

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

3.1.1 Paradigma Penelitian

Menurut John W. Creswell, paradigma penelitian dibagi menjadi empat bagian, yaitu post-positivisme, transformatif, pragmatis, dan konstruktivisme. (Creswell, 2014, hlm. 5). Penelitian ini menggunakan paradigma post-positivisme. Sistem keyakinan post-positivisme digunakan oleh para peneliti biasanya berdasarkan riset. Post-positivisme sendiri memiliki sifat reduksionistis, logis, empiris, berorientasi sebab-akibat dan deterministik yang berdasarkan teori a priori. Kaum post-positivisme mempertahankan filsafat deterministik sebab-sebab (faktor-faktor kausatif) sangat mungkin menentukan akibat atau hasil akhir

Untuk itulah, berbagai permasalahan yang dikaji oleh kaum post-positivisme mencerminkan adanya kebutuhan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab yang mempengaruhi hasil akhir, sebagai mana yang banyak dijumpai pada penelitian dengan pendekatan kuantitatif.

3.1.2 Pendekatan Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan pendekatan untuk menguji teori objektif dengan menguji hubungan antar variable. Variable ini pada gilirannya dapat diukur dengan menggunakan instrument, sehingga data jumlah dapat dianalisis nantinya dengan menggunakan prosedur statistic (Creswell, 2014).

3.1.3 Metode Penelitian

Metode penelitian deskriptif kuantitatif adalah suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya (Arikunto, 2006).

Jenis desain yang digunakan adalah cross sectional survey design, yaitu desain penelitian yang mengumpulkan data pada satu waktu sampel (Creswell, 2012). Pemilihan desain survey cross sectional dilakukan untuk mengukur perilaku dari sejumlah populasi melalui sampel mengenai jenis strategi coping stress siswa sebagai variable dalam penelitian.

3.2 Partisipan

Penelitian dilakukan kepada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2021/2022. 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 SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2021/2022, dalam menghadapi masalah meliputi aspek *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Dalam hal ini, populasi penelitian yang digunakan adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2021/2022 dengan rentang usia 15 hingga 17 tahun yang berjumlah 386 peserta didik.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah subkelompok dari populasi target yang direncanakan diteliti oleh peneliti untuk menggeneralisasikan tentang populasi target (Creswell, 2015, hlm. 288). Untuk menentukan sampel digunakan rumus Slovin. Rumus Slovin adalah sebuah rumus atau formula untuk menghitung jumlah sampel minimal apabila perilaku dari sebuah populasi tidak diketahui secara pasti (Aloysius dkk., 2021, hlm.27). Rumus ini diperkenalkan pertama kali oleh seorang Ilmuwan Matematis yang bernama Slovin, pada tahun 1960. Rumus Slovin ini biasa digunakan untuk sebuah penelitian pada suatu objek tertentu dalam jumlah populasi yang besar, sehingga digunakanlah untuk meneliti pada sebuah sampel dari populasi objek yang besar tersebut.

Secara umum dapat diartikan bahwa Rumus Slovin merupakan suatu sistem matematis yang digunakan dalam menghitung jumlah populasi objek tertentu yang belum diketahui karakteristiknya secara spesifik. Dalam penggunaan Rumus Slovin ini, hal yang pertama kali harus kita lakukan, yaitu Menetapkan Taraf Keyakinan atau Confidence Level (95%) terhadap hasil kebenaran, atau Taraf Signifikansi Toleransi Kesalahan (0,5) yang akan terjadi. Taraf keyakinan/Confidence Level 95% akan kebenaran hasil (maksudnya yaitu yakin bahwa penelitian yang kalian lakukan 95% benar) dan Taraf Signifikansi 0,05 (memastikan hanya 5% saja kesalahan yang akan terjadi) (Aloysius dkk., 2021, hlm.27).

Ukuran sampel menurut Slovin ditentukan berdasarkan rumus berikut:

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

Keterangan:

n: ukuran sampel

N: ukuran populasi

E: tingkat kesalahan dalam memilih anggota sampel yang ditolerir

Dalam hal ini peneliti menggunakan batas toleransi kesalahan sebesar 5%.

Berdasarkan rumus di atas, maka dapat dihitung besarnya sampel berikut.

$$n = \frac{386}{1+386 \cdot 5\%^2}$$

$$n = \frac{386}{1+0,965}$$

$$n = \frac{386}{1,965}$$

$$n = 196,43765 = 197$$

Maka berdasarkan populasi yang berjumlah 386 siswa, sampel yang diperlukan adalah sebanyak 197 orang siswa.

