

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab III membahas mengenai desain penelitian, definisi istilah, partisipan penelitian dan tempat penelitian dilaksanakan, proses pengumpulan data, analisis data, dan isu etik.

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Penelitian kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang bertujuan untuk menyelami secara mendalam konteks penelitian guna memperoleh pemahaman yang mendalam tentang bagaimana suatu hal terjadi, mengapa hal tersebut terjadi demikian, dan bagaimana para partisipan dalam konteks tersebut memaknainya (Gay et al., 2012). Untuk menggali pemahaman tersebut, peneliti mengajukan pertanyaan yang luas dan terbuka kepada partisipan, mengumpulkan pandangan partisipan secara mendalam dalam bentuk kata-kata atau gambar, serta menganalisis data yang diperoleh untuk menemukan deskripsi dan tema-tema utama yang relevan dengan fokus penelitian (Creswell, 2012).

Penelitian kualitatif memiliki berbagai karakteristik utama pada setiap tahap proses penelitian, yaitu a) Mengeksplorasi suatu masalah dan mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang fenomena sentral; b) Tinjauan pustaka memiliki peran kecil, tetapi tetap digunakan untuk membenarkan adanya masalah penelitian; c) Merumuskan tujuan dan pertanyaan penelitian secara umum dan luas agar mencakup pengalaman partisipan; d) Mengumpulkan data berdasarkan kata-kata dari sejumlah kecil individu untuk memperoleh pandangan partisipan; e) Menganalisis data untuk mendapatkan deskripsi dan tema menggunakan analisis teks, serta menafsirkan makna yang lebih luas dari temuan; f) Menulis laporan dengan struktur yang fleksibel dan berkembang, menggunakan kriteria evaluatif, serta menyertakan refleksi subjektif dan bias dari peneliti (Creswell, 2012).

Adapun penelitian ini menerapkan metode studi kasus yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai kondisi psikologis individu yang

menjadi fokus kajian (Cervone & Pervine, 2008). Metode studi kasus merupakan pendekatan penelitian kualitatif di mana peneliti berfokus pada suatu unit kajian yang dikenal sebagai sistem yang dibatasi (*bounded system*). Metode studi kasus dipilih karena sesuai untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang bersifat deskriptif seperti ‘apa yang terjadi?’ maupun pertanyaan eksplanatori seperti ‘bagaimana’ atau ‘mengapa sesuatu terjadi?’. Pemilihan metode ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang mendalam terhadap proses dan konteks dari fenomena yang sedang diteliti (Gay et al., 2012).

3.2 Definisi Istilah

Fenomena atau tema utama yang menjadi topik pembahasan penelitian yaitu karakteristik *hardiness* siswa dengan stress akademik. Istilah *hardiness* didefinisikan sebagai kemampuan atau daya tahan psikologis seseorang dalam menghadapi stres dan tekanan hidup, yang ditandai dengan tiga sikap utama, yakni komitmen, kontrol, dan tantangan. Individu yang memiliki *hardiness* tinggi cenderung tetap terlibat aktif dalam hidup, percaya bahwa mereka bisa mengendalikan situasi, dan melihat perubahan sebagai peluang untuk tumbuh, bukan sebagai ancaman. Definisi istilah penelitian dilandasi oleh teori “*Hardiness*” yang dikembangkan oleh Suzanne C. Kobasa pada tahun 1979 dan kemudian dikembangkan lebih lanjut bersama Salvatore Maddi pada tahun 1984.

3.3 Partisipan dan Tempat Penelitian

Pemilihan partisipan dan lokasi penelitian dilakukan secara sengaja dengan tujuan untuk mengkaji serta memahami fenomena utama, yakni *hardiness*. Bagian ini menguraikan dasar pertimbangan yang digunakan dalam menentukan partisipan serta tempat dilaksanakannya penelitian.

3.3.1 Partisipan

Partisipan penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Creswell, 2012). Teknik tersebut digunakan karena menekankan pada pemilihan partisipan yang dianggap mampu memberikan informasi secara mendalam mengenai fenomena yang sedang dikaji yang

kemudian menjadi dasar pemilihan partisipan dengan karakteristik stres akademik tinggi.

Dalam penelitian ini, peneliti terlebih dahulu menyebarkan angket stres akademik kepada siswa di tiga jenis kelas yang berbeda, yaitu kelas unggulan tahfidz, kelas unggulan akademik, dan kelas reguler. Dari hasil penyebaran angket tersebut, peneliti memilih tiga siswa dengan skor stres akademik tinggi sebagai partisipan utama. Pemilihan ini dilakukan karena ketiga siswa tersebut dianggap memiliki pengalaman dan dinamika yang relevan untuk mengungkap karakteristik *hardiness* dalam menghadapi tekanan akademik.

Siswa yang dijadikan partisipan utama dalam penelitian terdiri dari tiga orang. Partisipan diperoleh berdasarkan data pemerolehan alat ukur stress akademik yang telah disebar oleh peneliti di sekolah penelitian. Dasar pertimbangan dalam pemilihan partisipan yaitu sebagai berikut:

- 1) Siswa sekolah menengah atas berusia 15-17 tahun.
- 2) Siswa sekolah menengah atas dengan pengklasifikasian kelas berbeda, yakni kelas unggulan tahfidz, unggulan akademik dan reguler.
- 3) Siswa yang bersedia menjadi partisipan dalam penelitian.
- 4) Siswa sekolah menengah atas yang memiliki tingkat stres akademik tinggi berdasarkan hasil penyebaran alat ukur stress akademik di masing-masing kelas, yang ditunjukkan melalui ciri-ciri berikut: (a) Menunjukkan gejala emosional seperti mudah cemas, merasa kewalahan, atau sering merasa tertekan saat menghadapi tugas dan ujian; (b) Mengalami reaksi fisik seperti sakit kepala, gangguan tidur, kelelahan berlebih, atau menurunnya nafsu makan yang berkaitan dengan tekanan akademik; (c) Mengalami perubahan perilaku seperti penurunan motivasi belajar, menghindari tugas atau tanggung jawab sekolah, serta menarik diri dari aktivitas sosial; (d) Menyampaikan pikiran negatif tentang diri sendiri, merasa tidak mampu memenuhi tuntutan sekolah, atau mengalami penurunan kepercayaan diri secara signifikan dalam konteks akademik.

3.3.2 Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMA Pasundan 2 Bandung yang berlokasi di Jalan Cihampelas No. 167, Kelurahan Cipaganti, Kecamatan Coblong, Kota Bandung, Jawa Barat, 40131. SMA Pasundan 2 Bandung merupakan salah satu sekolah menengah atas swasta di Kota Bandung yang berada di kawasan padat penduduk. Mayoritas peserta didik berasal dari latar belakang budaya Sunda dan memiliki kondisi ekonomi yang relatif homogen, cenderung pada kelas menengah ke bawah.

Selain menyelenggarakan program kelas reguler, SMA Pasundan 2 Bandung juga menawarkan program kelas unggulan, yaitu kelas unggulan akademik dan kelas unggulan tahfidz. Kelas unggulan akademik berfokus pada peningkatan prestasi siswa dalam bidang akademik dengan penekanan pada pembelajaran yang lebih intensif dan pengembangan kompetensi intelektual. Sementara itu, kelas unggulan tahfidz ditujukan bagi siswa yang memiliki minat dalam menghafal Al-Qur'an dengan pembinaan keagamaan yang lebih mendalam untuk mendukung karakter spiritual dan religius peserta didik.

3.4 Pengumpulan Data

Setelah diperoleh izin dari lingkungan penelitian serta menentukan partisipan, proses pengumpulan data mulai dilaksanakan. Kegiatan tersebut juga dikenal juga sebagai *fieldwork* (kerja lapangan) yang dilakukan dengan cara membaur secara intensif di lokasi penelitian, melibatkan diri dalam lingkungan tersebut, serta mengumpulkan informasi yang relevan tanpa menimbulkan gangguan (Gay et al., 2012). Adapun pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan sebagai berikut.

3.4.1 Kuesioner

Pemilihan partisipan dalam penelitian ini didasarkan pada hasil penyebaran kuesioner yang telah diisi oleh seluruh siswa dari kelas X-1, X-3, dan X-5. Ketiga kelas tersebut dipilih mewakili kategori kelas unggulan tahfidz, unggulan akademik, dan kelas reguler di SMA Pasundan 2 Bandung. Instrumen yang digunakan dalam asesmen awal untuk mengukur tingkat stres akademik adalah *Student-Life Stress Inventory* (SLSI) yang dikembangkan oleh Gadzella (1994) dan telah dialih bahasa ke dalam Bahasa Indonesia oleh Muti'ah (2020).

3.4.2 Wawancara

Wawancara merupakan salah satu teknik utama pada penelitian kualitatif. Wawancara merupakan pengumpulan data yang dilakukan dengan mengajukan pertanyaan terbuka dan umum kepada partisipan, serta merekam jawaban partisipan untuk kemudian ditranskripsi dan dianalisis. Penggunaan pertanyaan terbuka memberi ruang bagi partisipan untuk menyampaikan pengalaman dan pandangan mereka secara bebas, tanpa dibatasi oleh sudut pandang peneliti atau temuan-temuan sebelumnya. Wawancara memungkinkan peneliti untuk mendapatkan informasi mendalam dan personal. Selain itu, wawancara memberi peneliti kontrol atas jenis informasi yang diperoleh, karena peneliti dapat menyesuaikan pertanyaan untuk menggali informasi tertentu secara lebih spesifik (Creswell, 2012).

Jenis wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur. Wawancara ini dilakukan dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun sebelumnya, namun tetap memberikan ruang fleksibilitas bagi peneliti untuk mengeksplorasi lebih lanjut jawaban dari partisipan. Meskipun terdapat pertanyaan inti yang menjadi panduan utama, peneliti dapat menyesuaikan urutan pertanyaan maupun memperluas pertanyaan sesuai dengan dinamika percakapan yang terjadi selama proses wawancara berlangsung (Fraenkel et al., 2012). Pendekatan wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *one-on-one interview*, yaitu wawancara yang dilakukan antara peneliti dan satu partisipan secara langsung. Pendekatan ini memungkinkan penggalan data yang mendalam, karena partisipan dapat lebih leluasa menyampaikan pandangan dan pengalamannya secara personal (Creswell, 2012).

Tahap wawancara dilakukan sebanyak tiga sesi, di mana setiap sesi wawancara dengan satu orang partisipan penelitian memerlukan waktu kurang lebih 45-60 menit. Deskripsi pelaksanaan waktu dan tempat wawancara dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut.

Tabel 3. 1 Pelaksanaan Waktu dan Tempat Wawancara

Kode Partisipan	Sesi	Hari/Tanggal	Tempat Pelaksanaan
A	1	Senin, 02 Juni 2025	Ruang BK SMA Pasundan 2 Bandung
	2	Sabtu, 14 Juni 2025	<i>Google Meet</i>

Sinta Putri Dwi Febrianti, 2025

KARAKTERISTIK HARDINESS SISWA DENGAN STRES AKADEMIK: SUATU RANCANGAN LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	3	Minggu, 22 Juni 2025	Google Meet
S	1	Senin, 02 Juni 2025	Ruang BK SMA Pasundan 2 Bandung
	2	Sabtu, 21 Juni 2025	Google Meet
	3	Sabtu, 28 Juni 2025	Google Meet
Z	1	Senin, 02 Juni 2025	Ruang BK SMA Pasundan 2 Bandung
	2	Minggu, 15 Juni 2025	Google Meet
	3	Minggu, 22 Juni 2025	Google Meet

Proses wawancara bertujuan untuk menggali pengalaman dan makna yang dimiliki partisipan terkait ketahanan diri (*hardiness*). Aspek yang dieksplorasi merujuk pada tiga komponen utama dari teori *hardiness*, yaitu komitmen (*commitment*), kontrol (*control*), dan tantangan (*challenge*). Rumusan pedoman wawancara yang digunakan dalam penelitian disusun berdasarkan ketiga aspek tersebut dan diuraikan dalam Tabel 3.2 mengenai rumusan pedoman wawancara.

Tabel 3. 2 Rumusan Pedoman Wawancara

No.	Aspek	Indikator	Pertanyaan
1.	Komitmen	Memiliki tanggung jawab terhadap tugas	1. Biasanya, apa yang pertama kali muncul di pikiran kamu ketika mendapatkan tugas dari guru? 2. Bagaimana cara kamu memulai mengerjakan tugas kalau tugas yang diberikan banyak dan <i>deadline</i>-nya mepet? 3. Selama proses mengerjakan tugas, bagaimana perasaan kamu? 4. Apakah kamu pernah mengalami situasi dimana kamu merasa berat untuk mengerjakan tugas? Kalau pernah, bagaimana kamu menghadapinya?
		Terlibat dalam aktifitas atau kegiatan yang diikuti	1. Apa yang biasanya kamu pikirkan ketika terdapat kegiatan atau acara yang diadakan oleh sekolah, misalnya perayaan hari besar, lomba atau pentas seni? 2. Ketika terdapat perlombaan yang diadakan dalam rangka perayaan ulang tahun sekolah, apakah kamu tertarik untuk mengikuti kegiatannya? 3. Bagaimana peran kamu saat itu? 4. Bagaimana kamu memutuskan untuk ikut atau tidak ikut dalam suatu kegiatan

			sekolah? Faktor apa yang biasanya kamu pertimbangkan?
		Mengerjakan tugas hingga tujuannya tercapai	1. Saat kamu mengerjakan tugas, apa yang dilakukan agar tugas tersebut selesai dengan hasil maksimal? 2. Bagaimana cara kamu menghadapi tugas yang menurut kamu cukup sulit atau membutuhkan waktu lama agar tetap bisa diselesaikan sampai tuntas? 3. Ketika kamu sudah mengerjakan tugas dengan maksimal, namun kamu mendapatkan nilai yang rendah, bagaimana tanggapan kamu?
2.	Kontrol	Mengantisipasi keadaan dengan baik	1. Apa yang bisa mengalihkan perhatianmu ketika sedang belajar? (<i>ponsel/menonton/game/main/ngobrol</i>) 2. Apa yang kamu pertimbangkan ketika dihadapkan pada pilihan antara melanjutkan belajar atau untuk bersantai sejenak? 3. Ketika sudah bertekad ingin mengerjakan tugas, tetapi terus mengganggu fokusmu, apa yang kamu lakukan? 4. Ketika kamu mengabaikan tugas karena asik, apa dampak yang kamu rasakan? 5. Bagaimana cara kamu meyakinkan diri sendiri untuk kembali fokus pada saat perhatianmu mulai teralihkan?
		Mengendalikan diri dalam berbagai situasi	1. Pernahkah kamu berada dalam situasi dimana orang lain salah menilai kamu, sehingga tidak sesuai dengan keadaan yang sebenarnya? 2. Bagaimana perasaanmu ketika kamu berada dalam situasi tersebut? 3. Apa langkah pertama yang kamu ambil dalam situasi tersebut? 4. Bagaimana kamu mengatur sikap saat ingin menjelaskan keadaan yang sebenarnya? 5. Apa yang membuatmu tetap tenang saat menghadapi situasi tersebut? 6. Bagaimana kamu menjaga hubungan dengan orang tersebut setelah terjadi situasi seperti itu?
3.	Tantangan	Menyikapi situasi secara objektif &	1. Apakah kamu pernah mengalami kegagalan dalam hidupmu?

		Memiliki pemikiran yang positif	2. Bagaimana perasaan kamu saat mengalami kegagalan tersebut? 3. Bagaimana kamu melihat kegagalan tersebut? 4. Apakah kamu merasa pantas atau tidak menerima kegagalan tersebut? 5. Berapa lama kamu menerima kegagalan tersebut? 6. Apakah kamu masih bisa tersenyum saat mengalami kegagalan? 7. Bagaimana cara kamu menerima kegagalan tersebut? 8. Apakah kamu mensyukuri kegagalan tersebut?
		Menganggap perubahan sebagai kesempatan untuk berkembang	1. Jika di kelasmu secara tiba-tiba terdapat guru baru atau teman baru, apa yang kamu pikirkan pertama kali? 2. Bagaimana perasaanmu saat itu? 3. Biasanya, apa tantangan yang muncul saat menghadapi guru baru atau teman baru di kelasmu? Bagaimana kamu menghadapainya? 4. Bagaimana cara kamu menyesuaikan diri dengan guru atau teman baru di kelasmu? 5. Bagaimana kamu menyikapi perbedaan sifat atau kebiasaan dari guru baru atau teman baru dengan guru lama atau teman-teman lamamu? 6. Apakah keberadaan guru atau teman baru memberikan pengalaman atau pelajaran baru untuk kamu?

3.4.3 Observasi

Observasi merupakan proses mengumpulkan informasi langsung dan terbuka dengan mengamati orang dan tempat di lokasi penelitian (Creswell, 2012). Pada penelitian ini, observasi dilakukan bersamaan dengan proses wawancara untuk memperkaya data yang dikumpulkan. Peneliti menggunakan lembar observasi berupa data *checklist* yang berisi indikator perilaku tertentu yang relevan dengan topik penelitian, peneliti mencatat pernyataan atau ungkapan yang secara eksplisit maupun implisit mengandung makna ketahanan partisipan dalam menghadapi tekanan akademik.

3.4.4 Triangulasi

Triangulasi merupakan proses mengonfirmasi bukti dari berbagai individu, jenis data, atau metode pengumpulan data dalam deskripsi dan tema penelitian kualitatif (Creswell, 2012). Strategi ini digunakan untuk meningkatkan akurasi dan kredibilitas temuan dengan membandingkan berbagai sudut pandang terhadap fenomena yang diteliti. Peneliti melakukan triangulasi sumber data dengan mewawancarai guru Bimbingan dan Konseling serta teman sekelas partisipan. untuk mengonfirmasi data yang diperoleh dari wawancara utama. Dalam penelitian ini, triangulasi tidak diterapkan pada seluruh partisipan, melainkan secara khusus difokuskan pada satu partisipan yang menunjukkan karakteristik *hardiness* paling rendah.

Pemilihan partisipan didasarkan pada pertimbangan bahwa informasinya mencerminkan dinamika stres akademik yang lebih rentan dan kategori *hardiness* rendah, sehingga perlu diuji konsistensi dan keabsahannya melalui sumber data tambahan. Hasil triangulasi menunjukkan adanya kesesuaian antara pernyataan partisipan dengan pandangan guru BK dan temannya, khususnya dalam menggambarkan respons partisipan terhadap tekanan akademik, cara mengelola emosi, serta bentuk dukungan sosial yang diterima. Namun, ditemukan juga beberapa ketidaksesuaian antara apa yang disampaikan partisipan dengan penilaian guru terhadap partisipan tersebut.

Fokus triangulasi pada satu partisipan dipilih untuk menjaga kedalaman analisis pada data utama, sekaligus mempertimbangkan keterbatasan waktu dan sumber daya selama proses penelitian. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh konfirmasi yang bermakna tanpa mengurangi fokus eksplorasi terhadap konteks pengalaman partisipan secara mendalam.

3.5 Analisis Data

Analisis data yang dilakukan dengan mengolah data penelitian hasil wawancara. Tahapan analisis data pada penelitian meliputi mempersiapkan dan mengorganisasi data yang diperoleh melalui wawancara, kemudian dianalisis baik

secara manual maupun dengan bantuan perangkat lunak komputer. Mengingat bahwa penelitian kualitatif menghasilkan data yang sangat kaya dan mendalam, proses ini menjadi tahap krusial dalam menjaga kualitas dan akurasi temuan penelitian (Creswell, 2012).

Tahap pertama dalam menganalisis data yaitu dengan melakukan transkripsi data, seluruh data wawancara yang diperoleh dalam bentuk rekaman audio ditranskripsi secara verbatim ke dalam bentuk teks. Proses transkripsi dilakukan sesegera mungkin setelah wawancara untuk menjaga keakuratan isi dan konteks percakapan (Creswell, 2012). Setiap transkrip mencantumkan informasi identitas kode partisipan, tanggal wawancara, serta sesi wawancara beberapa. Penulisan transkrip dimulai dengan mencatat pertanyaan yang diberikan oleh peneliti, diikuti oleh jawaban yang diberikan oleh partisipan selama wawancara.

Tahap kedua yaitu data yang telah ditranskripsi diklasifikasikan ke dalam folder digital berdasarkan sesi wawancara dan partisipan. Setiap folder mencakup transkrip wawancara, catatan lapangan, serta pedoman wawancara yang digunakan. Pengorganisasian ini dilakukan untuk memudahkan pelacakan dan manajemen data selama proses analisis. Selain itu, peneliti juga menyimpan salinan cadangan dari seluruh file untuk menghindari risiko kehilangan data (Creswell, 2012).

Tahap ketiga dalam proses analisis data adalah proses pengkodean terhadap data hasil wawancara serta menetapkan tema-tema analisis. Proses ini dapat dilakukan secara manual maupun dengan bantuan perangkat lunak komputer. Penelitian ini menggunakan analisis data secara manual yang dilakukan dengan cara membaca data, memberi tanda secara manual, dan membaginya ke dalam bagian-bagian untuk selanjutnya diberikan label tema (Creswell, 2012). Analisis data dilakukan secara manual karena jumlah data masih dalam batas wajar dan peneliti ingin lebih dekat dengan data dan merasakan langsung proses analisis. Meski dilakukan secara manual, peneliti tetap menerapkan prinsip-prinsip sistematis dalam pengkodean, pengelompokan tema, serta penafsiran makna data.

Proses pengkodean data menghasilkan 64 kode dari data wawancara partisipan Kelas Unggulan Tahfidz sebagaimana ditampilkan pada gambar 3.1, 65 kode dari partisipan Kelas Unggulan Akademik sebagaimana terlihat pada gambar 3.2, dan 71 kode dari partisipan Kelas Reguler yang ditampilkan pada gambar 3.3.

A.1 Antusias terhadap teman baru	A.23 Kurang motivasi pribadi	A.45 Perasaan malu
A.2 Bangkit dari kegagalan	A.24 Lebih terbuka ke teman lama	A.46 Perasaan tidak nyaman
A.3 Berpikir objektif	A.25 Malas	A.47 Perbandingan dan klarifikasi
A.4 Butuh waktu untuk menerima	A.26 Manajemen waktu pribadi	A.48 Percaya pada diri sendiri
A.5 Distraksi di rumah	A.27 Mencari referensi	A.49 Perfeksionis
A.6 Distraksi digital	A.28 Menerima konsekuensi	A.50 Persepsi waktu longgar
A.7 Dukungan orang tua	A.29 Mengabaikan penilaian negatif	A.51 Prasangka negatif
A.8 Dukungan teman	A.30 Mengerjakan bersama teman	A.52 Preferensi akademik
A.9 Ekspektasi tidak sesuai	A.31 Menjaga integritas	A.53 Selektif berdasarkan minat
A.10 Eliminasi gangguan	A.32 Menjalin relasi sosial	A.54 Self-talk positif
A.11 Emosi datar	A.33 Menjauh	A.55 Serius saat terdesak
A.12 Evaluasi diri	A.34 Mensyukuri kegagalan	A.56 Strategi bertahap
A.13 Fleksibel dalam bersosialisasi	A.35 Merasa tidak layak	A.57 Strategi konkret khusus
A.14 Hambatan dalam kolaborasi	A.36 Nilai sebagai motivasi	A.58 Suasana hati tenang
A.15 Inisiatif menjalin hubungan	A.37 Paksa diri sendiri	A.59 Tekad untuk terus mencoba
A.16 Kebingungan memulai tugas	A.38 Partisipasi karena nilai	A.60 Tekanan waktu
A.17 Kecewa nilai rendah	A.39 Pembuktian diri	A.61 Tertutup secara sosial
A.18 Kegagalan sebagai tantangan	A.40 Pendekatan melalui aktifitas	A.62 Tetap positif
A.19 Keinginan menjelaskan terhambat	A.41 Pengalaman dari perubahan	A.63 Tidak sesuai harapan
A.20 Kelelahan sosial	A.42 Pengaruh teman sebaya	A.64 Usaha mengatasi kecanggungan
A.21 Kondisi fisik tidak nyaman	A.43 Peningkatan percaya diri	
A.22 Kooperatif meski tidak akrab	A.44 Penundaan tugas	

Gambar 3. 1 Daftar Kode Partisipan Kelas Unggulan Tahfidz

S.1 Alternatif sumber bantuan	S.23 Kebingungan memulai tugas	S.45 Partisipasi tergantung teman
S.2 Asal tugas selesai	S.24 Kecewa hasil tidak sesuai	S.46 Perluasan relasi sosial
S.3 Bantuan teknologi	S.25 Kemampuan menyesuaikan diri	S.47 Prioritas tidak seimbang
S.4 Beban kelas unggulan	S.26 Keterbatasan dukungan teman	S.48 Rasa bersalah saat lalai
S.5 Belajar dari pengamatan sosial	S.27 Ketergantungan pada teman	S.49 Saling memaafkan
S.6 Belajar melalui bantuan teman	S.28 Kolaborasi dalam kelompok	S.50 Selektif berdasarkan minat
S.7 Belajar tidak efektif	S.29 Kurang memahami materi	S.51 Semangat didukung teman
S.8 Belum sepenuhnya menerima	S.30 Membandingkan diri	S.52 Strategi bertahap
S.9 Butuh struktur dalam bekerja	S.31 Memilih bolos sekolah	S.53 Santai tapi tergesa
S.10 Cemas dinilai buruk	S.32 Memperbaiki hubungan	S.54 Takut dilihat gagal
S.11 Cemas kehilangan teman	S.33 Mencontoh strategi adaptasi	S.55 Tekanan sosial berpartisipasi
S.12 Disalahpahami teman	S.34 Mendahulukan tanggung jawab	S.56 Tekanan waktu
S.13 Disiplin karena teguran	S.35 Menerima kesalahan pribadi	S.57 Tenang memberi umpan balik
S.14 Distraksi gawai	S.36 Mengerjakan bersama teman	S.58 Termotivasi karena teman
S.15 Ekspektasi campuran	S.37 Menghindari kegiatan yang tidak disukai	S.59 Tetap berusaha tersenyum
S.16 Enggan berpartisipasi tanpa dukungan teman	S.38 Menjaga hubungan setelah konflik	S.60 Tetap perlu waktu beradaptasi
S.17 Evaluasi diri	S.39 Mensyukuri kegagalan	S.61 Tidak fokus saat tidak paham
S.18 Fokus tergantung Pelajaran	S.40 Menyadari perbedaan	S.62 Tidak membela yang salah
S.19 Gaya mengajar guru	S.41 Menyontek	S.63 Usaha memperbaiki nilai
S.20 Inisiatif berdasarkan minat	S.42 Merasa tersisih secara sosial	S.64 Verifikasi tugas oleh teman
S.21 Inisiatif klarifikasi	S.43 Motivasi sesuai mata pelajaran	S.65 Waspada dampak kelalaian
S.22 Inisiatif membangun hubungan	S.44 Nilai sebagai keberhasilan	

Gambar 3. 2 Daftar Kode Partisipan Kelas Unggulan Akademik

Z.1 Atur waktu dalam tekanan	Z.25 Kontrol diri	Z.49 Pengelolaan emosi sosial
Z.2 Bantuan teknologi	Z.26 Kurang minat acara seremonial	Z.50 Penyesalan akibat distraksi
Z.3 Batasi penggunaan gawai	Z.27 Langsung kerjakan tugas	Z.51 Pilih lomba atas manfaat
Z.4 Belajar dari pengalaman	Z.28 Membosankan	Z.52 Pola pikir disiplin waktu
Z.5 Belajar dari perubahan	Z.29 Memilih lomba yang menantang	Z.53 Polarisasi emosi
Z.6 Belajar Ikhlas	Z.30 Meminta bantuan orang tua	Z.54 Refleksi dari kesalahan
Z.7 Belajar ulang materi	Z.31 Mencari Solusi	Z.55 Refleksi diri dari teman baru
Z.8 Berusaha mandiri	Z.32 Mencari dukungan psikologis	Z.56 Refleksi sebagai motivasi
Z.9 Cegah penumpukan tugas	Z.33 Mengetahui alur tugas	Z.57 Reframing positif
Z.10 Disiplin waktu	Z.34 Menghindari konflik	Z.58 Resiliensi mental
Z.11 Distraksi gawai	Z.35 Menjauhkan sumber distraksi	Z.59 Sedih karena kegagalan
Z.12 Dukungan wali kelas	Z.36 Mensyukuri kegagalan	Z.60 Selektif berdasarkan minat
Z.13 Eliminasi gangguan	Z.37 Menyelesaikan meski berat	Z.61 Sikap positif saat mengerjakan
Z.14 Evaluasi diri	Z.38 Menyelesaikan tanpa bimbingan	Z.62 Strategi bertahap
Z.15 Evaluasi diri dan pembandingan	Z.39 Musik memacu semangat	Z.63 Strategi pendekatan bertahap
Z.16 Fleksibilitas dalam pendekatan	Z.40 Negosiasi perpanjangan waktu	Z.64 Tantangan kerja kelompok
Z.17 Independensi kognitif	Z.41 Nilai sebagai motivasi	Z.65 Tekanan sosial
Z.18 Inisiatif klarifikasi	Z.42 Optimis terhadap masa depan	Z.66 Tekanan waktu
Z.19 Inisiatif menjalin hubungan	Z.43 Overthinking	Z.67 Terbuka terhadap perubahan
Z.20 Kesadaran dampak nilai	Z.44 Paksa diri sendiri	Z.68 Tertarik karena lomba unik
Z.21 Kesadaran situasi lingkungan	Z.45 Pemikiran terbuka	Z.69 Tetap enjoy meski kesal
Z.22 Kesal saat tugas bertumpuk	Z.46 Penerimaan sosial	Z.70 Upaya rekonsiliasi
Z.23 Keteladanan akademik	Z.47 Pengalaman baru	Z.71 Validasi ke guru
Z.24 Kombinasi beberapa metode	Z.48 Pengalaman untuk pelajaran	

Gambar 3. 3 Daftar Kode Partisipan Kelas Reguler

Setelah seluruh kode diperoleh, langkah berikutnya adalah mengkategorikan kode-kode berdasarkan kesamaan makna maupun pola tertentu sehingga terbentuk kategori yang lebih sistematis. Dari sekitar 200 kode yang berhasil diidentifikasi, ditemukan tujuh kategori dari kode yang memiliki makna serupa. Selanjutnya, kategori tersebut dirumuskan menjadi lima tema utama sebagai temuan penelitian yang dipaparkan dalam Bab IV. Berikut disajikan hasil pengkategorian beserta tema.

Tabel 3. 3 Kategorisasi dan Tema

No.	Kode	Kategori	Tema
1.	A.11 Emosi datar A.17 Kecewa nilai rendah S.10 Cemas dinilai buruk S.42 Merasa tersisih secara sosial S.53 Santai tapi tergesa Z.43 <i>Overthinking</i> Z.59 Sedih karena kegagalan Z.22 Kesal saat tugas bertumpuk Z. 69 Tetap enjoy meski kesal	Respons emosional terhadap tekanan dan perubahan	Dijalanin aja dulu: Perasaan campur aduk menghadapi tekanan
2.	A.3 Berpikir objektif A.10, Z.13 Eliminasi gangguan A.26 Manajemen waktu pribadi A.30, S.36 Mengerjakan bersama teman A.54 <i>Self-talk</i> positif	Strategi menghadapi tekanan	Langkah kecil: Cara menghadapi tekanan

Sinta Putri Dwi Febrianti, 2025

KARAKTERISTIK HARDINESS SISWA DENGAN STRES AKADEMIK: SUATU RANCANGAN LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	A.56, S.52, Z.62 Strategi bertahap Z.57 <i>Reframing</i> positif Z.39 Musik memacu semangat Z.10 Disiplin waktu		
3.	A.7 Dukungan orang tua A.8 Dukungan teman S.51 Semangat didukung teman Z.12 Dukungan wali kelas Z.32 Mencari dukungan psikologis	Dukungan sosial dan lingkungan sekitar	Orang tua dan teman: Peran sosial dalam ketahanan
4.	A.15, S.22, Z.19 Inisiatif menjalin hubungan S.46 Perluasan relasi sosial S.16 Enggan berpartisipasi tanpa teman S.27 Ketergantungan pada teman S.38 Menjaga hubungan setelah konflik Z.70 Upaya rekonsiliasi	Interaksi sosial dan relasi dengan orang lain	
5.	A.36, Z.41 Nilai sebagai motivasi S. 43 Motivasi sesuai mata pelajaran A. 48 Percaya pada diri sendiri A.59 Tekad untuk terus mencoba Z.42 Optimis terhadap masa depan A.39 Pembuktian diri A.37, Z.44 Paksa diri sendiri	Nilai, tujuan dan motivasi pribadi	Kegagalan: Pemaknaan diri dan dorongan internal
6.	A.12, S.17, Z.14 Evaluasi diri Z.4 Belajar dari pengalaman Z.54 Refleksi dari kesalahan Z.55 Refleksi diri dari teman baru A.34, S.39, Z.36 Mensyukuri kegagalan Z.5 Belajar dari perubahan	Refleksi dan pembelajaran diri	
7.	A.33 Menjauh A.44 Penundaan tugas S.41 Menyontek S.21, Z.18 Inisiatif klarifikasi Z.38 Menyelesaikan tanpa bimbingan Z.27 Langsung kerjakan tugas	Kemandirian dan pengambilan keputusan	Inisiatif klarifikasi: Mandiri dalam mengambil keputusan

3.6 Isu Etik

Partisipan dalam penelitian merupakan siswa yang telah mengisi dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*) sebagai bentuk kesediaan dalam memberikan data yang diperlukan selama proses penelitian. Sebelum sesi wawancara dilaksanakan, persetujuan terlebih dahulu diminta melalui penandatanganan formulir persetujuan (*informed consent*). Penjelasan terkait tujuan penelitian, penggunaan terhadap data yang dikumpulkan, serta jaminan kerahasiaan informasi telah disampaikan kepada partisipan. Seluruh proses

penelitian dirancang agar tidak menimbulkan dampak merugikan baik secara fisik maupun psikologis, karena identitas partisipan dijaga kerahasiaannya secara ketat.