

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian merupakan kumpulan dari pedoman penelitian yang digunakan peneliti dalam melakukan penelitiannya. Pendekatan penelitian harus dibuat secara sistematis dan logis, untuk dapat dijadikan sebagai pedoman yang sesuai dalam melakukan penelitian. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisis pada data-data numerial yang diolah berdasarkan metode statistika (Azwar, 2016). Lebih lanjut Creswell menyatakan bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian yang bekerja dengan angka yang datanya berujud bilangan dan dianalisis menggunakan metode statistika untuk menjawab hipotesis penelitian yang bersifat spesifik serta untuk melakukan prediksi terhadap variabel bersangkutan (Khodijah, 2016).

Pendekatan penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian kuantitatif korelasional. Pendekatan penelitian kuantitatif korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk menguji hubungan antara dua variabel atau lebih (Sujarwo, 2016). Oleh karena itu, pendekatan penelitian kuantitatif korelasional menunjukkan bahwa peneliti bertujuan untuk melihat ada-tidaknya hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada siswa boarding school MAN 3 Palembang.

3.2. Identifikasi variabel penelitian

Variabel penelitian adalah suatu karakteristik atau fenomena yang berbeda diantara organisme, situasi atau lingkungan. Variabel penelitian dapat juga diartikan sebagai simbol atau lambang yang padanya disematkan bilangan atau nilai tertentu (Alhamdu, 2016). Lebih lanjut Azwar (2016)

menyatakan bahwa variabel penelitian merupakan simbol yang nilainya dapat bervariasi, yaitu angka yang berbeda-beda antara satu subjek dengan subjek lainnya. Senada dengan hal tersebut Sujarwo (2016) menambahkan bahwa variabel penelitian disebut sebagai atribut dari gejala-gejala yang menjadi fokus penelitian.

Berdasarkan tinjauan pustaka dan ditegaskan dalam hipotesis penelitian, maka variabel penelitian dalam penelitian ini adalah:

a. Variabel bebas

Menurut Azwar (2016) variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain atau variabel yang pengaruhnya ingin diketahui. Variabel bebas disebut juga sebagai variabel stimulus, input, predikat atau antecedent (Sujarwo, 2016). Dengan demikian, variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial pada siswa boarding school MAN 3 Palembang.

b. Variabel terikat

Menurut Azwar (2016) Variabel terikat adalah variabel yang diukur untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel lain. Variabel terikat disebut juga sebagai variabel respon, output, kriterium atau konsekuen (Sujarwo, 2016). Dengan demikian, variabel terikat dalam penelitian ini adalah stres pada siswa boarding school MAN 3 Palembang.

3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Saifuddin Azwar (2016) Definisi Operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel yang diamati. Definisi operasional disebut juga dengan operasionalisasi variabel penelitian. Adapun definisi operasional variabel penelitian dalam penelitian ini adalah :

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan tindakan yang bersifat membantu, menolong dan bermanfaat bagi orang lain dengan melibatkan dukungan emosi, bantuan instrumen, dukungan informasi dan penilaian dalam hubungan interpersonal sebagai faktor pelindung yang dapat menyokong individu dalam mengatasi gangguan kesehatan mental terutama permasalahan stres yang dihadapi, yang diukur menggunakan aspek-aspek dukungan sosial Cutrona & Gardner (dalam Sarafino & Timothy, 2011) yang dilengkapi oleh pendapat House (dalam Smet, 1994), dan Cohen & Syme (dalam Rohman, dkk, 1997) yang dapat dibedakan menjadi aspek emotional or esteem support, tangible or instrumental support, informational support dan companionship support.

2. Stres

Stres merupakan persepsi terhadap stimulus atau respon dari peristiwa dibawah tekanan yang membutuhkan adaptasi fisiologis, kognitif maupun perilaku dan dapat dipengaruhi melalui pengalaman subyektif individu, dengan kata lain stres adalah peristiwa atau keadaan yang membuat individu tertekan sehingga dapat menyebabkan gangguan homeostasis, yang diukur menggunakan aspek-aspek stres Sarafino & Timothy (2011) yang dilengkapi oleh pendapat Rice (dalam Safaria & Nofrans, 2012) dan Cary & Peter (dalam Marliani, 2015) yang dapat dibedakan menjadi aspek biologis/fisiologis, aspek emosi, aspek kognitif dan aspek perilaku.