3.4 Instrumen Penelitian

3.4.1 Definisi Operasional Variabel

Pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan satu variable dalam penelitian yakni coping stress. Lazarus (1984) mengartikan coping stress sebagai suatu upaya yang dilakukan oleh seseorang ketika dihadapkan pada tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang ditujukan untuk mengatur suatu keadaan yang penuh stress dengan tujuan mengurangi distress.

Problem focused coping adalah usaha nyata berupa perilaku individu untuk mengatasi masalah, tekanan dan tantangan, dengan mengubah kesulitan hubungan

dengan lingkungan yang memerlukan adaptasi atau dapat disebut pula perubahan eksternal (Lazarus, 1999). Strategi ini membawa pengaruh pada individu, yaitu perubahan atau penambahan pengetahuan individu tentang masalah yang dihadapinya berikut dampak-dampak dari masalah tersebut, sehingga individu mengetahui masalah dan konsekuensi yang dihadapinya. *Problem focused coping* merupakan respon yang berusaha memodifikasi sumber stres dengan menghadapi situasi sebenarnya (Pramadi, 2003).

Problem focused coping merupakan coping stress yang orientasi utamanya adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan-keterampilan baru dalam rangka mengurangi stressor yang dihadapi dan dirasakan. Lebih lanjut menurut Lazarus (2002) pada *problem focused coping*, individu mengatasi stres dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan baru. Individu cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi.

Menurut Lazarus (1984) indikator yang menunjukkan strategi yang berorientasi pada *problem focused coping* yaitu:

- 1) *Instrumental action* (tindakan secara langsung). Individu melakukan usaha dan merencanakan langkah-langkah yang mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.
- 2) *Cautiousness* (kehati-hatian). Individu berfikir, meninjau, dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati-hati dalam merumuskan masalah, meminta pendapat orang lain dan mengevaluasi strategi yang pernah diterapkan sebelumnya.
- 3) *Negotiation* (negosiasi). Individu melakukan beberapa usaha untuk membicarakan serta mencari cara penyelesaian dengan orang lain yang terlibat di dalamnya dengan harapan masalah dapat terselesaikan. Usaha yang dapat dilakukan untuk mengubah pikiran dan pendapat seseorang, melakukan perundingan atau kompromi untuk mendapatkan sesuatu yang positif dari situasi.

Emotion focused coping adalah upaya untuk mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan, yang diarahkan untuk mengubah

faktor dalam diri sendiri dalam cara memandang atau mengartikan situasi lingkungan, yang memerlukan adaptasi yang disebut pula perubahan internal.

Emotion focused coping berusaha untuk mengurangi, meniadakan tekanan, untuk mengurangi beban pikiran individu, tetapi tidak pada kesulitan yang sebenarnya (Lazarus, 1999). *Emotion focused coping* lebih sesuai dilakukan oleh subjek yang memiliki usia berkisar antara 17 sampai 20 tahun karena mereka belum mencapai tahap perkembangan yang matang untuk bisa menggunakan *problem focused coping* (Tanumidjojo, 2004).

Menurut Lazarus (1984) indikator yang menunjukkan strategi yang berorientasi pada *emotion focused coping* yaitu:

- 1) *Escapism* (Pelarian diri dari masalah). Usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah dengan cara berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengkhayalkan seandainya ia berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya sekarang. Cara yang dilakukan untuk menghindari masalah dengan tidur lebih banyak, minum minuman keras, penyalahgunaan obat-obatan terlarang, dan menolak kehadiran orang lain.
- 2) *Minimalization* (meringankan beban masalah). Usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah dengan cara menolak memikirkan masalah dan menganggap seakan-akan masalah tersebut tidak ada dan menekan masalah menjadi seringan mungkin.
- 3) *Self blame* (menyalahkan diri sendiri). Perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi atau strategi lainnya yang bersifat pasif dan intropunitif yang ditujukan ke dalam diri sendiri.
- 4) *Seeking meaning* (mencari arti). Usaha individu untuk mencari makna atau mencari hikmah dari kegagalan yang dialami dan melihat hal-hal lain yang penting dalam kehidupan.

