

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* (potong lintang) adalah mengukur atau mengumpulkan data dalam kurun waktu yang bersamaan pada variabel (Notoatmodjo, 2014).

B. Lokasi dan Waktu Kegiatan

1. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Kampus II Fakultas Kesehatan Prodi S1 Keperawatan

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian dilakukan di bulan Februari - Juli 2022.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan suatu sasaran yang memiliki kualitas dan berkarakteristik yang dianalisa terlebih dahulu lalu disimpulkan oleh peneliti (Sugiyono, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 keperawatan angkatan 2018 sebanyak 112 mahasiswa di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian adalah item yang sedang diteliti dan diyakini dapat menjadi perwakilan di setiap populasi (Notoatmodjo, 2014).

Rumus menghitung sampel:

$$n = \left\{ \frac{Z\alpha + Z\beta}{0,5 \ln[(1+r)/(1-r)]} \right\}^2 + 3$$

Keterangan :

n : jumlah sampel

\ln : Natural logaritma

α : Kesalahan tipe I (5%)

$Z\alpha$: Nilai standar Alpha (1,960)

β : Kesalahan tipe II (10%)

$Z\beta$: nilai standar Beta (1,282)

r : Koefisien korelasi (Berdasarkan penelitian Aulia & Panjaitan (2019) $r = -0,649$) (Dahlan, 2010).

Maka perhitungan sampel sesuai rumus adalah sebagai berikut:

$$n = \left\{ \frac{Z\alpha + Z\beta}{0,5 \ln[(1+r)/(1-r)]} \right\}^2 + 3$$

$$n = \left[\frac{1,960 + 1,282^2 + 3}{0,5 \ln(1 + (-0,649)) / (1 - (-0,649))} \right]$$

$$n = \left[\frac{3,242^2 + 3}{0,5 \ln(0,2128)} \right]$$

$$n = \left[\frac{3,242}{-0,773} \right]^2 + 3$$

$$n = \left[-41940491591^2 + 3 \right]$$

$n = 20,5$ dibulatkan menjadi 21 responden

Berdasarkan rumus di atas sampel dalam penelitian didapatkan sebanyak 21 responden. Sampel penelitian ini menggunakan *total sampling*. *Total sampling* adalah dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi (Sugiyono, 2015). Peneliti membuat grup *whatsapp* sebagai tempat untuk berinteraksi dengan responden kemudian mengirim kuesioner melalui *google form* agar diisi oleh responden. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 112 mahasiswa S1 keperawatan angkatan 2018 yang sedang mengerjakan skripsi.

Untuk memastikan bahwa karakter sampel tidak menyimpang dari populasi, peneliti menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi sebelum mengambil sampel. Kriteria inklusi adalah kriteria yang harus spesifik untuk populasi yang dapat dijadikan sampel, dan kriteria eksklusi adalah karakteristik atau kriteria populasi yang tidak boleh dijadikan sampel (Notoatmodjo, 2014).

a. Kriteria inklusi:

- 1) Mahasiswa tersebut merupakan mahasiswa di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang aktif dalam perkuliahan.
- 2) Mahasiswa yang menjadi responden bersedia dengan sukarela tanpa di paksa dan menandatangani *informed consent*.
- 3) Mahasiswa yang sedang menyusun proposal skripsi dan laporan hasil
- 4) Mahasiswa yang belum yudisium.

b. Kriteria eksklusi

Mahasiswa yang masih mengulang mata kuliah

3. Besar sampel

Besar sampel dalam penelitian ini ialah sebanyak 21 responden. Akan tetapi dalam penelitian ini menggunakan *total sampling* dimana

jumlah populasi sama dengan jumlah sampel yaitu sebanyak 112 mahasiswa S1 keperawatan angkatan 2018 yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memenuhi kriteria inklusi. Terdapat 5 mahasiswa yang masuk kriteria eksklusi, 3 orang tidak dapat mengikuti skripsi karena masih ada mata kuliah yang tidak lulus, dan 2 orang telah ujian hasil. Kuesioner dibagikan kepada semua mahasiswa, akan tetapi dari 107 mahasiswa, yang mengisi kuesioner hanya 85 (79,4%) mahasiswa. Mahasiswa lainnya tidak memberikan respon kepada peneliti.

