Akademik**

Variabel stres akademik dalam penelitian ini diukur menggunakan skala stres akademik yang dirancang berdasarkan teori Sarafino dan Smith. Berdasarkan teori ini, stres akademik mencakup empat aspek utama: fisiologis, kognitif, emosional, dan perilaku. Skala ini terdiri dari 40 item,

---

<sup>38</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*.

<sup>39</sup> Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, ed. MT Dr. Ir. Sutopo. S. P.d, Cetakan Ke (Bandung: ALFABETA, 2020).

yang dibagi menjadi 20 item *favorable* (positif) dan 20 item *unfavorable* (negatif). Pengukuran dilakukan menggunakan skala *likert*, yang memungkinkan responden untuk menilai tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka terhadap setiap pernyataan..

**Tabel 3. 1 *Blue Print* Stres Akademik**

Aspek–aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Bobot
Fisiologis	Gangguan tidur, detak jantung cepat, kelelahan	1, 2, 3, 4, 5	6, 7, 8, 9, 10	25%
Kognitif	Sulit konsentrasi, pikiran negatif, rasa tidak mampu	11, 12, 13, 14, 15	16, 17, 18, 19, 20	25%
Emosional	Cemas, frustrasi, mudah marah	21, 22, 23, 24, 25	26, 27, 28, 29, 30	25%
Perilaku	Menarik diri, menunda tugas, menghindar	31, 32, 33, 34, 35	36, 37, 38, 39, 40	25%
Total item		20	20	100%

Sumber: data diolah peneliti (2025)

## 2. Skala Intensitas Bermain *Game Online*

Dalam studi ini, intensitas bermain *game online* diukur dengan menggunakan skala intensitas bermain *game online* berdasarkan teori perilaku yang dikembangkan oleh Fishbein dan Ajzen. Berdasarkan teori ini, intensitas bermain *game online* mencakup empat aspek utama: sikap, norma subjektif, niat, dan kontrol perilaku. Aspek-aspek ini kemudian dipecah menjadi 31 item, dibagi menjadi 16 item *favorable* (positif) dan 15 item *unfavorable* (negatif), menggunakan skala *likert* untuk penilaian.

**Tabel 3. 2 Blue Print Intensitas Bermain Game Online**

Aspek-aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Bobot
Sikap	Persepsi positif terhadap bermain <i>game online</i> .	1, 2	3, 4	25%
	Persepsi negatif terhadap bermain <i>game online</i> .	5, 6	7, 8	
Norma Subjektif	Dukungan dari orang lain untuk bermain <i>game online</i>	9, 10	11, 12	25%
	Tekanan untuk tidak bermain <i>game online</i>	13, 14	15, 16	
Niat Berilaku	Keinginan kuat untuk bermain <i>game online</i> dalam jumlah waktu yang signifikan	17, 18	19, 20	25%
	Keinginan rendah untuk bermain <i>game online</i> secara intens	21, 22	23, 24	
Kontrol Perilaku	Persepsi kemudahan dalam bermain <i>game online</i> (aksesibilitas, keterampilan)	25, 26	29	25%
	Persepsi kesulitan dalam mengendalikan intensitas bermain <i>game online</i> .	27	30	
	Persepsi kemampuan untuk membatasi bermain <i>game online</i> .	28	31	
Total item		16	15	100%

Sumber: data diolah peneliti (2025)

### E. Teknik Analisis Data

Analisis Data merupakan proses pengelompokan dan pengolahan data berdasarkan variabel yang di mana data tersebut berasal dari seluruh responden atau data lain yang dikumpulkan.<sup>40</sup> Dalam penelitian ini, teknik analisis data dilakukan untuk memahami hubungan stres akademik dengan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Seykh Wasil Kediri.

<sup>40</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*.

