

BAB 3

PROSEDUR PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif komparatif. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengukur dan menganalisis perbedaan tingkat kecerdasan emosional antara dua kelompok mahasiswa, yakni mahasiswa aktif yang mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) olahraga dan UKM non-olahraga di Universitas Siliwangi, dengan menggunakan instrumen terstandar berupa skala psikologis. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh data numerik yang dapat dianalisis secara statistik guna menguji perbedaan antar kelompok secara objektif dan terukur.

Metode deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai karakteristik kecerdasan emosional mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Deskripsi ini mencakup dimensi-dimensi kecerdasan emosional seperti kesadaran diri, pengelolaan emosi, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial sebagaimana dirumuskan oleh Goleman. Data deskriptif ini penting untuk memahami profil emosional masing-masing kelompok mahasiswa sebelum dilakukan perbandingan.

Adapun metode komparatif digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan antara dua kelompok yang diteliti. Dalam konteks ini, yang dibandingkan adalah mahasiswa aktif di UKM olahraga dan mahasiswa aktif di UKM non-olahraga. Pemilihan metode ini sesuai dengan rumusan masalah yang menekankan perbandingan dua kelompok berdasarkan variabel kecerdasan emosional. Dengan menggunakan teknik analisis statistik, khususnya uji-t independen, penelitian ini berupaya mengidentifikasi apakah partisipasi dalam jenis UKM tertentu memberikan pengaruh berbeda terhadap perkembangan kecerdasan emosional mahasiswa.

Dengan demikian, metode kuantitatif deskriptif komparatif ini sangat relevan digunakan dalam penelitian ini karena memberikan kerangka kerja yang

tepat untuk menjawab tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui gambaran kecerdasan emosional mahasiswa serta perbedaan yang muncul berdasarkan jenis kegiatan organisasi kemahasiswaan yang diikuti. Selain itu, penggunaan metode ini juga sejalan dengan pendekatan ilmiah yang menuntut objektivitas, keterukuran, dan generalisasi hasil penelitian.

3.2. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015, p.38), variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Variabel berfungsi sebagai titik fokus dalam suatu penelitian, yang dapat diukur dan digunakan untuk melihat hubungan, perbandingan, atau pengaruh satu aspek terhadap aspek lainnya. Dalam penelitian ini, digunakan dua jenis variabel, yaitu variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*).

a. Variabel Bebas (*Independen*)

Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2017). Dalam konteks penelitian ini, variabel bebas adalah jenis Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) yang diikuti oleh mahasiswa aktif Universitas Siliwangi, yang terbagi menjadi Mahasiswa aktif yang mengikuti UKM olahraga dan Mahasiswa aktif yang mengikuti UKM non-olahraga (misalnya: teater, paduan suara, koperasi mahasiswa, pramuka).

Pemilihan variabel bebas ini berdasarkan asumsi teoritis bahwa jenis aktivitas ekstrakurikuler memiliki lingkungan sosial dan tekanan psikologis yang berbeda, yang dapat mempengaruhi perkembangan kecerdasan emosional mahasiswa (Mavroveli et al., 2020).

b. Variabel Terikat (*Dependen*)

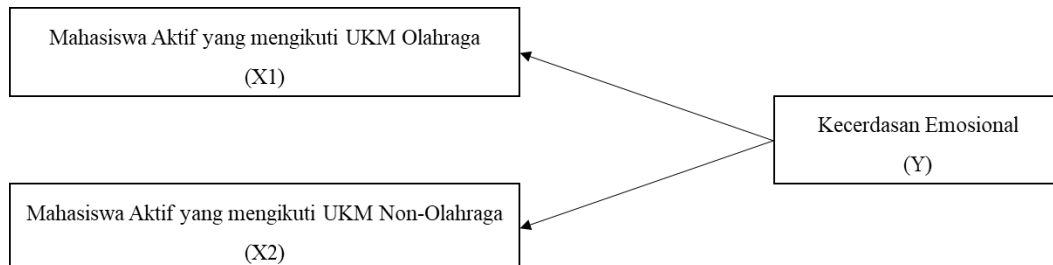
Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari variabel bebas (Sugiyono, 2015). Dalam penelitian ini, variabel terikat adalah kecerdasan emosional, yaitu kemampuan mahasiswa dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi diri serta memahami emosi orang lain

secara efektif. Kecerdasan emosional diukur berdasarkan lima dimensi utama yang dikembangkan oleh Goleman (2017), yaitu: kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial.

Kecerdasan emosional sebagai variabel dependen dinilai relevan karena mencerminkan sejauh mana mahasiswa mampu mengelola tekanan akademik maupun sosial di lingkungan perguruan tinggi. Menurut Prasetyo (2016), kecerdasan emosional berperan sebagai kekuatan pendukung di balik kemampuan intelektual dalam menentukan keberhasilan seseorang dalam kehidupan sosial dan profesional.

