

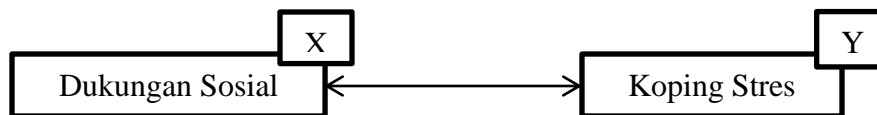
BAB III

METODE PENELITIAN

Bab ini meliputi desain penelitian, variabel penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data dari penelitian ini.

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan dukungan sosial (X) terhadap koping stres (Y) pada dewasa awal yang mengalami fase krisis hidup seperempat abad di Kota Bandung.



Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah dewasa awal yang mengalami fase krisis hidup seperempat abad di Kota Bandung. Krisis hidup seperempat abad dikemukakan pertama kali oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner pada tahun 2001 berdasarkan hasil penelitian mereka terhadap kaum muda di Amerika memasuki abad ke-20, krisis hidup seperempat abad dapat didefinisikan sebagai suatu respon terhadap ketidakstabilan yang memuncak, perubahan yang konstan, terlalu banyaknya pilihan-pilihan serta perasaan panik dan tidak berdaya (*sense of helplessness*) yang biasanya muncul pada individu di rentang usia 18 hingga 29 tahun.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dikarenakan peneliti memiliki kriteria khusus yang ditentukan untuk sampel (Creswell, 2012). Menurut data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik Kota Bandung update pada tanggal 03 November 2019, jumlah penduduk yang termasuk pada dewasa awal ada sekitar 482.064 jiwa. Untuk menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini digunakan rumus slovin, dengan toleransi eror sebesar 5%, berikut rumus slovin:

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

Keterangan:

N = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

E = Toleransi eror

(Sugiyono, 2011).

Sehingga, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{482.064}{1 + 482.064 (0.05)^2}$$

$$n = \frac{482.064}{1 + 482.064 (0.0025)}$$

$$n = \frac{482.064}{1,206.16}$$

$$n = 399,668 \sim 400$$

Jumlah sampel yang didapatkan untuk penelitian ini sebanyak 400 orang, dengan kriteria sebagai berikut:

1. Berusia 18-29 tahun Dewasa Awal.
2. Berdomisili di Kota Bandung.

C. Variabel Penelitian dan Definisi

1. Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

- a. Variabel X : Dukungan Sosial
- b. Variabel Y : Koping Stres

2. Definisi Konseptual

- a. Dukungan Sosial

Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988) menggambarkan dukungan sosial sebagai dukungan yang diterima individu yang didapatkan dari orang

terdekat. Dukungan yang dapat berasal dari keluarga, teman dan dukungan dari individu penting lainnya yang ada di sekitar individu. Dukungan ini dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan yang dihadapinya.

b. Koping Stres

Koping stres merupakan strategi untuk manajemen tingkah laku kepada pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis. Koping stres tersebut terdiri dari dua jenis, yaitu koping yang berorientasi pada emosi (*emotion focused coping*) dan koping yang berorientasi pada masalah (*problem focused coping*).

3. Definisi Operasional

a. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu upaya dewasa awal mendapatkan dukungan dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi seputar hubungan relasi, finansial karier dan hubungan sosial. Dukungan tersebut mengenai penilaian atau persepsi individu perihal dukungan sosial yang dirasakan atau diterima dari tiga sumber spesifik seperti keluarga, teman sebaya, dan *significant others*.

b. Koping Stres

Koping stres merupakan cara yang dilakukan dewasa awal untuk mengurangi atau mengelola sumber stres yang membebani baik yang berasal dari internal maupun lingkungan kepada pemecahan masalah. Koping stres tersebut terdiri dari dua jenis, yaitu koping yang berorientasi pada emosi (*emotion focused coping*) dan koping yang berorientasi pada masalah (*problem focused coping*).

D. Teknik Pengambilan Data

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner dari dua variabel dan satu skala seleksi yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu kuesioner dukungan sosial, koping stres dan skala seleksi krisis hidup seperempat

abad yang dilengkapi dengan identitas responden. Penyebaran kuesioner untuk melakukan uji coba (*try out*) dilakukan mulai tanggal 12 Juni hingga 17 Juni dengan jumlah responden sebanyak 200 dengan pengisian kuesioner melalui tautan bit.ly/SkripsiSantiYRA. Setelah melakukan uji coba, peneliti melakukan penyebaran kuesioner kembali yang dilakukan mulai dari tanggal 17 Juni 2020 hingga 28 Juni 2020 dengan total responden tambahan sebanyak 200 secara *online* melalui tautan bit.ly/Skripsinyasanti. Kuesioner ini disebarikan secara *online*, yaitu dengan menggunakan media sosial seperti Instagram, Twitter, Line, serta Whatsapp dengan membagikan informasi untuk mengisi kuesioner melalui tautan tersebut.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala pengukuran yaitu skala pengukuran dukungan sosial dan skala pengukuran koping stres, tambahan satu skala seleksi krisis hidup seperempat abad.