D. Variabel

Variabel penelitian adalah semua yang ditentukan oleh peneliti untuk dieksplorasi dan dikembangkan, maka dari itu dapat memperoleh info yang kemudian disimpulkan oleh peneliti (Sugiyono, 2015).

1. Variabel independen (variabel bebas)

Variabel independen disebut juga variabel stimulus, variabel prediktor, variabel *atecedent*, dan ubahan bebas atau variabel yang mempengaruhi (Usman & Akbar, 2022). Variabel independen dalam penelitian ini adalah kesejahteraan psikologis.

2. Variabel dependen (variabel terikat)

Variabel dependent merupakan ubahan yang dipengaruhi variabel independent. Variabel ini disebut juga sebagai variabel *output*, variabel kriteria, variabel kosekuen, variabel terikat, atau ubahan tidak bebas (Usman & Akbar, 2022). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat stres akademik mahasiswa.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional ialah jangkauan atau pemahaman dari variabel yang dikaji. Definisi operasional berguna untuk mengukur dan

untuk mengamati variabel yang berikatan serta untuk mengembangkan instrumen penelitian (Notoatmodjo, 2014).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Pengukuran	Skala Ukur
Tingkat stres mahasiswa keperawatan	Stres merupakan suatu kondisi yang tidak menyenangkan, dimana mahasiswa tidak mampu dalam mengatasi tuntutananya (skripsi).	Kuesioner tingkat stres yang digunakan adalah DASS-21 yang meliputi : depresi, kecemasan, dan stres.	Ordinal	1. Normal 0-7 2. Ringan 8-9 3. Sedang 10-12 4. Berat 13-16 5. Sangat berat ≥ 17
Kesejahteraan Psikologis mahasiswa keperawatan	Kesejahteraan psikologis adalah kepuasan dalam hidup yang dirasakan oleh mahasiswa semester akhir.	Kuesioner kesejahteraan psikologis yang diukur meliputi: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.	Ordinal	1. Sangat rendah $30 \leq X < 55$ 2. Rendah $55 \leq X < 80$ 3. Sedang $80 \leq X < 130$ 4. Tinggi $130 \leq X < 155$ 5. Sangat tinggi $155 \leq X < 180$

F. Alat dan Metode Pengumpulan Data

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini ialah kuesioner. Kuesioner adalah instrumen berupa daftar pertanyaan (Nursalam, 2013).

1. Alat ukur tingkat stres

Dalam penelitian ini instrumen tingkat stres yang digunakan ialah kuesioner *Depression Anxiety and Stress Scale (DASS)*, kuesioner DASS dalam penelitian ini merupakan versi DASS-21 yang dikembangkan oleh Lovibond, S.H. dan Lovibond, P.F. (1995) dan telah digunakan dan divalidasi penggunaannya di Indonesia yang terdiri dari 21 item pertanyaan (Rahmawati, 2017). DASS-21 digunakan untuk mengukur tingkat stres secara keseluruhan yang terdiri dari depresi, kecemasan, dan stres. DASS-21 terdiri dari 21 item pertanyaan 7 pertanyaan depresi, 7 pertanyaan kecemasan, dan 7 pertanyaan stres. Dalam penelitian ini yang digunakan adalah skala likert dimana jawaban Tidak Pernah dengan skor 0, Kadang-Kadang dengan skor 1, Sering dengan skor 2, Hampir Selalu dengan skor 3.

Tabel 3.2 Dimensi DASS-21

Dimensi	Indikator	No Soal
Depresi	- Tidak ada perasaan positif	3
	- Tidak ada harapan	10
	- Orang yang tidak berharga	17
	- Sedih	13
	- Tidak tertarik	16
	- Hidup tak berarti	21
	- Malas berinisiatif	5
Anxiety	- Mulut kering	2
	- Sesak nafas	4
	- Sering gemetar	7
	- Sadar akan aksi gerak jantung	19
	- Ketakutan	20
	- Panik	15
	- Mempermalukan	9
Stres	- Reaksi berlebihan	6
	- Mudah tersinggung	18
	- Gugup	8
	- Sulit tenang	12
	- Sulit istirahat	1