3.3. Desain Penelitian

Berdasarkan kerangka penelitian, peneliti menguraikan dalam bentuk model penelitian dengan variable independen yaitu Mahasiswa Aktif yang mengikuti UKM Olahraga (X_1), Mahasiswa Aktif yang mengikuti UKM Non-Olahraga (X_2) dan variable dependen yaitu tingkat Kecerdasan Emosional (Y).



Sumber : *Diolah dari data* (2025)

Gambar 3.1. Desain Penelitian

3.4. Populasi dan Sampel

3.4.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa Aktif yang mengikuti UKM di Universitas Siliwangi dengan jumlah 835 orang.

Tabel 3.1. Jumlah Mahasiswa yang Mengikuti UKM

No.	Nama UKM	Jumlah Mahasiswa
UKM Olahraga		
1	Karate	15
2	Taekwondo	16
3	Pencak Silat	13
4	Tarung Derajat	14
5	Shorinji Kempo	10
6	Bola Voli	33
7	Bola Basket	35
8	Sepak Bola	40
9	Futsal	45
10	Kempo	14
11	<i>Soft Ball</i>	30
12	Bulu Tangkis	20
13	Tenis Lapangan	18
14	Tenis Meja	20
15	Pentaque	20
16	Tinju	18
17	Panahan	19
Jumlah		380
UKM Non Olahraga		
18	Paduan Suara	40
19	Seni Musik	45
20	Teater 28	50
21	SPOT (Siliwangi <i>Photography</i>)	21
22	<i>Marching Band</i>	45
23	KOPMA (Koperasi Mahasiswa)	53
24	Pramuka	19
25	Khaniwata (Mahasiswa Pecinta Alam)	20
26	KAN (Kader Anti Narkoba)	17
27	KSR (Korps Sukarela)	14
28	Menwa (Resimen Mahasiswa)	25
29	Pers Mahasiswa	20
30	Kisi (Kerohanian Islam Siliwangi)	25
31	PMK (Persekutuan Mahasiswa Kristen)	30
32	KIM (Kreatifitas Ilmiah Mahasiswa)	31
Jumlah		455
Total		835

3.4.2. Sampel

Menurut Sugiyono (2017), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Universitas Siliwangi yang tergabung dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), baik UKM olahraga maupun UKM non-olahraga. Jumlah total populasi berdasarkan data keanggotaan UKM tahun akademik 2024/2025 adalah sebanyak 835 mahasiswa.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling*. Teknik ini dipilih karena memisahkan populasi menjadi strata berdasarkan jenis UKM (olahraga & non-olahraga) dan mengambil sampel acak secara proporsional atau seimbang dari masing-masing strata.

Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan Rumus Slovin dengan tingkat kelonggaran kesalahan (e) sebesar 10%, sebagaimana berikut:

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

Keterangan :

n = besaran sampel

N = besaran populasi

E = persentase kelonggaran ketelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang dapat ditolerir (10%)

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 835 orang, maka:

$$\begin{aligned} n &= \frac{835}{1 + 835(0,1)^2} \\ &= 89,30481 \text{ (dibulatkan menjadi 90)} \end{aligned}$$

Dengan demikian, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 90 orang mahasiswa aktif Universitas Siliwangi.

Adapun kriteria penerapan sampel dalam penelitian ini ditetapkan sebagai berikut:

- Kriteria inklusi:
 - Mahasiswa aktif Universitas Siliwangi.
 - Terdaftar sebagai anggota aktif dalam UKM olahraga atau UKM non-olahraga minimal selama satu semester terakhir.

- Bersedia menjadi responden.
- Kriteria eksklusi:
 - Mahasiswa yang tidak mengikuti kegiatan UKM secara aktif dalam satu semester terakhir.
 - Mahasiswa ganda keanggotaan yang mengikuti lebih dari satu UKM berbeda jenis (olahraga dan non-olahraga secara bersamaan), untuk menghindari bias data.

Dari jumlah sampel yang ditentukan, dilakukan pembagian kelompok secara proporsional, yaitu sebanyak 45 orang mahasiswa aktif yang mengikuti UKM olahraga dan 45 orang mahasiswa aktif yang mengikuti UKM non-olahraga. Pembagian ini bertujuan untuk memastikan keseimbangan jumlah antar kelompok yang dibandingkan sehingga validitas komparatif dapat terjaga. Proses pemisahan dilakukan dengan terlebih dahulu mengidentifikasi daftar mahasiswa yang terdaftar aktif dalam UKM di bawah koordinasi kemahasiswaan kampus. Selanjutnya, data tersebut dikelompokkan berdasarkan jenis UKM yang diikuti, yakni UKM yang bergerak di bidang olahraga dan UKM non-olahraga. Setelah pengelompokan, dilakukan pengambilan sampel secara acak dari masing-masing kelompok hingga diperoleh masing-masing 45 mahasiswa aktif dari kedua jenis UKM tersebut. Metode ini dilakukan untuk menghindari bias pemilihan sampel dan menjaga representasi yang adil dari masing-masing kelompok.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini berbentuk angket yang berisi pernyataan. Angket yang digunakan adalah angket tertutup dimana responden langsung dapat mengisi angket sesuai dengan jawaban yang telah tersedia.