1. Instrumen Dukungan Sosial

a. Spesifikasi Instrumen Dukungan Sosial

Penelitian ini peneliti akan mengadaptasi instrumen *Multidimensional Of Perceived Social Support* (MPSS) milik Zimet dkk., (1988) yang telah diadaptasi oleh Shabrina (2020) memiliki 12 item. Instrumen ini membagi sumber dukungan sosial menjadi tiga dukungan yaitu keluarga, teman dan *significant others*. Instrumen ini memiliki hasil uji coba dengan reliabilitas sebesar 0.91 yang termasuk sangat reliabel dan skor reliabilitas responden dalam menjawab sebesar 0.90 atau reliabel.

b. Pengisian Instrumen Dukungan Sosial

Pengisian kuisisioner *Multidimensional Of Perceived Social Support* (MPSS) dilakukan oleh partisipan dengan memilih salah satu pilihan jawaban dari skala satu hingga skala tujuh pilihan skala, yaitu dengan rentang pilihan 1 = sangat tidak setuju sampai 7 = sangat setuju.

c. Penyekoran Instrumen Dukungan Sosial

Jawaban dari setiap pernyataan yang terdapat dalam instrumen *Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet dkk., (1988) dinilai dengan angka sebagai berikut, yaitu:

Tabel 3.1 Penyekoran Instrumen Dukungan Sosial

Item	Nilai Item						
	1	2	3	4	5	6	7
	1	2	3	4	5	6	7

d. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial

Dimensi	Nomor Item	Jumlah
<i>Family</i>	3, 4, 8, 11	4
<i>Friends</i>	6, 7, 9, 12	4
<i>Significant Others</i>	1, 2, 5, 10	4
Jumlah		12

2. Instrumen Koping Stres

a. Spesifikasi Instrumen Koping Stres

Pada penelitian ini peneliti akan mengadaptasi instrumen Brief COPE yang disusun oleh Carver, (1997) yang telah diadaptasi oleh Widiyanto (2015) berjumlah 28 butir yang dikelompokkan menjadi koping berfokus masalah dan koping berfokus emosi. Nilai reliabilitas sebesar 0,67 dan nilai validitas yang berkisar antara 0,36-0,49.

b. Pengisian Kuesioner Instrumen Koping Stres

Pengisian kuisisioner Brief COPE dilakukan oleh partisipan dengan memilih salah satu pilihan jawaban dari 4 alternatif jawaban yang tersedia. Jenis jawaban yang digunakan dalam instrument ini adalah *likert rating* dengan pilihan jawaban, yaitu Tidak Pernah (1), Jarang (2), Sering (3), dan Sangat Sering (4).

c. Penyekoran Instrumen Koping Stres

Dalam penyekoran dari jawaban yang telah dipilih oleh partisipan memiliki rentang dari angka 1 sampai dengan 4. Berikut adalah pilihan

jawaban dan skoring respon pada instrument Brief COPE yang disusun oleh Carver (1997) yang telah diadaptasi oleh Widiyanto (2015):

Tabel 3.3 Penyebaran Instrumen Koping Stres

Pernyataan	Tidak Pernah	Jarang	Sering	Sangat Sering
	1	2	3	4

d. Kisi-kisi Instrumen Koping Stres

Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Koping Stres

Variabel	Dimensi	Sub- Dimensi	Nomor	Jumlah
Koping Stres	<i>Problem Focused Coping</i>	<i>Active Coping</i>	2, 7	2
		<i>Planning</i>	14, 25	2
		<i>Use of instrumental support</i>	10, 23	2
	<i>Emotion Focused Coping</i>	<i>Venting</i>	9, 21	2
		<i>Self-distraction</i>	1, 19	2
		<i>Denial</i>	3, 8	2
		<i>Substance use</i>	4, 11	2
		<i>Use of emotional support</i>	5, 15	2
		<i>Behavioral disengagement</i>	6, 16	2
		<i>Positive reframing</i>	12, 17	2
		<i>Humor</i>	18, 28	2
		<i>Acceptance</i>	20, 24	2
		<i>Religion</i>	22, 27	2
<i>Self-blame</i>	13, 26	2		
Jumlah				28

3. Skala Seleksi Krisis Hidup Seperempat Abad

a. Spesifikasi Skala Seleksi Krisis Hidup Seperempat Abad

Penelitian ini peneliti akan mengadaptasi skala seleksi berdasarkan krisis hidup seperempat abad yang dikemukakan pertama kali oleh Alexandra

Robbins dan Abby Wilner pada tahun 2001 berdasarkan hasil penelitian terhadap kaum muda di Amerikayang memasuki abad ke-20, skala seleksi diadaptasi dari Christine Hassler (2009) dalam bukunya *“Twenty-Something Manifesto: Quarter Lifers Speak Out About Who They Are, What They Want, and How to Get It.”*, yang telah diadaptasi oleh habibie (2019) sesuai konteks terdapat 23 item dengan nilai koefisien reliabilitas skala 0,924 sangat reliabel.

b. Pengisian Skala Seleksi Krisis Hidup Seperempat Abad

Pengisian skala seleksi krisis hidup seperempat abad dilakukan oleh partisipan dengan memilih salah satu pilihan jawaban dari 4 alternatif jawaban yang tersedia. Jenis jawaban yang digunakan dalam instrument ini adalah *likert rating* dengan pilihan jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (1), Tidak Setuju (2), Setuju (3), dan Sangat Setuju (4).

c. Penyekoran Skala Seleksi Krisis Hidup Seperempat Abad

Dalam penyekoran dari jawaban yang telah dipilih oleh partisipan memiliki rentang dari angka 1 sampai dengan 4 dan partisipan dapat dinyatakan mengalami krisis hidup seperempat abad bila memenuhi lebih dari 12 item yang tersedia. Berikut adalah pilihan jawaban dan skoring respon pada skala ukur krisis hidup seperempat abad:

Tabel 3.5 Penyekoran Skala Seleksi Krisis Hidup Seperempat Abad

Pernyataan	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
	1	2	3	4

d. Kisi-kisi Skala Seleksi Krisis Hidup Seperempat Abad

“Twenty-Something Manifesto: Quarter Lifers Speak Out About Who They Are, What They Want, and How to Get It.” terdiri dari 23 pernyataan, yang dikembangkan dan diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Agustin (2012), lalu membaginya ke dalam 7 (tujuh) dimensi yang terkandung dalam definisi krisis hidup seperempat abad.

Tabel 3.6 Kisi-kisi Skala Seleksi Krisis Hidup Seperempat Abad

Dimensi	Nomor Item	Jumlah
---------	------------	--------

Kebimbangan dalam mengambil keputusan	1, 2, 3	3
Putus asa	4, 5	2
Penilaian diri yang negative	6, 7, 8, 9, 10, 11	6
Terjebak dalam situasi sulit	12, 13, 14	3
Cemas	15, 16	2
Tertekan	17, 18, 19	3
Kuatir akan relasi interpersonal yang sedang dan akan dibangun.	20, 21, 22, 23	4
Jumlah		23

F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Peneliti melakukan pengembangan alat ukur terhadap kedua instrumen yang akan digunakan. Tahapan dalam proses pengembangan instrumen yang dilakukan dalam penelitian, yaitu:

1. Uji Coba Instrumen (*Try Out*)

Peneliti melakukan uji coba instrumen kepada 200 dewasa awal untuk mengetahui kelayakan dan kesesuaian instrumen terhadap responden. Setelah dilakukan pengumpulan data dalam proses uji coba instrumen, peneliti melakukan analisis dengan menggunakan Rasch Model dengan bantuan aplikasi Winsteps untuk mengetahui validitas, reliabilitas, dan kelayakan item.

2. Uji Validitas

Peneliti melakukan *expert judgement* atau meminta penilaian orang-orang yang ahli dalam bidang Psikologi untuk menguji validitas isi dari kedua instrumen yang akan digunakan. Validitas isi adalah kemampuan instrumen untuk mengukur penguasaan suatu isi atau materi tertentu (Matondang, 2009). Ahli yang dituju dalam penelitian ini adalah Gemala Nurendah, S.Pd., M.A. dan Drs. HM. Engkos Kosasih, M.Pd..

3. Uji Keterbacaan

Peneliti melakukan uji keterbacaan kepada lima responden dewasa awal di Kota Bandung untuk dapat memastikan bahwa alat ukur yang akan digunakan dapat dipahami oleh responden atau tidak dan untuk menghindari kesalahan persepsi.