3.4. Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1. Populasi

Menurut Sujarwo (2016) populasi adalah wilayah penelitian sebagai daerah generalisasi dari hasil pengumpulan data. Lebih lanjut Azwar (2016) mendefinisikan populasi sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Senada dengan hal tersebut Alhamdu (2016) menyatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan individu atau objek penelitian yang memiliki karakteristik yang sama. Adapun populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa boarding school kelas X MAN 3 Palembang yang berjumlah 231 orang dengan kriteria 108 orang laki-laki dan 123 orang perempuan.

3.4.2. Sampel

Menurut Sujarwo (2016) Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang menjadi subjek penelitian dan akan diambil sebagai data penelitian. Lebih lanjut menurut Alhamdu (2016) Sampel penelitian adalah sebagian dari populasi yang dilibatkan dalam penelitian dengan alasan efisiensi dan teknik pengambilannya berdasarkan syarat tertentu. Sampel penelitian disebut juga sebagai bagian dari populasi (Azwar, 2016). Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 5% berdasarkan rumus Isaac & Michael dari jumlah populasi yang ada, dengan kriteria terdaftar sebagai siswa aktif yang mengikuti kegiatan boarding school dan duduk di bangku kelas X SMA.

3.4.3. Teknik pengambilan sampel

Secara umum teknik pengambilan sampel terdiri atas cara probability sampling dan nonprobability sampling. Teknik probability sampling adalah teknik sampling yang memberikan kesempatan yang sama terhadap individu untuk menjadi subjek penelitian. Sedangkan teknik nonprobability sampling adalah teknik yang tidak memberikan kesempatan yang sama bagi setiap individu untuk menjadi subjek penelitian (Sujarwo, 2016). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Menurut Arikunto (2010) teknik

purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel dengan cara mengambil sampel bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas tujuan tertentu.

Peneliti menggunakan teknik purposive sampling dengan bantuan rumus yang dikembangkan oleh Isaac & Michael pada taraf kesalahan 5%. Dari jumlah populasi 231 orang siswa kelas X yang aktif mengikuti kegiatan boarding school didapatkan sampel penelitian sebanyak 139 orang.

Tabel.1
Sampel penelitian

Jumlah Populasi	Jumlah Sampel
231 siswa	139 siswa

3.5. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi. Menurut Reza (2017) instrumen skala psikologi adalah instrumen pengukuran untuk mengkaji psikologis individu melalui konsep teoritis yang telah ditentukan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua macam, yaitu:

3.5.1. Skala Stres

Skala stres merupakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek stres Sarafino & Timothy (2011) yang dilengkapi oleh pendapat Rice (dalam Safaria & Nofrans, 2012) dan Cary & Peter (dalam Marliani, 2015).

Tabel.2
Blue Print Skala Stres

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			F	UF	
1	Biologis/ fisiologis	Menurunnya kondisi tubuh atau menderita rasa sakit	1,9,17, 25,33	5,13,2 1,29,3 7	10
2	Kognitif	Terganggunya daya memori/ pikiran dan perhatian	2,10,1 8,26, 34	6,14,2 2,30,3 8	10
3	Emosi	Terganggunya emosi	3,11,1 9,27, 35	7,15,2 3,31,3 9	10
4	Perilaku Sosial	Terganggunya perilaku sosial	4,12,2 0,28,3 6	8,16,2 4,32,4 0	10
Total			20	20	40

3.5.2. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial merupakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial Cutrona & Gardner (dalam Sarafino & Timothy, 2011) yang dilengkapi oleh House (dalam Smet, 1994) dan Cohen & Syme (dalam Rohman, dkk, 1997).

Tabel.3
Blue Print Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jml
			F	UF	
1	Emotional support	Mendapatkan empati, kepedulian dan perhatian	1,9,17,25,33	5,13,21,29,37	10
2	Instrumental support	Mendapatkan bantuan langsung	2,10,18,26,34	6,14,22,30,38	10
3	Informational support	Mendapatkan nasehat, petunjuk, saran-saran atau umpan balik	3,11,19,27,35	7,15,23,31,39	10
4	Companionship support	Mendapatkan rasa hormat, dorongan untuk maju atau persetujuan positif	4,12,20,28,36	8,16,24,32,40	10
Total			20	20	40

Skala dalam penelitian ini menggunakan model skala Likert, dimana skala Likert merupakan teknik pengumpulan data yang dikembangkan oleh Rensis Linkert untuk menyusun alat pengukuran sikap subjek yang menunjukkan skala dengan 3 atau 5 poin (Reza, 2017). Poin skala Likert yang digunakan dalam penelitian ini berupa 1-5 dengan pembagian poin Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skor untuk pernyataan favorable adalah SS=5, S=4, N=3, TS=2 dan STS=1, Sedangkan poin untuk pernyataan unfavorable adalah SS=1, S=2, N=3, TS=4 dan STS=5.