Pemberian skor untuk setiap kusioner digunakan skala likert yang jumlahnya ganjil dengan nilai 1 sampai 5.

Tabel 3.2. Skor untuk Pertanyaan

	Jawaban untuk Nilai	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Cukup Setuju (CS)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Sumber : *Sugiyono (2019)*

3.6. Instrumen Penelitian

Instumen dalam penelitian ini adalah angket tertutup yaitu responden memilih alternatif jawaban yang telah tersedia sesuai dengan keadaan sebenarnya. Menurut Hadi (2009, p.39) menyatakan bahwa ada 3 langkah yang harus ditempuh dalam menyusun instrumen, 3 langkah tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Mendefinisikan konstrak
Mendefinisikan konstrak yaitu suatu tahapan yang bertujuan untuk memberikan batasan arti dari konstrak yang akan diteliti, dengan demikian nantinya tidak terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian.
- b. Menyidik Faktor
Menyidik faktor adalah suatu tahap yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang disangka dan kemudian diyakini menjadi komponen dari konstrak yang akan diteliti, dalam penelitian ini diukur faktor mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional.
- c. Menyusun Butir-Butir Pertanyaan
Langkah selanjutnya adalah menyusun butir pertanyaan berdasarkan faktor yang menyusun konstrak. Butir pertanyaan harus merupakan penjabaran dari isi faktor. Berdasarkan faktor-faktor tersebut kemudian disusun butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang faktor-faktor tersebut.

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan merupakan angket kecerdasan emosional yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebagaimana digunakan dalam penelitian sebelumnya oleh Prasetyo (2015) mengenai perbedaan kecerdasan emosional antara mahasiswa yang aktif dalam UKM

Olahraga dengan yang tidak aktif. Angket ini disusun berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (2009), yang mencakup: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

Dalam pelaksanaan penelitian ini, angket akan disesuaikan kembali dengan konteks dan tujuan penelitian yang dilakukan, tanpa mengubah struktur faktor-faktor utama yang telah ditetapkan dalam angket asli. Penyesuaian hanya dilakukan pada redaksi butir untuk memastikan keterkaitan langsung dengan subjek penelitian dan relevansi dengan situasi aktual responden.

Tabel 3.3. Kisi-Kisi Angket Penelitian Kecerdasan Emosional

Variabel	Faktor	Nomor Pertanyaan		Jumlah
		Positif	Negatif	
Kecerdasan Emosional (Prasetyo, 2015)	Mengenali Emosi Diri	1, 3, 5	2, 4, 6	6
	Mengelola Emosi	7, 9, 11	8, 10, 12	6
	Memotivasi Emosi Diri Sendiri	13, 15, 17	14, 16, 18	6
	Mengenali Emosi Orang Lain	19, 21, 23	20, 22, 24	6
	Membina Hubungan	25, 27, 29	26, 28, 30	6
Jumlah		15	15	30

3.7. Teknik Analisis Data

3.7.1. Uji Validitas

Menurut Arikunto (2010, p.96), uji validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Untuk mengetahui valid atau tidaknya butir-butir pernyataan dalam instrumen, peneliti melakukan uji validitas menggunakan bantuan program SPSS versi 20. Adapun mekanisme uji validitas dilakukan sebagai berikut:

- Menginput data hasil uji coba instrumen ke dalam SPSS.
- Menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment antara skor tiap item dengan total skor keseluruhan responden.
- Menentukan nilai r hitung (r_{xy}) dari masing-masing item.

- d. Membandingkan nilai r hitung (r_{xy}) dengan r tabel (dengan $df = n - 2$) pada taraf signifikansi 0,05.
- e. Jika $r_{xy} > r$ tabel, maka item dianggap valid, dan jika $r_{xy} \leq r$ tabel, maka item dianggap tidak valid dan dapat direvisi atau dibuang.

Langkah ini memastikan bahwa setiap item benar-benar mengukur aspek yang dimaksud dalam variabel penelitian.