3.4.2 Pengembangan Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket yang mengungkap tentang strategi coping stress siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2021/2022. Angket yang digunakan dalam penelitian ini

adalah angket tertutup yang disajikan dalam bentuk Google Form dan siswa hanya memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dirinya.

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan skala 4. Penggunaan skala pada pengumpulan data didasarkan bahwa untuk mengungkap data seperti mengenai sikap terhadap sesuatu. Adapun skala yang digunakan adalah skala mode Likert dengan empat alternatif jawaban.

Pemilihan bentuk skala pilihan jawaban tersebut didasarkan pemikiran bahwa pilihan jawaban 1 sampai 4 dapat menggambarkan sejauh mana kondisi (item) dianggap sebagai strategi coping oleh subjek penelitian.

Diantara 4 (empat) pilihan jawaban alternatif skala strategi coping yaitu:

SS: Sangat Setuju

S: Setuju

TS: Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

Cara penyekoran item skala strategi coping adalah SS=4, S=3, TS=2, STS=1

Tabel 3.1
Pola Skor Pilihan Respon Angket

Interval Nilai	Skor
Sangat Setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Konstruk kisi-kisi dari butir instrumen coping stress meliputi dua aspek yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping* tersaji pada tabel 3.2

Tabel 3.2
Butir Pernyataan Profil Coping Stress Siswa Kelas XI Negeri 1 Tasikmalaya
tahun ajaran 2021/2022

No.	Aspek	Indikator	Nomor Item
1.	Problem Focused Coping	Instrumental action	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
		Cautiousness	8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16
		Negotiation	17, 18, 19, 20, 21, 22
2.	Emotion Focused Coping	Escapism	23, 24, 25, 26, 27, 28
		Minimalization	29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37
		Self blame	38, 39, 40, 41, 42, 43
		Seeking meaning	44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52

3.5 Uji Kelayakan Instrumen

Uji kelayakan adalah uji coba instrument yang bertujuan untuk mengetahui item yang dapat digunakan dalam penelitian. Uji kelayakan instrumen dilakukan melalui uji rasional, uji keterbacaan, uji validitas dan uji reliabilitas.

3.5.1 Uji Rasional

Uji rasional merupakan uji kelayakan instrumen sebelum diuji cobakan kepada sampel penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian dikembangkan berdasarkan definisi operasional variabel, kemudian menyusun kisi-kisi dan dilakukan judgement kepada ahli (dosen) yang kompeten. Setelah itu instrumen dijudge kemudian dilakukan uji coba instrument berupa angket strategi coping stress. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket untuk mengungkap strategi coping stress.

3.5.2 Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan instrumen diberikan kepada lima peserta didik kelas XI sekolah lain yang bukan termasuk sampel penelitian. Tujuan uji keterbacaan adalah untuk mengukur tingkat keterbacaan instrumen dari segi konten atau pemaknaan kalimat secara utuh oleh peserta didik SMA. Dari hasil uji keterbacaan, dapat

diperoleh kesimpulan bahwa petunjuk pengisian instrumen dapat dipahami dengan baik dan pernyataan dalam item dapat dipahami oleh siswa.

3.5.3 Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid atau tidaknya suatu instrument penelitian (Ghozali, 2009). Analisis dalam uji validitas menggunakan prosedur pengujian statistik Spearman rho. Uji validitas instrumen dilakukan dengan metode statistika menggunakan IBM SPSS Statistics 24.0 for Windows.

Berdasarkan hasil pengujian validitas pada instrumen coping stress disajikan pada tabel 3.3 dan 3.4 berikut ini.

Tabel 3.3

Hasil Uji Validitas Instrumen Coping Stress *Problem Focused Coping*

No. Item	Spearman rho	Batas Validitas	Kesimpulan
Item 1	1.000	0.130	Valid
Item 2	0.221	0.130	Valid
Item 3	0.259	0.130	Valid
Item 4	0.032	0.130	Tidak Valid
Item 5	-0.002	0.130	Tidak Valid
Item 6	0.022	0.130	Tidak Valid
Item 7	0.069	0.130	Tidak Valid
Item 8	-0.162	0.130	Tidak Valid
Item 9	0.088	0.130	Tidak Valid
Item 10	0.184	0.130	Valid
Item 11	0.330	0.130	Valid
Item 12	0.137	0.130	Valid
Item 13	0.233	0.130	Valid
Item 14	0.222	0.130	Valid
Item 15	0.181	0.130	Valid
Item 16	0.250	0.130	Valid
Item 17	0.030	0.130	Tidak Valid
Item 18	0.180	0.130	Valid
Item 19	0.257	0.130	Valid
Item 20	0.224	0.130	Valid
Item 21	-0.009	0.130	Tidak Valid
Item 22	-0.113	0.130	Tidak Valid

