

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode campuran (*mixed methods*). Pelaksanaan metode campuran ini yaitu menggabungkan antara data kualitatif dan kuantitatif.<sup>1</sup> Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian campuran dengan rancangan metode penelitian paralel konvergen (*convergent parallel mixed methods*). Pendekatan tersebut digunakan untuk mengetahui gambaran *niat* pada mahasiswa IAIN Kudus yang sedang mengalami stres akademik.

Mengenai pengumpulan data tentang penggolongan tingkatan stres akademik pada mahasiswa IAIN Kudus yang melaksanakan perkuliahan online menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan menggunakan kuesioner tertutup. Sedangkan tentang gambaran *niat* secara umum pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan angket terbuka (*open ended questioner*). Oleh sebab itu desain penelitian campuran ini menggunakan sebuah strategi penggunaan dua pendekatan (*mixed methods*) yaitu strategi paralel konvergen untuk saling melengkapi informasi yang didapat mengenai gambaran *niat* berdasarkan pengelompokan tingkatan stres akademik pada mahasiswa.

### B. Setting Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa IAIN Kudus semester 2 hingga semester 6, yang masih aktif mengikuti perkuliahan terutama dengan menggunakan metode daring atau online dimasa pandemi COVID-19. Kampus IAIN Kudus dipilih peneliti sebagai lokasi penelitian, karena pada bulan Maret, yaitu pada pertengahan semester genap hingga semester gasal 2020, secara resmi IAIN Kudus memberlakukan perkuliahan secara online. Berbagai kendala muncul saat di laksanakannya perkuliahan secara online.

---

<sup>1</sup>John W. Creswell, *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), 291-292.

Survey awal yang dilaksanakan oleh Rahmajati<sup>2</sup> di awal tahun 2020 diketahui bahwa selama pelaksanaan perkuliahan secara online ini terdapat beberapa mahasiswa yang menunjukkan gejala kelelahan secara fisik maupun psikologis. Kelelahan berupa respon *Physical* yang ditunjukkan para mahasiswa yang mengikuti perkuliahan secara online yaitu, seperti pusing, lelah secara fisik dan gangguan mata. Sedangkan respon *Psychological* timbul perasaan lega, sedih dan kecewa. Selain kendala pada permasalahan tersebut, terdapat juga permasalahan lain yaitu berupa kesulitan akses materi perkuliahan dan juga pengelolaan waktu yang memicu ketidak stabilan kondisi psikologis mahasiswa.

Tantangan yang dihadapi mahasiswa khususnya mahasiswa IAIN Kudus dalam melaksanakan perkuliahan secara online, dalam melakukan penelaahan tentang kondisi tersebut, peneliti secara khusus mengkaji mengenai bagaimana pendekatan dalam kajian al-Ghazali<sup>3</sup> terutama tentang bagaimana kondisi dari *niat* para mahasiswa yang sedang melaksanakan perkuliahan secara online atau daring yang mengalami stres akademik. Sehingga kajian ini nantinya dapat menjadi salah satu kajian lanjut dalam hal penanganan persoalan yang ada.

### C. Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini terdiri dari semua mahasiswa IAIN Kudus mulai dari semester 2 hingga 6, terutama yang melakukan perkuliahan secara daring atau online. Sampel merupakan sekelompok individu yang diambil dari populasi dan nantinya menjadi objek penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, yang dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang masih aktif mengikuti perkuliahan yang berada pada semester 2 hingga 6. Pada penelitian ini, menggunakan metode sampling acak (*random sampling*).

### D. Sumber Data

Sumber data utama dalam penelitian ini adalah respon dari para responden berkenaan dengan gambaran *niat* mereka yang

---

<sup>2</sup>Erina Rahmajati, “Gambaran Fase Exhausted Pada Mahasiswa yang Melakukan Kuliah Daring: Telaah General Adaptation Syndrome”, *Akhlak dan Tasawuf* 1, no. 1 (2021), 12.

<sup>3</sup>Parist id, “Mahasiswa Keluhkan Kuliah Online, Begini Tanggapan Warek III”. Parist id, Kamis 19 Maret 2020, diakses 16 Februari 2021, <https://www.parist.id/2020/03/mahasiswa-keluhkan-kuliah-online-begini.html>

dihimpun dengan menggunakan kuesioner terbuka serta tingkatan stres pada mahasiswa yang dihimpun menggunakan kuesioner tertutup.