3.7.2. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto (2010, p.41), uji reliabilitas adalah sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Untuk melakukan uji reliabilitas, peneliti menggunakan teknik *Cronbach's Alpha*. Jika nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,60$ maka reliabel dan jika nilai *Cronbach's Alpha* $< 0,60$ maka tidak reliabel. Mekanisme pelaksanaan uji reliabilitas adalah sebagai berikut:

- a. Menginput data dari responden yang sama seperti saat uji validitas.
- b. Menjalankan analisis *Reliability Statistics* menggunakan SPSS dengan memilih metode Cronbach's Alpha.
- c. Mengamati nilai α (alpha) yang dihasilkan.
- d. Jika nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,60$, maka instrumen dinyatakan reliabel, dan jika $< 0,60$, maka dianggap tidak reliabel dan perlu perbaikan.

Uji reliabilitas ini dilakukan untuk memastikan konsistensi jawaban responden dalam menjawab item instrumen, sehingga data yang diperoleh dapat dipercaya dan dapat digunakan dalam analisis lebih lanjut.

3.7.3. Uji Asumsi Klasik

- a. Uji Normalitas

Menurut Jonathan Sarwono (2010, p.25), uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data yang diperoleh dari hasil tes sebenarnya mengikuti pola sebaran atau tidak". Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normalitas tidaknya satu sebaran adalah apabila hasil dari Shapiro Wilk memiliki nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan $< 0,05$), maka normal dan apabila nilai signifikan kurang dari 0,05 (signifikan $< 0,05$) dinyatakan tidak normal. Jika hasil menunjukkan tidak normal, maka dilakukan Uji Non Parametrik.

b. Uji Homogenitas

Menurut Jonathan Sarwono (2010, p.86), uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan variansi atau untuk menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Kriteria pengambilan keputusan diterima apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan $> 0,05$) dengan menggunakan *Levene Test*.

3.7.4. Uji Hipotesis

Menurut Jonathan Sarwono (2010, p.87), Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *independent t-test*. Uji *independent t-test* digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidak perbedaan signifikan adalah apabila nilai t-hitung lebih besar dari t-tabel, maka H_a diterima dan jika nilai signifikan t-hitung kurang dari t-tabel, maka H_a diterima.

3.8. Langkah-Langkah Penelitian

Langkah – langkah yang dilakukan dalam melakukan penelitian sebagai berikut:

- a. Tahap persiapan
 - 1) Menyusun proposal penelitian.
 - 2) Menentukan dan menyusun instrumen penelitian yang akan digunakan (kuesioner).
 - 3) Melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen.
- b. Tahap pelaksanaan
 - 1) Mengidentifikasi populasi dan menentukan sampel menggunakan rumus Slovin.
 - 2) Melakukan pembagian kelompok berdasarkan jenis UKM (olahraga dan non-olahraga).
 - 3) Menyebarkan kuesioner kepada responden yang telah dipilih secara acak.

- 4) Mengumpulkan dan memeriksa data yang telah diperoleh.
 - 5) Mengolah data menggunakan bantuan software SPSS versi 20.
 - 6) Melakukan uji validitas, uji reliabilitas, dan pengujian hipotesis sesuai rumusan masalah.
 - 7) Menarik kesimpulan berdasarkan hasil analisis data.
- c. Tahap akhir
- 1) Menyusun laporan hasil penelitian dalam bentuk skripsi.
 - 2) Melakukan seminar hasil dan sidang skripsi sebagai bentuk pertanggungjawaban ilmiah.

3.9. Waktu dan Tempat Penelitian

3.9.1. Waktu Penelitian

Tabel 3.4. Waktu Penelitian

No.	Kegiatan	Bulan				
		Mar	Apr	Mei	Jun	Jul
1	Pengajuan outline dan rekomendasi pembimbing					
2	Konsultasi awal dan menyusun rencana kegiatan					
3	Proses bimbingan untuk menyelesaikan proposal					
4	Seminar Proposal Skripsi					
5	Revisi Proposal Skripsi dan persetujuan revisi					
6	Pengumpulan dan pengolahan data					
7	Proses bimbingan untuk menyelesaikan Skripsi					
8	Ujian Skripsi, revisi Skripsi, dan Pengesahan Skripsi					

Seminar proposal telah dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 4 Juni 2025. Proses pengumpulan data ini dilaksanakan pada hari Senin sampai Jumat, dimulai dari tanggal 9 Juni 2025 hingga 25 Juni 2025, selama kurang lebih 3 (tiga) minggu. Kegiatan penelitian dilakukan setiap hari kuliah pada pukul 08.00 WIB hingga 15.00 WIB, menyesuaikan dengan jadwal dan ketersediaan responden serta pihak terkait.

3.9.2. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Universitas Siliwangi Tasikmalaya, khususnya di lingkungan mahasiswa yang aktif dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) baik bidang olahraga maupun non-olahraga. Lokasi pengambilan data dilakukan secara langsung di area kampus seperti sekretariat UKM, kelas, dan area publik kampus lainnya, serta secara daring melalui penyebaran kuesioner online jika responden tidak dapat ditemui secara langsung.