Tabel 3.4

Hasil Uji Validitas Instrumen Coping Stress *Emotion Focused Coping*

No. Item	Spearman rho	Batas Validitas	Kesimpulan
Item 1	1.000	0.130	Valid
Item 2	0.388	0.130	Valid
Item 3	0.387	0.130	Valid
Item 4	0.297	0.130	Valid
Item 5	0.272	0.130	Valid
Item 6	0.250	0.130	Valid
Item 7	0.089	0.130	Tidak Valid
Item 8	0.175	0.130	Valid
Item 9	0.065	0.130	Tidak Valid
Item 10	0.239	0.130	Valid
Item 11	0.287	0.130	Valid
Item 12	0.253	0.130	Valid
Item 13	0.129	0.130	Tidak Valid
Item 14	0.096	0.130	Tidak Valid
Item 15	0.103	0.130	Tidak Valid
Item 16	0.064	0.130	Tidak Valid
Item 17	0.213	0.130	Valid
Item 18	0.317	0.130	Valid
Item 19	0.240	0.130	Valid
Item 20	0.045	0.130	Tidak Valid
Item 21	0.216	0.130	Valid
Item 22	-0.176	0.130	Tidak Valid
Item 23	-0.162	0.130	Tidak Valid
Item 24	-0.145	0.130	Tidak Valid
Item 25	-0.122	0.130	Tidak Valid
Item 26	0.107	0.130	Tidak Valid
Item 27	-0.003	0.130	Tidak Valid
Item 28	0.017	0.130	Tidak Valid

Item 29	-0.006	0.130	Tidak Valid
Item 30	-0.008	0.130	Tidak Valid

Berdasarkan hasil pengujian validitas pada instrument coping stress terdapat 27 item yang memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel yaitu 0.130. Sehingga item yang dinyatakan tidak valid tidak layak digunakan sebanyak 25 item, tetapi untuk 27 item yang valid maka dapat digunakan untuk mengungkap coping stress siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2021/2022.

3.5.4 Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran dengan alat atau instrument dapat dipercaya (Suryabrata, 2004). Dengan kata lain, reliabilitas menunjukkan konsistensi suatu alat ukur penelitian.

Pengujian reliabilitas dilakukan dengan teknik split-half dari *Spearman Brown* menggunakan IBM SPSS Statistics 24.0 for Windows. Dalam memperkirakan reliabilitas split-half, tes dibagi menjadi dua bagian yang sebanding, dan kedua bagian diberikan selama satu sesi tes. Hasil pada satu setengah tes kemudian dikorelasikan dengan hasil pada setengah tes lainnya, menghasilkan koefisien ekivalensi yang menunjukkan kesamaan antara kedua bagian. Ada berbagai cara untuk membagi tes menjadi dua: pisahkan paruh pertama tes dari paruh kedua, berikan item tes secara acak ke satu bagian atau yang lain, atau tetapkan item bernomor ganjil ke satu setengah dan item bernomor genap ke yang lain. setengah (Drummond, 2010).

Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas pada instrumen coping stress disajikan pada tabel 3.5 dan 3.6 berikut ini.

Tabel 3.5
 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Coping Stress
 (*Problem Focused Coping*)

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.617
		N of Items	7 ^a
	Part 2	Value	.548
		N of Items	6 ^b
	Total N of Items		13
Correlation Between Forms			.637
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.779
	Unequal Length		.779
Guttman Split-Half Coefficient			.779
a. The items are: X1, X2, X3, X4, X5, X6, X7.			
b. The items are: X7, X8, X9, X10, X11, X12, X13.			

Tabel 3.6
 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Coping Stress
 (*Emotion Focused Coping*)

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.759
		N of Items	7 ^a
	Part 2	Value	.695
		N of Items	7 ^b
	Total N of Items		14
Correlation Between Forms			.604
Spearman- Brown Coefficient	Equal Length		.753
	Unequal Length		.753
Guttman Split-Half Coefficient			.752
a. The items are: Y1, Y2, Y3, Y4, Y5, Y6, Y7.			
b. The items are: Y8, Y9, Y10, Y11, Y12, Y13, Y14.			