## 1. Tabulasi data

Tabulasi data adalah proses menyusun dan mengelompokkan data hasil penelitian dalam bentuk yang terstruktur dan mudah dipahami. Data yang telah disusun akan dikelompokkan berdasarkan kategori tertentu, seperti tingkat stres akademik rendah hingga tinggi dan intensitas bermain *game online* pendek hingga panjang.<sup>41</sup>

## 2. Uji Instrumen

### a. Uji Validitas

Validitas diartikan sebagai ketepatan dan kecermatan, dapat juga diartikan sebagai keabsahan. Uji Validitas pada dasarnya bertujuan untuk memastikan bahwa setiap item dalam instrumen penelitian secara akurat menangkap indikator yang diharapkan dan untuk menunjukkan keabsahannya dengan melewati uji validitas data. Dengan demikian penelitian yang menggunakan instrumen tersebut akan diakui dan diterima valid.<sup>42</sup>

### b. Uji Validitas Isi

Validitas isi (*content validity*) adalah tingkat keakuratan suatu instrumen penelitian dalam merepresentasikan seluruh aspek atau konten konsep yang diukur.<sup>43</sup> Validitas isi berfungsi untuk melihat sejauh mana unsur-unsur dalam instrumen penilaian benar-benar relevan dan mampu

---

<sup>41</sup> M.M. CHt. Prof. Dr. H.M. Sidik Priadana, MS Denok Sunarsi, S.Pd., *Metode Penelitian Kuantitatif*, Cetakan 1 (Tangerang Selatan: Pascal Books, 2021).

<sup>42</sup> Anisa Fitri Abigail Soesana, Hani Subakti, Karwanto, Ilham Falani Sony Kuswandi, Lena Sastri, and Hana Lestari Novita Aswan, Ferawati Artauli Hasibuan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, ed. Abdul Karim, cetakan 1 (Yayasan Kita Menulis, 2023).

<sup>43</sup> Ph.D. Dr. Dyah Budiastuti Agustinus Bandur, *Validitas Dan Reliabilitas Penelitian* (Jakarta: Mitra Media Wacana, 2018).

mewakili konstruk yang ditargetkan untuk tujuan tertentu.<sup>44</sup> Dalam proses menguji suatu item instrumen skala, keputusan tidak dapat dibuat hanya berdasarkan penilaian peneliti. Tahap ini memerlukan peninjauan oleh pihak yang kompeten, yang membutuhkan professional judgement dari para ahli yang memahami bidangnya.<sup>45</sup> *Professional judgement* dalam penelitian ini dengan keilmuan psikologi.

c. Uji Daya Beda (*Discriminating Power*)

Uji daya beda adalah suatu analisis yang digunakan untuk menentukan seberapa baik suatu instrumen atau alat ukur dapat membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki karakteristik berbeda.<sup>46</sup> Uji daya dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *product moment* dari aplikasi perangkat lunak. Kriteria Untuk menentukan apakah suatu item valid dan reliabel, peneliti mengacu pada pendapat Azwar. Artinya, jika suatu item memiliki indeks diskriminasi yang sama dengan atau lebih besar dari 0,30 dan jumlah item lebih besar dari jumlah item yang dimaksudkan untuk dianggap skala, maka peneliti dapat mengidentifikasi item yang memiliki indeks diskriminasi tertinggi. Sebaliknya, jika jumlah item ternyata-lolos masih kurang dari jumlah yang diinginkan, peneliti dapat menyesuaikan kriteria batas dari 0,30 menjadi 0,25 sehingga jumlah item yang diinginkan tercapai. Koefisien

---

<sup>44</sup> Stephen N Haynes, "Validitas Isi Dalam Penilaian Psikologis : Pendekatan Fungsional Terhadap Konsep Dan Metode Pengantar" 7, no. 3 (2002): 238–47.

<sup>45</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, Edisi 2 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012).

