

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Deskriptif kuantitatif adalah suatu penelitian yang mempunyai tujuan untuk mendeskripsikan suatu fenomena, peristiwa, gejala dan kejadian yang terjadi secara faktual, sistematis serta akurat (Sugiyono, 2011). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres siswa selama proses pembelajaran di masa pandemi COVID-19.

#### **B. Lokasi Dan Waktu Kegiatan**

Lokasi dilakukan penelitian ini di SMPN 3 Kasihan Bantul. Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 14 Juni 2022. Kemudian peneliti melakukan pengambilan data pada tanggal 4 Agustus 2022.

#### **C. Populasi Dan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan unit analisis yang akan diteliti, elemen populasinya merupakan keseluruhan subjek yang akan diukur. Populasi terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kuantitas, bukan hanya jumlah tetapi meliputi karakteristik yang dimiliki objek/subjek tersebut (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMPN 3 Kasihan Bantul, dengan jumlah populasi kelas VIII yaitu 155 siswa.

##### 2. Sampel

Menurut Arikunto (2019) sampel penelitian adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang diambil dari populasi tersebut harus benar-benar resperentif atau mewakili populasi yang diteliti (Sugiono, 2019).

Untuk dapat memperoleh jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian deskriptif ini, peneliti menggunakan rumus dari Dahlan (2010), sebagai berikut:

$$n = \frac{Z^2 \alpha^2 PQ}{d^2}$$

$$n = \frac{1,96 \times 0,74 \times 0,296}{0,10^2}$$

$$n = \frac{3,8416 \times 0,74 \times 0,296}{0,01}$$

$$n = \frac{0,800527}{0,01}$$

$$n = 80 = 80 + 10\% \text{ (drop out)}$$

Hasil perhitungan didapatkan besar sampel 89 siswa dengan kemungkinan *drop out* sebesar 10%.

$$n = \frac{n}{1 - 01}$$

$$n = \frac{80}{1 - 01} = \frac{80}{0,9} = 88,9 \rightarrow 89$$

Keterangan :

$Z\alpha$ : nilai standar alpha 5% = 1,96

P : proporsi kategorik = 70,4% = 0,704 (Wibowo & Oktarina, 2021)

Q : 1-P = 1- 0,704 = 0,296

d : Presisi penelitian = 10% = 0,10

Berdasarkan perhitungan di atas jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian sebanyak 89 siswa kelas VIII yang bersedia menjadi responden dalam penelitian, dengan rincian masing-masing kelas sebagai berikut:

$$n = \frac{\text{jumlah sampel yang dibutuhkan}}{\text{jumlah populasi kelas VII}} \times \text{jumlah siswa perkelas}$$

$$\text{Kelas VIII A} = \frac{89}{155} \times 32 = 18,3 \rightarrow 18$$

$$\text{Kelas VIII B} = \frac{89}{155} \times 31 = 17,8 \rightarrow 18$$

$$\text{Kelas VIII C} = \frac{89}{155} \times 31 = 17,8 \rightarrow 1$$

$$\text{Kelas VIII D} = \frac{89}{155} \times 30 = 17,2 \rightarrow 17$$

$$\text{Kelas VIII E} = \frac{89}{155} \times 31 = 17,8 \rightarrow 18$$

Total : 89 siswa.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*, dimana pengambilan anggota sampel secara acak tanpa memperhatikan tingkatan-tingkatan yang ada (Sugiyono, 2019). Peneliti memperoleh sampel di setiap kelas dengan cara membuat kocokan. Setelah mendapatkan daftar nama siswa setiap kelas, peneliti akan membuat kocokan secara acak dengan cara menuliskan nama-nama siswa dalam potongan kertas sebanyak 155 siswa. Kemudian peneliti memasukan nama-nama tersebut ke dalam botol yang sudah dilubangi sesuai dengan daftar nama dan jumlah siswa pada masing-masing kelas. Setelah itu peneliti mengeluarkan nama-nama tersebut sesuai dengan jumlah sampel yang diperlukan pada masing-masing kelas. Kemudian peneliti memberikan daftar nama-nama siswa yang sudah terpilih kepada guru BK. Setelah itu guru BK menyampaikan kepada siswa terkait daftar nama yang sudah terpilih untuk menjadi responden. Pada saat pengambilan data semua siswa yang sudah terpilih dikumpulkan menjadi satu dan dibagi menjadi 3 kelas. Semua siswa yang sudah terpilih bersedia menjadi responden dan menandatangani *inform consent*.

#### **D. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian merupakan sebuah komponen utama dalam penelitian, yang ditetapkan oleh peneliti untuk memperoleh jawaban kemudian disimpulkan (Sahir, 2021). Penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu: tingkat stres siswa SMPN 3 Kasihan Bantul.

### E. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan sebuah definisi berdasarkan karakteristik dari sesuatu yang didefinisikan. Variabel dapat diukur menggunakan alat ukur harus didefinisikan terlebih dahulu (Nursalam, 2013).