Kemudian berikut skor kategorisasi reliabilitas:

Tabel 3.7
 Skor Kategorisasi Reliabilitas

Rentang	Kategori
>.90	Sangat Tinggi
.80 - .89	Tinggi
.70 - .79	Sedang
.60 - .69	Rendah
<.59	Sangat Rendah (Tidak Reliabel)

(Drummon, 2010)

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada 27 item instrumen coping stress maka diperoleh nilai *Spearman-Brown Coefficient Unequal Length* 0.779 pada

instrument *problem focused coping* dan nilai *Spearman-Brown Coefficient Equal Length* 0.753 pada instrument *emotion focused coping* yang artinya instrumen berada pada rentang 0.70-0.79 dengan kategori reliabilitas sedang, sehingga instrumen coping stress siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tasikmalaya tahun ajaran 2021/2022 dinyatakan reliabel dan layak digunakan.

3.6 Analisis Data

3.6.1 Verifikasi Data

Verifikasi data merupakan upaya memeriksa kesesuaian antara jumlah responden yang ditetapkan dengan jumlah responden yang diperoleh saat proses pengambilan data. Setelah data didapatkan, maka dilanjutkan dengan merapikan data untuk dilanjutkan pengujian statistik sesuai analisis yang dibutuhkan.

3.6.2 Penskoran Data

Data instrumen yang sudah diverifikasi, selanjutnya diberi skor untuk setiap jawaban pernyataan dengan ketentuan yang sudah ditetapkan. Instrumen yang diukur menggunakan Skala Likert yaitu skala satu sampai empat.

Tabel 3.8

Skor Setiap Pernyataan Instrumen

No.	Respon	Skor
1.	Sangat Setuju	4
2.	Setuju	3
3.	Tidak Setuju	2
4.	Sangat Tidak Setuju	1

3.6.3 Pengelompokan Data

Data yang digunakan pada instrumen coping stress merupakan hasil perhitungan pada instrumen partisipan. Data yang diperoleh dari 227 responden berskala ordinal, sehingga skor yang diperoleh diubah menjadi skala interval 1 sampai 4. Tujuan kategorisasi tersebut adalah menempatkan individu ke dalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur (Azwar, 2008, hlm. 107).

Pengkategorian coping stress dikelompokkan dalam 4 kategori yaitu Sangat Kuat (4), Kuat (3), Lemah (2) dan Sangat Lemah (1) berdasarkan aspek *problem*

focused coping dan *emotion focused coping*. Pengkategorian coping stress didapatkan dari rumus skor total dibagi jumlah item yang valid. Berdasarkan rumus pengkategorian skor coping stress, batas kategori coping stress tersaji pada tabel 3.11 dan akan dibahas lebih lanjut di Bab 4.

Tabel 3.9
Pengkategorian Skor Coping Stress

Skor	Kategori
4	Sangat Kuat
3	Kuat
2	Lemah
1	Sangat Lemah

3.7 Prosedur Penelitian

Berikut prosedur penelitian profil coping stress yang dilakukan yaitu:

3.7.1 Tahap Persiapan

- 1) Mempersiapkan angket yang akan diisi oleh siswa.
- 2) Membuat surat izin penelitian dan menyerahkannya kepada pihak sekolah.
- 3) Bekerja sama dengan guru BK untuk menyebarkan angket.

3.7.2 Tahap Pelaksanaan

- 1) Menyebarkan angket ke grup angkatan siswa kelas XI via Google Form dengan guru BK sebagai perantara.
- 2) Datang ke ruangan siswa kelas XI, mengucapkan salam, perkenalan dan tujuan datang ke kelas untuk menyebarkan angket.
- 3) Meminta kontak Ketua Murid (KM) dan mengirimkan link angket Google Form.
- 4) Ketua Murid menyebarkan link angket ke grup kelas masing-masing.
- 5) Menunggu di kelas selagi siswa mengisi angket.
- 6) Setelah siswa selesai mengisi angket, peneliti mengucapkan terimakasih dan berpamitan.

3.7.3 Tahap Pelaporan

- 1) Mengolah data yang diperoleh dari pengisian angket siswa kelas XI.

- 2) Mengirimkan laporan mengenai hasil penelitian kepada Tata Usaha dan guru BK di SMA Negeri 1 Tasikmalaya.