- Tidak bisa memaklumi gangguan	14
- Gelisah	11

2. Alat ukur skala kesejahteraan psikologis oleh Ryff

Skala kesejahteraan psikologis adalah instrumen psikologis yang diciptakan Ryff (1989). Instrumen ini adalah instrumen yang memiliki enam dimensi yaitu: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Mufliha, 2020). Skala Ryff Psychological Well-Being memiliki enam pilihan jawaban yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), agak tidak setuju (ATS), agak setuju (AS), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Pada keenam pilihan jawaban tersebut terdiri dari dua penilaian yang berbeda pada masing-masing item yaitu item *favorable* dan *unfavorable*. Pada item *favorable* sangat tidak setuju dengan skor 1, tidak setuju dengan skor 2, agak tidak setuju dengan skor 3, agak setuju dengan skor 4, setuju dengan skor 5 dan sangat setuju dengan skor 6. Pada item *unfavorable* sangat tidak setuju dengan skor 6, tidak setuju dengan skor 5, agak tidak setuju dengan skor 4, agak setuju dengan skor 3, setuju dengan skor 2 dan sangat setuju dengan skor 1. Hasil tes akan menandakan semakin tinggi skor maka semakin baik pula tingkat *psychological well-being* mahasiswa.

Tabel 3.3 Dimensi Kesejahteraan Psikologis

No	Dimensi	No Item
1	Penerimaan diri	4,10,14,19,26
2	Hubungan positif dengan orang lain	1,15,22,27,30
3	Otonomi	2,5,8,11,25

4	Penguasaan lingkungan	6,9,12,17,20
5	Tujuan hidup	13,16,18,23,29
6	Pengembangan diri	3,7,21,24,28

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas merupakan suatu indikator pengukuran instrument agar dapat mengukur dengan semestinya. Untuk memahami pengukuran tersebut dengan baik, perlu diuji dengan uji korelasi antara skors di setiap item pertanyaan dengan skor total instrumen tersebut (Notoatmodjo, 2014). Dalam penelitian ini kuesioner tidak dilakukan uji validitas karena kuesioner tingkat stres diambil dari Rahmawati (2017). Dalam penelitian Rahmawati (2017), didapatkan hasil uji validitas *Pearson product moment* sebesar 0,536 sampai 0,743 (*r table*: 0,3610) yang berarti kuesioner tersebut dikatakan valid. Kuesioner kesejahteraan psikologis diadopsi dari Mufliha (2020). Uji validitas pada kuesioner kesejahteraan psikologis memiliki korelasi positif antara keenam dimensi berkisar antara 0,32 hingga 0,76 sehingga kuesioner kesejahteraan psikologis dikatakan valid.

2. Reliabilitas adalah indeks yang memperlihatkan instrumen tersebut dapat dipercaya dan diyakini. Dikatakan reliabel jika hasil pengukurannya tetap sama apabila diukur berulang kali dengan masalah yang sama, dan tentu dengan instrumen yang sama (Notoatmodjo, 2014). Alat ukur tingkat stres dalam penelitian ini tidak diuji reliabilitas karena sudah dilakukan uji reliabilitas sebelumnya (Hermawan, 2016). Kuesioner tingkat stres di uji reliabilitas dengan menggunakan *Alpha Cronbach*, dengan nilai α 0,9587 yang berarti alat ukur tingkat stres reliabel. Alat ukur kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini juga tidak di uji

reliabilitasnya karena telah dilakukan uji reliabilitas sebelumnya (Mufliha, 2020). Kuesioner kesejahteraan psikologis dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan *Alpha Cronbach* sebesar 0,81 yang berarti instrumen ini mempunyai reliabilitas yang baik (Mufliha, 2020).

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

Hasil dari pengambilan data dikumpulkan dan dimasukkan kedalam program komputer kemudian diolah. Tujuannya ialah untuk menyajikan data menjadi suatu hasil yang bermakna dan memiliki ketepatan yang bagus (Notoatmodjo, 2014).

Tahap dalam pengolahan data sebagai berikut:

1. Proses pengolahan data

a. *Editing* (pemeriksaan data)

Pada tahap ini adalah tahap pengolahan data yang sudah dikumpulkan. Dalam penelitian ini data diperoleh dari hasil survei dengan menyebarkan kuesioner yang telah dimasukkan kedalam *google form* secara *online* melalui *group whatsapp* dan *whatsapp* pribadi. Peneliti memeriksa atau memodifikasi integritas kuesioner yang dibagikan. Jika kuisisioner ditemukan tidak lengkap, peneliti akan meminta responden untuk mengisi kuisisioner lagi. Penelitian ini mengolah data dari hasil pengisian identitas responden, kuesioner tentang tingkat stres, dan kesejahteraan psikologis.

b. *Coding* (kode)

Tahap ini merupakan tahap pengkodean data yang telah dikumpulkan. Pengkodean data didasarkan pada kategori yang dibuat oleh peneliti.

Berikut adalah kode yang dibuat oleh penulis:

- 1) Jenis kelamin:
 - Kode 1 : laki-laki
 - Kode 2 : perempuan
- 2) Tempat Tinggal
 - Kode 1 : Kost atau kontrakan
 - Kode 2 : Bersama keluarga
- 3) Umur :
 - Kode 1 : 20
 - Kode 2 : 21
 - Kode 3 : 22
 - Kode 4 : 23
 - Kode 5 : 24
- 4) Tingkat stres :
 - Kode 1 : Normal
 - Kode 2 : Ringan
 - Kode 3 : Sedang
 - Kode 4 : Berat
 - Kode 5 : Sangat Berat
- 5) Kesejahteraan psikologis :
 - Kode 1 : Sangat Rendah
 - Kode 2 : Rendah
 - Kode 3 : Sedang
 - Kode 4 : Tinggi
 - Kode 5 : Sangat Tinggi

c. *Entry* (memasukkan data)

Peneliti memasukan data ke dalam program komputer berdasarkan variabel-variabel yang diteliti pada setiap data, dan data yang didapatkan dari responden. Penelitian ini menggunakan program perangkat lunak untuk memasukkan data. Data yang

telah dimasukkan kedalam excel kemudian dimasukkan kedalam program komputer untuk dioleh.

d. *Cleaning* (pembersihan data)

Jika memasukkan data pada seluruh sumber data, itu perlu divalidasi ulang untuk mendeteksi kemungkinan kesalahan kode data yang tidak lengka, lalu lakukan perbaikan atau fix. Keutuhan data yang ditinjau meliputi gender, usia, tempat tinggal, tingkat stres, dan kesejahteraan psikologis.

e. *Tabulating* (tabulasi)

Pada tahap *tabulating* penulis memberikan nilai pada setiap item, pada item-item yang belum diberi nilai maka penulis akan memberi kode pada tiap item-item, kemudian mengganti jenis data agar sesuai dengan proses analisis data yang digunakan, dan menempatkan kode komputer pada pengolahan data.

2. Analisis data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat memiliki tujuan untuk menyampaikan dan menggambarkan karakter disetiap variabel dalam penelitian. (Notoatmodjo, 2014). Dalam penelitian ini analisis univariat menggunakan data demografi (usia dan jenis kelamin), tingkat stres dan tingkat kesejahteraan psikologis yang ditampilkan menggunakan tabel frekuensi dan persentase (Notoatmodjo, 2014).

Analisis univariat dilakukan menggunakan rumus berikut:

$$P = \frac{X}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

P : Persentase

X : Jumlah kejadian pada responden

N : Jumlah seluruh responden

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang digunakan untuk melihat adanya hubungan antara dua variabel (Siyoto & Sodik, 2015). Analisis bivariat dalam penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada hubungan antara kesejahteraan psikologis dan tingkat stres mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan menggunakan analisis uji Gamma. Koefisien korelasi yang bertipe ordinal dan ditampilkan dalam bentuk tabel kontingensi adalah menggunakan koefisien korelasi gamma (G).

Rumus Gamma:

$$G = \frac{C - D}{C + D}$$

Keterangan:

C = konkordan

D = diskordan

I. Etika Penelitian

Saat survei peneliti harus memegang teguh etika penelitian, meskipun survei tersebut tidak membahayakan atau merugikan responden (Notoatmodjo, 2014). Etika penelitian dalam penelitian ini meliputi:

1. *Inform consent* (persetujuan)

Dalam penelitian ini, responden diberi formulir informasi dan persetujuan yang berisi tentang maksud serta tujuan dari penelitian, yang dimasukkan kedalam google form. Jika responden setuju maka responden wajib mengklik YA pada formulir surat persetujuan dan apabila responden tidak setuju peneliti tidak boleh memaksakannya.

2. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Peneliti harus merahasiakan semua informasi berkaitan dengan identitas dan pertanyaan lainnya, serta semua informasi tentang responden. Peneliti menjelaskan bagaimana data identitas responden dimasukan untuk memastikan bahwa data responden tetap terjaga kerahasiaanya (Dharma, 2011). Dalam penelitian ini peneliti menjaga kerahasiaan responden dengan tidak mencantumkan nama asli responden akan tetapi diganti dengan inisial. Peneliti juga menyimpan data responden dengan aman sehingga terjaga kerahasiaannya.

3. *Justice* (adil)

Memberikan manfaat dan beban yang setara yang disesuaikan dengan kepentingan dan kebiasaan responden. Dalam penelitian ini responden diperlakukan sama dalam pengumpulan data dan tidak dibedakan. Semua responden yang mengisi kuesioner mendapat reward sama tidak ada yang lebih besar atau lebih kecil.

4. *Benefit* (manfaat)

Peneliti melakukan penelitian disesuaikan dengan prosedur dalam penelitian yang ada, untuk menemukan hasil yang maksimal bagi responden dan institusi pendidikan yang dapat mendukung peningkatan kelulusan melalui skripsi.

J. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan penelitian

- a. Pada tahap persiapan, peneliti harus mendapatkan masalah (fenomena), gambaran tentang tempat, populasi, dan sampel penelitian melalui studi pendahuluan.
- b. Peneliti mengajukan judul penelitian kepada dosen pembimbing skripsi
- c. Setelah judul penelitian disetujui oleh pembimbing, peneliti ke bagian PPPM untuk memasukkan judul yang sudah disetujui.

- d. Peneliti kebagian PPPM untuk membuat surat izin studi pendahuluan.
 - e. Setelah surat ijin mendapat balasan dari PPPM, peneliti melakukan studi pendahuluan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, untuk mengetahui populasi mahasiswa keperawatan.
 - f. Peneliti menyusun proposal tentang hubungan kesejahteraan psikologis dan tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di UNJANI Yogyakarta yang terdiri dari tiga BAB.
 - g. Peneliti melakukan bimbingan dan konsultasi setiap BAB kepada dosen pembimbing skripsi.
 - h. Peneliti mempresentasikan proposal skripsi yang telah ditandatangani oleh dosen pembimbing.
2. Pelaksanaan penelitian
- Pengumpulan data dilaksanakan di bulan Juni 2022 meliputi:
- a. Mengurus surat izin penelitian dari FKES Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
 - b. Mengurus surat etik dari FKES Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
 - c. Peneliti mencari sampel yang disesuaikan dengan karakteristik dari penelitian.
 - d. Peneliti menyampaikan niat serta tujuan peneliti dan menjelaskan cara mengisi kuesioner dengan benar, dan menceklist di kuesioner bahwa responden setuju untuk menjadi responden.
 - e. Peneliti membagikan kuesioner ke grup kelas kuesioner yang dimasukan kedalam *google form*, kemudian mempersilahkan responden untuk mengisi kuesioner tersebut.
 - f. Kuesioner yang telah diisi dicek kembali, kemudian apabila ada data yang tidak lengkap peneliti dapat menghubungi responden

kembali untuk melengkapi data yang kurang. Setelah itu peneliti dapat menganalisa data.

3. Penyusunan laporan penelitian

Pengolahan data dan analisis data dilakukan di akhir penelitian yaitu memasukkan data kedalam program komputer, kemudian yang dilakukan oleh peneliti meliputi:

- a. Mengumpulkan data dan menyusun laporan hasil penelitian
- b. Seminar hasil penelitian
- c. Melakukan revisi laporan sesuai masukan dari penguji
- d. Konsul ke dosen pembimbing dan dikoreksi