

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan, Metode, dan Desain Penelitian**

##### **3.1.1 Pendekatan Penelitian**

Pendekatan dalam penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian ini melakukan penyelidikan tentang masalah sosial berdasarkan pada pengujian sebuah teori yang terdiri dari variabel-variabel, diukur dengan angka, dan dianalisis dengan prosedur statistik untuk menentukan kebenaran generalisasi prediktif teori yang digunakan. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu untuk mendapatkan angka secara numerikal (Creswell, 2010, hlm. 24).

Adapun tujuan dari penelitian kuantitatif itu sendiri adalah untuk menguji teori atau hipotesis, mendukung atau menolak teori. Apabila dalam analisis data terdapat penolakan terhadap hipotesis atau teori, biasanya peneliti tidak langsung menolak hipotesis dan teori tersebut melainkan meneliti terlebih dahulu apakah terdapat kesalahan dalam samplingnya atau definisi konsepnya kurang operasional, sehingga menghasilkan instrumen (kuesioner) yang kurang valid (Kriyantono, 2012 hlm. 20). Dalam penelitian kuantitatif, masalah yang ada dalam penelitian berdasarkan pada gejala yang ada di lapangan atau pada kebutuhan untuk menjelaskan mengapa sesuatu itu terjadi. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan prosedur statistik berupa angka-angka dan data secara numerik yang bertujuan untuk menguji, mendukung, atau menolak teori atau hipotesis.

##### **3.1.2 Metode dan Desain Penelitian**

Metode dalam penelitian menggunakan metode deskriptif (*descriptive research*) yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, dan sedang berlangsung pada saat ini atau masa lampau. Penelitian ini tidak mengadakan manipulasi atau perubahan pada variabel-variabel bebas,

tetapi menggambarkan suatu kondisi apa adanya. Penggambaran kondisi bisa secara individual ataupun kelompok, serta menggunakan angka-angka (Sukmadinata, 2009, hlm. 54). sedangkan, desain penelitian menggunakan survey lintas bagian (*cross-sectional survei*) dengan mengumpulkan data satu per satu dalam satu waktu (Creswell, 2010, hlm. 217). Penelitian survey menjadi salah satu prosedur dalam penelitian kuantitatif, di mana peneliti mengelola survey dari sebuah sampel untuk menggambarkan sikap, pendapat, perilaku, atau karakteristik dari populasi yang ada (Creswell, 2010, hlm. 216). Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh kecenderungan umum kemampuan *coping stress* peserta didik kelas XI SMAN 1 Margahayu tahun ajaran 2020/2021.

### **3.2 Partisipan**

Penelitian dilakukan kepada peserta didik kelas XI SMAN 1 Margahayu tahun ajaran 2020/2021. Pertimbangan melakukan penelitian berdasarkan studi pendahuluan yang masih harus diteliti secara rinci. *Coping stress* yang diteliti dalam penelitian ini merupakan usaha yang dilakukan peserta didik kelas XI SMAN 1 Margahayu tahun ajaran 2020/2021, baik secara kognitif maupun perilaku dalam menghadapi masalah meliputi *problem focused coping, emotion focused coping dan less useful coping*.

### **3.3 Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi penelitian kemampuan *coping* seluruh peserta didik kelas XI tahun ajaran 2020/2021 di SMAN 1 Margahayu dengan rentang usia 16 hingga 17 tahun yang berjumlah 409 peserta didik. Sedangkan untuk menentukan sampel digunakan teknik *non-probability sampling* dengan menggunakan sampel jenuh. Pemilihan sampel peserta didik kelas XI di SMAN 1 Margahayu didasarkan kebutuhan pengambilan data sesuai dengan rekomendasi dari lokasi penelitian itu sendiri.

**Tabel 3.1**  
**Jumlah Populasi Peserta Didik Kelas XI SMAN 1 Margahayu Tahun Ajaran**  
**2020/2021**

No	Kelas	Populasi
1	XI MIA 1	39
2	XI MIA 2	38
3	XI MIA 3	37
4	XI MIA 4	38
5	XI MIA 5	36
6	XI MIA 6	39
7	XI MIA 7	38
8	XI ISO 1	39
9	XI ISO 2	37
10	XI ISO 3	38
11	XI Bahasa	30
<b>Total</b>		409

### 3.4 Definisi Operasional Variabel *Coping Stress*

Strategi *coping stress* digunakan saat individu memiliki keadaan yang kurang menguntungkan, baik secara fisiologis maupun psikologis. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Strategi *coping* sering dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman dalam menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial dan lain-lain sangat berpengaruh pada kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.

*Coping stress* yang dimaksud dalam penelitian adalah mendalami kemampuan peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Margahayu dalam merespon stres yang mengacu pada teori *Assessing coping strategies*. Hal ini ditandai dengan gaya hidup dan tingkat stres peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Margahayu.

Terdapat tiga bentuk strategi *coping stress*, yaitu *problem focused coping*, *emotion focused coping*, dan *less useful coping*. *Problem focused coping* ditujukan untuk memecahkan masalah atau melakukan sesuatu untuk mengubah sumber stres. *Emotion focused coping* merupakan suatu proses kognitif yang dilakukan

untuk mengurangi tekanan emosional. sedangkan *less useful coping* merupakan satu strategi yang kurang menguntungkan dan menghambat individu untuk melakukan *coping* secara aktif. Terdapat beberapa langkah yang harus diambil dari setiap bentuk strategi *coping stress*. Penelitian ini dilakukan untuk melihat langkah yang dilakukan oleh peserta didik untuk memecahkan masalahnya.

Dalam *problem focused coping* menurut Carver, dkk. (1989) meliputi *active coping*, *planning*, *restraint* dan *seeking social support*. *Active coping* merupakan proses melakukan tindakan untuk mencoba menghilangkan penyebab stres atau memperbaiki dampak yang akan terjadi. *Planning* dalam strategi *coping stress* adalah memikirkan tentang bagaimana mengatasi suatu stressor dengan menentukan strategi apa yang akan dilakukan dan memikirkan langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah. Kemudian *restraint*, yaitu menahan diri agar tidak bertindak prematur. Bentuk terakhir dari *problem focused coping* adalah *seeking social support for instrumental reasons*, maksudnya adalah mencari nasihat, bantuan, atau informasi.

*Emotion focused coping* yang dikembangkan oleh Carver, dkk. (1989) meliputi:

- a. *Using emotional support*, yaitu memperoleh pengertian dan dukungan moral dan simpati dari orang lain.
- b. *Acceptance*, merupakan respon *coping* yang fungsional dimana individu mencoba untuk menerima kenyataan mengenai situasi yang dihadapinya, sehingga individu akan terlibat dalam upaya untuk mengatasi masalah.
- c. *Positive reframing*, bertujuan untuk mengatur emosi daripada menerima masalah yang terjadi.
- d. *Coping religion* atau agama dapat dijadikan sebagai salah satu sumber dukungan emosi dan cara menghadapi stressor bagi individu.
- e. *Humor*, atau menganggap masalah yang terjadi hanyalah bercanda.
- f. *Venting* atau memfokuskan diri pada masalah dan melampiaskannya dengan kemarahan.
- g. *Self blame*, atau mengkritik diri sendiri sebagai penyebab dan orang yang harus bertanggung jawab pada masalah yang terjadi.

Bentuk terakhir dari strategi *coping stress* yang dikembangkan oleh Carver, dkk. (1989) adalah *less useful coping* yang meliputi:

- a. *Denial*, merupakan respon yang akan menambah masalah, kecuali akan dapat menguntungkan jika stressor yang diabaikan. Penolakan terhadap realitas dapat membuat masalah menjadi lebih serius dan sulit untuk diatasi.
- b. *Behavioral disengagement*, yaitu mengurangi usaha untuk mengatasi masalah, bahkan menyerah untuk mencapai tujuan pada penyebab masalah.
- c. *Self distraction*, yang dapat dilakukan dengan melakukan berbagai kegiatan untuk mengalihkan perhatian dari stressor, contohnya dengan melamun, tidur dan menonton TV.
- d. *Substance use*, melampiasikan pada perilaku seperti menggunakan alkohol dan obat-obatan agar lebih baik.

### **3.5 Instrumen Penelitian**

#### **3.5.1 Jenis Instrumen**

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket. Angket merupakan serangkaian daftar pertanyaan atau pernyataan yang harus diisi oleh responden yang hendak diukur (Arikunto, 2010, hlm. 27). Jenis angket yang digunakan dalam penelitian adalah angket tertutup dimana responden diberikan sejumlah pernyataan mengenai hal-hal yang ingin diungkap dari variabel dan memilih salah satu jawaban dari alternatif jawaban yang telah disediakan (Sukmadinata, 2009, hlm. 219).

Angket pengungkap kemampuan *coping* yang peneliti gunakan adalah dengan menggunakan *Brief cope* milik Carver (1997) Instrumen ini dibuat berdasarkan pada literatur Lazarus dan Folkman (1984) dan Carver, dkk. (1989) yang membagi coping menjadi 3, yaitu *problem focused coping*, *emotion focused coping* dan *less useful coping*. Angket *coping stress* disusun menggunakan modifikasi skala *Likert*. Menurut Sugiyono (2016, hlm. 93) penggunaan skala *Likert* bertujuan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau

sekelompok orang tentang fenomena sosial yang ada. Responden diarahkan untuk memilih salah satu pada skala yang disediakan dengan cara membubuhkan tanda *checklist* (✓) pada kolom jawaban yang tersedia pada inventori.

### 3.5.2 Kisi-kisi Instrumen

Konstruksi kisi-kisi dari instrumen *coping stress* meliputi tiga dimensi yaitu *problem focused coping*, *emotion focused coping* dan *less useful coping* tersaji pada tabel 3.2.

**Tabel 3.2**  
**Kisi-kisi Instrumen *Coping Stress***

No	Dimensi	Indikator	No. item
1	<i>Problem focused coping</i>	<i>Active Coping</i>	2,7
		<i>Using Instrumental Support</i>	10,23
		<i>Planning</i>	14,25
2	<i>Emotion focused coping</i>	<i>Using Emotional Support</i>	5,15
		<i>Acceptance</i>	20,24
		<i>Positive Reframing</i>	12,17
		<i>Self Blame</i>	13,26
		<i>Religion</i>	22,27
		<i>Humor</i>	18,28
3	<i>Less useful coping</i>	<i>Venting</i>	9,21
		<i>Denial</i>	3,8
		<i>Behavioral Engagement</i>	6,16
		<i>Self Distraction</i>	1,19
		<i>Substance Use</i>	4,11

### 3.6 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian tentang *Coping Stress* Peserta Didik Kelas XI di SMAN 1 Margahayu Tahun Ajaran 2020/2021 dilakukan dalam beberapa tahapan, sebagai berikut:

#### 3.6.1 Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, kegiatan pertama yang dilakukan oleh peneliti setelah proposal diseminarkan dan disetujui oleh dosen pembimbing yaitu melakukan studi pendahuluan terhadap fenomena yang akan diteliti yang

dilanjutkan dengan penyusunan skripsi bab I, II, dan III. Selama penyusunan, peneliti mendapatkan masukan dan revisi dari dosen pembimbing. Kegiatan selanjutnya adalah menentukan dan mengadaptasi instrumen *brief cope*.

### **3.6.2 Tahap Pengumpulan Data**

Sebelum melakukan pengumpulan data, peneliti melakukan perizinan penelitian terlebih dahulu. Perizinan diperoleh dari Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Direktorat Universitas Pendidikan Indonesia, Kepala Sekolah, dan guru BK SMAN 1 Margahayu. Setelah memperoleh izin dari pihak-pihak terkait, peneliti melaksanakan pengumpulan data pada populasi yaitu seluruh peserta didik kelas XI SMAN 1 Margahayu tahun ajaran 2020/2021 yang berlangsung selama 7 (tujuh) hari.

### **3.6.3 Tahap Pengolahan Data**

Setelah proses pengumpulan data, selanjutnya data diinput ke *Microsoft Excel* dan dilakukan penyekoran data. Penyekoran data disesuaikan dengan pedoman skor yang telah dibuat peneliti. Data *coping stress* merupakan data dengan skala ordinal sehingga langkah selanjutnya yang diperlukan adalah melakukan uji skala dalam rangka mengubah skala ordinal ke skala interval. Setelah data ditransformasi ke skala interval dalam pemodelan Rasch, selanjutnya data dikelompokkan sesuai kaidah yang telah dirumuskan, dan dianalisis sesuai dengan kebutuhan.

### **3.6.4 Tahap Penyelesaian**

Pada tahap penyelesaian, peneliti merumuskan pembahasan berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan, serta merumuskan simpulan dari hasil penelitian dan rekomendasi untuk peneliti selanjutnya.

## **3.7 Analisis Data**

### **3.7.1 Verifikasi Data**

Verifikasi data merupakan tahap persiapan yang dilakukan dengan tujuan untuk mengecek kelengkapan data yang akan diolah serta menyeleksi data yang dianggap layak untuk diolah. Adapun tahapan verifikasi data yang dilakukan, yaitu melakukan pengecekan jumlah angket yang sudah terkumpul, melakukan tabulasi data dengan merekap data yang telah diperoleh serta melakukan

penyekoran sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan, dan menghitung data yang telah dimasukkan serta menganalisis sesuai dengan hasil statistik.

### 3.7.2 Pedoman Skoring

Metode penyekoran angket *coping stress* yaitu dengan menggunakan modifikasi skala likert (skala empat) untuk mengukur frekuensi terhadap masing-masing item pernyataan dengan alternatif jawaban sebagai berikut: belum pernah (BP), kadang-kadang (KK), sering (S), sangat sering (SS). Bobot nilai pada setiap jawaban tersaji pada tabel 3.3.

**Tabel 3.3**  
**Penilaian Angket *Coping Stress***

Angka	Keterangan	Nilai
1	Belum Pernah	0
2	Kadang-kadang	1
3	Sering	2
4	Sangat Sering	3

### 3.7.3 Pengkategorian

Pengkategorian *coping stress* dikelompokan dalam 3 kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Nilai rata-rata (mean) dalam perhitungan pemodelan Rasch merupakan hasil transformasi data menjadi *Logit* berdasarkan perbandingan probabilitistik secara matematik melalui odds ratio yang dinyatakan dengan persamaan  $Odds\ Ratio = P / (1-P)$ , kemudian dikonversi dengan menggunakan fungsi logaritma yang disebut *logarithm odd unit* atau disingkat menjadi *Logit* berdasarkan persamaan  $Logit = \text{Log}(P/(1-P))$  sebagai acuan pengukuran (Sumintono & Widhiarso, 2014, hlm 59). Pengkategorian skor *Coping Stress* didapat dengan menggunakan perhitungan tersaji pada tabel 3.4.

**Tabel 3.4**  
**Pengkategorian Skor *Coping Stress***

No	Rentang Skor	Kategori
1	$Mean + 1,0\ SD \leq X$	Tinggi
2	$(Mean - 1,0\ SD) \leq X < (Mean + 1,0\ SD)$	Sedang
3	$X < (Mean - 1,0\ SD)$	Rendah

Sumber : (Azwar, 2010, hlm 126)



Pengkategorian skor *coping stress* dikelompokkan kedalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Perolehan nilai rata-rata (*mean*) *coping stress* adalah 0,09 dengan standar deviasi 0,53. Berdasarkan rumus pengkategorian skor *coping stress*, batas kategori *coping stress* tersaji pada tabel 3.5.

**Tabel 3.5**

**Batas Kategori *Coping Stress***

No	Rentang Skor	Kategori
1	$0,52 \geq X$	Tinggi
2	$-0,3 \leq X < 0,52$	Sedang
3	$X \leq -0,3$	Rendah