**E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode survey. Survey adalah metode penelitian menggunakan kuesioner sebagai instrumen dalam pengambilan datanya.<sup>4</sup> Dalam penelitian ini, survey menggunakan 2 angket atau kuesioner. Angket penggambaran *niat* berupa angket terbuka dan angket tertutup untuk tingkatan stres dari DASS 41 (*The Depression, Anxiety and Stress Scale*) yang diadaptasi oleh Damanik.

Angket yang pertama yaitu mengadaptasi instrumen DASS 42 berupa angket tertutup, yang dikeluarkan oleh *Psychology Foundation Of Australia* dan telah diterjemahkan kedalam bahasa indonesia oleh Damanik (2006). Fakultas Psikologi Universitas Indonesia serta dipilih aitemnya berdasarkan respon untuk mengukur stres akademik mahasiswa saja. Angket kedua berupa penggambaran *niat* berupa angket terbuka berisikan pertanyaan-pertanyaan terbuka yang akan menjelaskan kondisi *niat* pada mahasiswa. Berikut jabaran pertanyaan pada angket penggambaran *niat* tersebut.

**Tabel 3.1**  
**Angket Penggambaran Niat**

Definisi Operasional	Indikator	Pertanyaan
Rencana Tindakan Langkah demi Langkah yang akan dilakukan saat proses perkuliahan berlangsung.	Adanya Rencana Tindakan terstruktur sebelum proses perkuliahan daring.  Adanya Rencana Tindakan terstruktur saat proses perkuliahan daring berlangsung.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa saja Langkah Langkah yang saudara lakukan sebelum proses perkuliahan daring?</li> <li>• Apakah saudara memiliki rencana Tindakan tahap demi tahap saat proses perkuliahan daring berlangsung?</li> </ul>

<sup>4</sup>Dede Kurniadai dan Aisyah Fitri Islami, “Perancangan Aplikasi Survey Kepuasan Mahasiswa Berbasis Kuesioner Online”, *Algoritma* 15, no. 2 (2018), 44.

	Adanya Rencana Tindakan terstruktur setelah proses perkuliahan daring berlangsung.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa saja Langkah Langkah yang saudara lakukan setelah proses perkuliahan daring berlangsung?</li> </ul>
--	--	--

Validitas dan reabilitas instrumen telah diuji pada dua kelompok yang saling independen dengan total sampel 144 orang, dan dinyatakan valid dengan validitas terendah adalah 0,3532, sedangkan nilai reabilitasnya adalah 0,9483. Interpretasi tingkat stres yang dialami mahasiswa dalam penelitian ini mengacu pada standar pengukuran DASS 42, seperti pada tabel dibawah ini:

**Tabel 3.2**  
**Interpretasi Instrumen DASS 42**

<b>Kategori Stres</b>	<b>Stres</b>
Normal	0-14
Ringan	15-18
Sedang	19-25
Berat	26-33
Sangat berat	34+

Sumber: Lovibon, S.H & Lovibond P.F.(1995)

## F. Pengujian Keabsahan Data

Untuk memperoleh data yang valid dan kredibel, maka data yang sudah diperoleh perlu diuji keabsahannya. Oleh karena itu untuk memvalidasi keakuratan uji keabsahan respon pada penelitian ini menggunakan triangulasi.<sup>5</sup>

Uji keabsahan triangulasi pada penelitian ini dilakukan dengan triangulasi sumber. Peneliti melakukan triangulasi sumber dengan cara memeriksa bukti-bukti yang berasal dari respon mahasiswa. Berdasarkan data yang sudah diperoleh, kemudian peneliti membuat deskripsi dan kategorisasi untuk mengetahui respon yang berbeda pada setiap mahasiswa. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan bukti yang akurat dalam penelitian yang dilaksanakan, sehingga peneliti dapat mengembangkan laporan secara akurat dan valid.

---

<sup>5</sup>John W. Creswell, *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), 269.

## G. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah metode campuran paralel konvergen, yaitu peneliti mengumpulkan data kuantitatif dan data kualitatif, menganalisisnya secara terpisah dan kemudian membandingkannya, apakah temuannya saling berhubungan atau tidak berhubungan.<sup>6</sup>



---

<sup>6</sup>John W. Creswell, *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019),293.