Tabel.4
Skor Skala

Pernyataan	Skor				
	SS	S	N	TS	STS
Favorable	5	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4	5

3.6. Uji Validitas dan Reabilitas Alat Ukur

3.6.1. Validitas

Validitas adalah kemampuan suatu tes untuk mengukur secara akurat atribut yang seharusnya diukur. Dengan kata lain suatu tes dikatakan valid bilamana tes tersebut mampu mengukur secara akurat apa yang hendak diukurnya (Azwar, 2016). Lebih lanjut, validitas mengacu pada apakah perancang tes benar-benar telah membuat tes yang mengukur apa yang ingin diukur (Alhamdu, 2017).

Pengukuran validitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS "Statistical Package For The Social Sciences" versi 22 for windows dengan metode korelasi person product moment yang dilakukan dengan cara melakukan uji signifikansi koefisien korelasi pada taraf signifikansi 0,05. Artinya, suatu aitem dianggap valid jika aitem tersebut berkorelasi signifikan terhadap skor total aitem (Alhamdu, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, dapat dilihat bahwa validitas aitem yang digunakan dalam penelitian ini dilihat dengan cara membandingkan antara skor aitem dengan skor total aitem, dimana bila skor aitem $< 0,05$ maka aitem valid, sebaliknya bila skor aitem $> 0,05$ maka aitem tidak valid.

3.6.2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah tingkat kekonsistenan suatu alat ukur yang digunakan. Dengan kata lain reliabilitas merupakan cara melihat alat ukur yang digunakan apakah tetap konsisten atau tidak ketika pengukuran diulang kembali (Alhamdu, 2017).

Pengukuran reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode analisis alpha cronbach dengan koefisien (r_{xx}) yang berada dalam rentang angka 0 sampai dengan 1. Artinya, semakin tinggi skor reliabilitas mendekati angka 1 maka semakin baik reliabilitas alat ukur yang digunakan, sebaliknya semakin tinggi skor reliabilitas mendekati angka 0 maka semakin kurang baik reliabilitas alat ukur yang digunakan.

3.7. Metode Analisis Data

Menurut Azwar (2016) pengolahan data penelitian yang sudah diperoleh merupakan suatu cara mengorganisasikan data sedemikian rupa sehingga dapat dibaca "readable" dan dapat ditafsirkan "interpretable". Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian yang diajukan adalah analisis data inferensial yang bertujuan untuk mengambil kesimpulan dengan pengujian hipotesis. Analisis data dalam penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi person product moment dibantu oleh aplikasi SPSS "Statistical Package For The Social Sciences" versi 22 for windows. Metode analisis data terbagi menjadi dua bagian yaitu uji asumsi (prasyarat) dan dilanjutkan dengan uji hipotesis penelitian (Reza, 2017).

3.7.1. Uji Asumsi (Prasyarat)

Uji asumsi (prasyarat) merupakan serangkaian pengujian analisis yang dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis penelitian, dimana uji asumsi (prasyarat) terbagi menjadi dua, yaitu :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah skor data yang diteliti berkontribusi normal atau tidak. Adapun teknik uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Kolmogorov Smirnov. Menurut Hadi, kaidah yang digunakan dalam menentukan data penelitian berdistribusi normal atau tidak adalah dengan melihat nilai 0,05, dimana jika $p > 0,05$ maka data

dinyatakan berdistribusi normal dan sebaliknya jika $p > 0,05$ maka data dinyatakan tidak normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang dianalisis berhubungan secara linier atau tidak. Menurut Hadi, kaidah yang digunakan dalam menentukan data linier adalah jika nilai $p < 0,05$ maka data dinyatakan linier, sebaliknya jika nilai $p > 0,05$ maka data dinyatakan tidak linier.

3.7.2. Uji Hipotesis Penelitian

Setelah melakukan uji asumsi (prasyarat) yaitu uji normalitas dan uji linieritas, maka selanjutnya akan dilakukan uji hipotesis penelitian. Teknik analisis yang digunakan dalam uji hipotesis penelitian ini adalah teknik analisis data korelasi person product moment dengan bantuan aplikasi SPSS "Statistical Package For The Social Sciences" versi 22 for windows.