<sup>46</sup> Suryabrata Sumadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 208AD).

korelasi yang digunakan dalam studi ini untuk mengetahui apakah suatu ukur tertentu valid atau tidak adalah sama dengan nilai 0,25.<sup>47</sup>

#### d. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah kemampuan alat ukur untuk menghasilkan hasil yang sama ketika diterapkan pada kesempatan yang berbeda.<sup>48</sup> Uji reliabilitas bertujuan untuk memastikan konsistensi pengukuran. Uji reliabilitas juga digunakan untuk menguji konsistensi jawaban responden berdasarkan instrumen penelitian.<sup>49</sup> Reliabilitas dapat diuji menggunakan metode *cronbach's alpha*. Dasar pengambilan keputusan berada pada rentang angka 0 – 1,00. Apabila koefisien reliabilitas semakin tinggi mendekati angka 1,00 berarti pengukuran semakin reliabel.<sup>50</sup> Dengan demikian, dasar keputusannya adalah:

- Jika nilai *cronbach's alpha*  $\geq 0,70$ , maka instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan.
- Jika nilai  $< 0,70$ , maka perlu dilakukan perbaikan item atau revisi instrumen.

### 3. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas Residual

Uji Normalitas bertujuan untuk memverifikasi apakah residual dari model mengikuti pola distribusi normal. Model regresi yang baik yaitu

---

<sup>47</sup> Azwar S, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015).

<sup>48</sup> Karimuddin Abdullah; Misbahul Jannah; Ummul Aiman; Suryadin, Hasda; Zahara Fadilla; Taqwin; Masita; Ketut Ngurah Ardiawan, and Meilida Eka Sari., *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, ed. M.Pd. Nanda Saputra, *Yayasan Penerbit Muhammad Zaini* (Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2022).

<sup>49</sup> Abigail Soesana, Hani Subakti, Karwanto, Sony Kuswandi, Lena Sastri, and Novita Aswan, Ferawati Artauli Hasibuan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*.

<sup>50</sup> Fidia Astuti, *Statistika Psikologi Analisis Data Dengan SPSS*, Cetakan 1 (Kediri: Litnus, 2024).

model yang menghasilkan residual dengan distribusi normal. Beberapa metode untuk melakukan uji normalitas meliputi pengamatan distribusi data sepanjang garis diagonal pada *plot p-p* normal untuk residual regresi terstandar, atau menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* satu sampel.

Dasar pengambilan keputusan uji normalitas menggunakan metode *kolmogorov-smirnov* satu sampel dapat diringkas sebagai berikut:

- Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka data tidak mengikuti berdistribusi normal
- Jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data dianggap berdistribusi normal.<sup>51</sup>

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah alat yang digunakan untuk menentukan apakah hubungan antara dua variabel bersifat linear. Dalam konteks ini, pengujian dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS dengan menerapkan uji linearitas pada tingkat signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi linearitas kurang dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan linear. Namun, pendapat lain menyatakan bahwa hubungan linear terjadi ketika nilai signifikansi deviasi dari linearitas lebih besar dari 0,05. Pendekatan ini membantu memastikan validitas asumsi linearitas dalam analisis data.<sup>52</sup>

---

<sup>51</sup> Fidia Astuti.

<sup>52</sup> Fidia Astuti.

#### 4. Uji Hipotesis

Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasional untuk mengetahui hubungan antara variabel stres akademik dan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri. Untuk memverifikasi hipotesis yang dirumuskan, peneliti menggunakan uji korelasi *pearson product moment*, mengingat data yang dikumpulkan berbasis interval dan diasumsikan berdistribusi normal. Teknik ini secara khusus diterapkan untuk menilai kekuatan kemungkinan hubungan linear antara kedua variabel.

Jika hasil korelasi menunjukkan koefisien korelasi ( $r$ ) positif, hal ini mengindikasikan adanya hubungan searah antara stres akademik dan intensitas bermain *game online*. Dengan demikian, seiring meningkatnya stres akademik kecenderungan mahasiswa untuk bermain *game online* juga cenderung meningkat. Sebaliknya, jika koefisiennya negatif, hubungan antara kedua variabel tersebut berlawanan arah, artinya semakin tinggi stres akademik, semakin rendah intensitas bermain *game online*, atau sebaliknya. Selain itu, dilakukan pengujian signifikansi dengan melihat nilai signifikansi ( $p$ -value). Jika nilai  $p$ -value  $< 0,05$ , maka hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara stres akademik dan intensitas bermain *game online*. Sebaliknya jika nilai  $p$ -value  $> 0,05$ , maka hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima, yang menyiratkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel.