

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab ini memaparkan metode penelitian dan aplikasi teori yang terdapat di Bab 2 pada penelitian. Bab ini terdiri dari beberapa bagian, yaitu populasi dan sampel penelitian, desain penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik analisis data, serta prosedur pelaksanaan penelitian.

A. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek, memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh penari di komunitas tari S Jakarta Selatan sebanyak 120 orang.

2. Sampel Penelitian

Sampel Penelitian adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Teknik yang digunakan untuk pengambilan subjek penelitian adalah *purposive sampling*. Karakteristik sampel penelitian adalah penari yang berusia 18 – 35 tahun, punya pengalaman mengikuti kegiatan menari minimal 6 bulan, dan merupakan anggota dari komunitas tari S Jakarta Selatan. Berdasarkan karakteristik tersebut, diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 20 orang.

B. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *explanatory sequential mixed methods design*. Ini melibatkan proyek pengumpulan data dua fase di mana peneliti mengumpulkan data kuantitatif pada fase pertama, menganalisis hasil, dan kemudian menggunakan hasilnya untuk merencanakan (atau membangun) pengumpulan data kualitatif pada fase kedua (Creswell & Creswell, 2018). Maksud keseluruhan dari desain ini adalah agar data kualitatif membantu menjelaskan secara lebih rinci hasil kuantitatif awal,

sehingga penting untuk mengikat atau menghubungkan hasil kuantitatif dengan pengumpulan data kualitatif (Creswell & Creswell, 2018). Metode ini dipilih oleh peneliti karena jumlah sampel penelitian ini berjumlah 20 orang sehingga peneliti merasa perlu untuk menjelaskan hasil kuantitatif dengan pengumpulan dan analisis data kualitatif.

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yaitu variabel penelitian X (kecemasan) dan variabel penelitian Y (strategi koping).

2. Definisi Operasional

Definisi operasional untuk variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Kecemasan

Kecemasan adalah respon emosi, pikiran, serta perubahan fisik yang tidak menyenangkan terhadap situasi pekerjaan sebagai penari.

b. Strategi Koping

Strategi koping adalah kemampuan penari untuk mengatur dan mengelola perubahan kognitif dan perilaku dalam upaya untuk mengatasi tekanan dari masalah yang dihadapi dalam situasi pekerjaannya sebagai penari yang dilihat berdasarkan fokus penyelesaian masalah (*approach vs avoidance*) dan metode (*cognitive vs behavioral*).

Strategi koping dibagi ke dalam empat dimensi, yaitu:

1. Strategi koping *cognitive-approach*
2. Strategi koping *behavioral-approach*
3. Strategi koping *cognitive-avoidance*
4. Strategi koping *behavioral-avoidance*

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner pada fase pertama dan wawancara semi terstruktur pada fase kedua. Kuesioner digunakan pada fase pertama penelitian. Kuesioner yang digunakan adalah Formulir Y2 STAI (*State-Trait Anxiety Inventory*) yang dikembangkan oleh Spielberger dkk. (2010) untuk mengukur variabel kecemasan dan kuesioner Strategi koping yang diadaptasi oleh Maslihah (2018) berdasarkan Moos (2002). Jenis skala yang digunakan adalah skala likert untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang (Sugiyono, 2017).

Wawancara semi terstruktur adalah strategi pengumpulan data kualitatif di mana peneliti mengajukan serangkaian pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya tetapi terbuka kepada informan (Given, 2008). Pada fase kedua yakni wawancara semi-terstruktur, peneliti membuat protokol wawancara. Peneliti merencanakan dan menggunakan protokol wawancara untuk mengajukan pertanyaan dan mencatat jawaban selama wawancara (Creswell & Creswell, 2018). Peneliti merekam informasi dari wawancara dengan mengisi formulir wawancara dan mengambil rekaman suara.

E. Instrumen Penelitian

1. Instrumen Penelitian Kecemasan

a. Instrumen

Instrumen mengenai kecemasan yang digunakan oleh peneliti adalah *State-Trait Anxiety Inventory* formulir Y-2 yang diciptakan oleh Spielberger dkk. (2010).

Tabel 1 Kisi-kisi Instrumen Kecemasan

Variabel	Indikator	Skala
Kecemasan <i>Trait</i>	Pernyataan subyek mengenai kecenderungannya untuk mengalami peningkatan	Skala yang digunakan berdasarkan pada formulir Y-2 <i>State-Trait Anxiety Inventory</i> yang

	kecemasan ketika terpapar stresor.	dirancang oleh Spielberg (CD Spielberg et al., 2010)
--	------------------------------------	--

Tabel 2 Item Favorable dan Unfavorable dari Instrumen Kecemasan

<i>Favorable Item</i>	<i>Unfavorable Item</i>
2, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 15, 17, 18, 20	1, 3, 6, 7, 10, 13, 14, 16, 19

b. Pengisian Instrumen

Alat ukur ini menyediakan empat pilihan jawaban, yaitu “hampir tidak pernah”, “kadang-kadang”, “sering”, dan “hampir selalu”. Subjek penelitian mengisi kuesioner dengan memilih salah satu *radio button* pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan apa yang ia alami untuk setiap *item* pernyataan.

c. Penyekoran dan Pengkategorian

Setiap jawaban di pernyataan-pernyataan kuesioner yang sudah dijawab oleh subjek penelitian akan diberikan skor. Untuk jenis *item favorable*; jawaban “Hampir tidak pernah” bernilai 1, jawaban “Kadang-kadang” bernilai 2, jawaban “Sering” bernilai 3, dan jawaban “Hampir Selalu” bernilai 4. Untuk jenis *item unfavorable*, nilai yang diberikan berbalik dengan nilai untuk item *favorable*; jawaban “Hampir tidak pernah” bernilai 4, jawaban “Kadang-kadang” bernilai 3, jawaban “Sering” bernilai 2, dan jawaban “Hampir Selalu” bernilai 1.

Pada penelitian ini skor data yang telah diperoleh akan diproses melalui perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Subjek penelitian kemudian dikategorikan dalam dua kelompok menggunakan rata-rata (*mean*) dan standar deviasi. Berikut kategorisasi untuk instrumen kecemasan:

Tabel 3 Pengkategorian Skor Instrumen Kecemasan

Kategori	Norma	Kecemasan Trait
Tinggi	$X \geq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \geq M$
Rendah	$X < \mu$ (Rata-rata populasi)	$T < M$

Keterangan:

X = Jumlah nilai kecemasan *trait* partisipan

M = Rata-rata skor total nilai kecemasan *trait* partisipan

2. Instrumen Penelitian Strategi Koping

a. Instrumen

Instrumen mengenai strategi koping yang digunakan oleh peneliti adalah kuesioner strategi koping yang diadaptasi oleh Maslihah (2018) berdasarkan analisis dari konsep strategi koping Moos (2002), yaitu kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengelola perubahan kognitif dan perilaku dalam upaya untuk mengatasi tekanan dari masalah yang dihadapi yang dilihat berdasarkan fokus penyelesaian masalah (*approach vs avoidance*) dan metode (*cognitive vs behavioral*). Terdapat 4 kategori strategi koping, yaitu *cognitive approach*, *behavior approach*, *cognitive avoidance*, dan *behavior avoidance*.

Tabel 4 Kisi-kisi Instrumen Strategi Koping

Kategori/Jenis Strategi Koping		Nomor Item
<i>Cognitive Approach</i>	<i>Logical Analysis</i>	1,13,14
	<i>Positive Reappraisal</i>	2,3,6,21
<i>Behavioral Approach</i>	<i>Guidance Support</i>	15,16,17
	<i>Problem Solving</i>	7,11,19
<i>Cognitive Avoidance</i>	<i>Cognitive Avoidance</i>	4,20
	<i>Resignation & Acceptance</i>	5,8
<i>Behavioral Avoidance</i>	<i>Seeking Alternative Rewards</i>	9,10
	<i>Emotional Discharge</i>	12,18

b. Pengisian Instrumen

Alat ukur ini menyediakan empat pilihan jawaban, yaitu “Sangat Tidak Setuju (STS)”, “Tidak Setuju (TS)”, “Setuju (S)”, dan “Sangat Setuju (SS)”. Subjek penelitian mengisi kuesioner dengan memilih salah satu *radio button* pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan apa yang ia alami untuk setiap *item* pernyataan.

c. Penyebaran dan Pengkategorian

Setiap jawaban responden akan diberikan skor sebagai berikut: Sangat Tidak Setuju (STS) mendapat skor 1, Tidak Setuju (TS) mendapat skor 2, Setuju (S) dengan skor 3, dan Sangat Setuju (SS) dengan skor 4. Pada penelitian ini skor data yang telah diperoleh akan diproses melalui perangkat lunak *IBM SPSS Statistics 25*. Subjek penelitian kemudian dikategorikan dalam dua kelompok menggunakan rata-rata (*mean*) dan standar deviasi.

Berikut kategorisasi untuk instrumen strategi koping:

Tabel 5 Pengkategorian Skor Strategi Koping

Kategori	Norma	Kecemasan Trait
Tinggi	$X \geq \mu$ (Rata-rata populasi)	$T \geq M$
Rendah	$X < \mu$ (Rata-rata populasi)	$T < M$

Keterangan:

X = Jumlah nilai strategi koping partisipan

M = Rata-rata skor total nilai strategi koping partisipan

F. Proses Pengembangan Instrumen

Pada penelitian ini terdapat dua instrumen yang diadaptasi yaitu instrumen kecemasan dan strategi koping. Adapun tahap pengembangan alat ukur yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen dilakukan untuk mengetahui dan memeriksa apakah kalimat yang digunakan pada instrumen sudah dipahami oleh responden sebagaimana yang dikehendaki oleh peneliti. Dalam penelitian ini, uji keterbacaan dilakukan oleh dosen pembimbing skripsi, yakni Pak Helli Ihsan, M.Si dan Bu Dr. Sri Maslihah, M.Psi, Psikolog.

b. Analisis *Item*

Analisis *item* adalah suatu proses yang menguji respon subjek terhadap aitem yang dibuat yang bertujuan untuk menilai kualitas dari item-item dan tes secara keseluruhan (Widhiarso, 2010). Uji coba instrumen dilakukan kepada 20 orang penari dari komunitas tari S Jakarta Selatan. Peneliti melakukan analisis *item* dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics 25.

1) Instrumen Kecemasan

Dalam instrumen kecemasan, terdapat 17 *item* valid dan 3 *item* yang tidak valid, yaitu *item* 2, 4, dan 19.

2) Instrumen Strategi Koping

Dalam instrumen strategi koping, terdapat 15 *item* valid dan 6 *item* yang tidak valid, yaitu *item* 8, 10, 11, 15, 18 dan 20.

c. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS Statistics 25. Pada penelitian ini, koefisien reliabilitas yang digunakan adalah *Cronbach's Alpha*.

Tabel 6 Reliabilitas Instrumen Kecemasan dan Strategi Koping

Nama Instrumen	n	r_{xy} (reliabilitas)	Keterangan
Kecemasan	20	0,883	Reliabel
Strategi Koping	21	0,750	Reliabel

Tabel di atas menunjukkan hasil uji reliabilitas pada instrumen kecemasan dan koping berdasarkan nilai koefisien *Cronbach's Alpha*. Diketahui nilai *cronbach's alpha* dari masing-masing kuesioner kecemasan dan koping. Nilai tersebut menunjukkan reliabilitas instrumen. Baik instrumen kecemasan dan instrumen strategi koping sama-sama reliabel.

G. Teknik Analisis Data

Pada tahap pertama, analisis data dilakukan dengan menggunakan aplikasi *SPSS Statistics 26*. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji chi kuadrat dan uji independen sampel t. Uji chi kuadrat adalah analisis statistik yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang terdapat pada baris dengan kolom (Raharjo, 2021b). Uji independen sampel t adalah analisis statistik yang bertujuan untuk membandingkan dua sampel yang tidak saling berpasangan (Raharjo, 2021a).

Pada tahap kedua, analisis data dilakukan dengan menggunakan aplikasi *MaxQDA 2020*. Analisis data kualitatif terdiri dari mengatur dan menyiapkan data untuk analisis, membaca atau lihat semua data, memulai *coding* semua data, memuat deskripsi dan tema, serta mewakili deskripsi dan tema (Creswell & Creswell, 2018).