4. Uji Reliabilitas

Peneliti melakukan uji reliabilitas untuk menganalisis hasil uji coba instrumen untuk melihat kelayakan item yang akan digunakan dalam proses pengambilan data. Hasil uji coba instrumen dukungan sosial memiliki reliabilitas sebesar 0.85 yang termasuk reliabel. Selain itu, skor reliabilitas responden dalam menjawab sebesar 0.94 yang termasuk reliabel. Hasil coba instrumen koping stres memiliki reliabilitas sebesar 0.83 yang termasuk sangat reliabel dan skor reliabilitas responden dalam menjawab sebesar 0.99 atau sangat reliabel.

5. Pemilihan Item

Proses pemilihan item dilakukan dengan menggunakan Rasch model melalui aplikasi Winsteps. Analisis ini dilakukan dengan melihat kesesuaian item melalui tiga nilai yang dapat diterima. Menurut Sumintono & Widhiarso (2013), item dalam instrumen dapat dilihat kesesuaiannya dengan memperhatikan data yang didapatkan dari nilai Outfit Mean Square (MNSQ), Outif Z-Standard (ZSTD), dan nilai Point Measure Correlation (Pt Mean Corr). Nilai yang dapat diterima dari masing-masing kriteria dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.7 Kriteria MNSQ, ZSTD, dan Pt Mean Corr

Data	Nilai yang Diterima
Outfit Mean Square (MNSQ)	0.5 – 1.5
Outif Z-Standard (ZSTD)	(-2) - 2
Point Measure Correlation (Pt Mean Corr).	0.4 – 0.85

Dilihat dari kriteria pada tabel 3.7, masing-masing item pada instrumen dukungan sosial dan koping stres memiliki kesesuaian dengan syarat-syarat yang telah ditentukan. Berdasarkan hal tersebut, seluruh item dari masing-masing instrumen dapat digunakan dalam proses pengambilan data.

G. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tiga tahap, yaitu:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti melakukan studi literatur mengenai variabel dukungan sosial dan koping stres. Kemudian, peneliti merumuskan pertanyaan penelitian dan menentukan metodologi penelitian seperti menentukan alat ukur yang digunakan dalam proses pengambilan data. Peneliti tidak melakukan pengalihan bahasa dan mengadaptasi alat ukur yang telah dialih bahasa oleh peneliti sebelumnya. Setelah itu, peneliti melakukan *expert judgment* kepada dua orang ahli di bidang psikologi untuk meminta penilaian dan menguji validitas isi dari kedua instrumen yang akan digunakan. Alat ukur yang digunakan diuji kepada lima orang dewasa awal di Kota Bandung dalam proses uji keterbacaan untuk menghindari kesalahan persepsi masing-masing item dalam setiap instrumen. Kemudian, peneliti melakukan penyebaran kuesioner untuk melakukan uji coba (*try out*) pada tanggal 12 Juni hingga 17 Juni dengan jumlah responden sebanyak 200 responden.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti menyebarkan kuesioner kepada dewasa awal di Kota Bandung sebagai responden penelitian ini. Penyebaran kuesioner diawali dengan skala seleksi krisis hidup seperempat abad sebagai penyeleksi responden yang mengalami dan tidak mengalami krisis hidup seperempat abad, setelah skala seleksi dilanjutkan dengan skala ukur dukungan sosial dan koping stress.

Proses pengumpulan data dilakukan mulai dari tanggal 17 Juni 2020 hingga 28 Juni 2020 dengan total responden tambahan sebanyak 200 secara *online* berdasarkan kebijakan departemen psikologi data pada uji coba (*try out*) terpakai sebagai data penelitian, sehingga total penelitian ini berjumlah 400 responden.

3. Tahap Pengolahan Data

Pada tahap pengolahan data, peneliti menggunakan aplikasi Winsteps dan SPSS untuk melakukan olah data secara kuantitatif yang kemudian hasilnya diinterpretasikan sesuai dengan teori. Setelah itu, peneliti membuat simpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian yang telah didapatkan.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang ada dalam penelitian ini dengan menggunakan analisis korelasi. Uji korelasi penelitian ini menggunakan *pearson product moment* yang merupakan teknik yang mengukur kekuatan dan hubungan antar dua variabel (Arikunto, 2010). Sebelum melakukan uji korelasi, peneliti melakukan transformasi data dari ordinal ke interval menggunakan *Rasch model* dengan menggunakan aplikasi Winstep. Setelah data interval didapatkan, peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 23 untuk melakukan uji korelasi untuk menguji hipotesis.