**Tabel 3. 1 Definisi Operasional**

Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
Stres	Stres merupakan rangsangan yang diterima oleh individu yang menimbulkan tekanan psikologis (Zaini, 2021). Ada beberapa masalah yang muncul siswa ketika siswa mengalami stres selama proses pembelajaran di masa pandemi seperti siswa akan merasa cemas dan khawatir akan nilai akademik yang diperoleh, beban tugas yang berlebihan selama masa pandemi COVID-19 dan siswa merasa sulit berkonsentrasi selama proses pembelajaran.	Kuesioner ESSA ( <i>Educational Stress Scale for Adolescents</i> ) (Sun dkk., 2011). 1 : sangat tidak setuju 2 : tidak setuju 3 : ragu-ragu 4 : setuju 5 : sangat setuju	Tingkat Stres 1. < 39 : sangat rendah 2. $39 \leq X < 42$ : rendah 3. $42 \leq X < 46$ : sedang 4. $46 \leq X \leq 49$ : tinggi 5. $X > 49$ : sangat tinggi	Ordinal

### F. Alat dan Metode Pengumpulan Data

#### 1. Metode Pengumpulan Data

##### a) Jenis data

##### 1) Data primer

Data primer merupakan data yang diperoleh langsung dari subjek peneliti dengan menggunakan alat pengukuran secara

langsung ada objek sebagai sumber informasi yang dicari (Dharma, 2011). Didapatkan melalui responden langsung dari responden dimana setelah sampel terpilih, kemudian diberi *informend consent* untuk persetujuan bersedia menjadi responden.

## 2) Teknik pengumpulan data

Cara pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan memberikan kuesioer yang akan diisi oleh siswa. Sebelum menyebarkan kuesioner peneliti menemui kepala SMPN 3 Kasihan Bantul beserta guru BK guna meminta izin dan berkoordinasi tentang jadwal dan mekanisme pengambilan data. Peneliti mempersiapkan kuesioner dan kenang-kenangan yang akan diberikan kepada siswa sebagai bentuk tanda terima kasih. Kemudian pada tanggal 4 Agustus 2022 pukul 09:00 WIB peneliti mendatangi SMPN 3 Kasihan Bantul bersama asisten penelitian. Sebelum mengambil data peneliti menemui guru BK guna memastikan kembali mekanisme pengambilan data. Responden yang telah terpilih dikumpulkan dan dibagi dalam tiga kelas. Kemudian peneliti masuk ke masing-masing kelas untuk mengambil data.

## 2. Alat Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan suatu bentuk pengumpulan data yang berisi beberapa item pertanyaan untuk responden (Sugiyono, 2019). Penelitian ini menggunakan kuesioner *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) yang diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia dan disesuaikan dengan kondisi pada masa pandemi COVID-19 (Fitriani, 2021). Kuesioner ESSA ini pertama kali dikemukakan oleh Sun dkk (2011) dan telah dilakukan *try out* pada

siswa kelas 7-12 di Provinsi Shandong, China. Instrumen ini berisi 16 item *favorable*, dan skala yang digunakan adalah skala likert. Setiap item dengan pilihan jawaban diberi skor 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (ragu-ragu), 4 (setuju), dan 5 (sangat setuju).

### G. Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan kuesioner *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) yang sudah tervalidasi sehingga tidak perlu diuji. Nilai koefisien *cronbach alpha* pada skala asli sebesar 0,81 (Sun dkk., 2011). Skala ESSA diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia, kemudian dilakukan uji coba pada siswa SMP saat proses pembelajaran di masa pandemi COVID-19 dan memperoleh hasil nilai *cronbach alpha* sebesar 0,812 (Fitriani, 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sihotang (2021), memperoleh hasil nilai reliabilitas sebesar 0,71. Peneliti lain juga melakukan *tyrout* dengan menyesuaikan kondisi pembelajaran di masa pandemi COVID-19, kemudian memperoleh hasil nilai koefisien reliabilitas skala ESSA sebesar 0,89 (Yusuf, 2021). Dengan demikian skala ESSA dinyatakan reliabel.

### H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

#### 1. Pengolahan Data

Pengolahan data ialah suatu proses memperoleh data setelah pengumpulan data dengan cara mengubah data yang dikumpulkan menjadi informasi (Masturoh & Anggita, 2018). Berikut langkah-langkah yang dilakukan peneliti untuk mengolah data:

##### a. *Editing* (Penyuntingan)

Pengeditan merupakan proses pemeriksaan data seperti melengkapi kekurangan atau menghilangkan data yang mengalami kesalahan. Yang disunting atau diedit ialah hasil observasi yang telah

dikumpulkan (Notoatmodjo, 2018). Peneliti memeriksa kembali kuesioner yang telah diisi oleh responden.

*b. Coding*

Setelah proses penyuntingan akan dilakukan proses pemberian kode. *Coding* ialah proses pemberian simbol pada data berupa huruf atau angka. Manfaat *coding* ialah untuk mempermudah proses memasukan data (Notoatmodjo, 2018). Peneliti membuat koding pada masing-masing data. Koding dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Usia
  - a) 13 tahun : 1
  - b) 14 tahun : 2
  - c) 15 tahun : 3
- 2) Jenis Kelamin
  - a) Perempuan : 1
  - b) Laki-laki : 2
- 3) Tingkat Stres
  - a) Sangat rendah : 1
  - b) Rendah : 2
  - c) Sedang : 3
  - d) Tinggi : 4
  - e) Sangat tinggi : 5

*c. Processing ( memasukan data)*

*Processing* atau proses memasukan data merupakan proses memasukan kode yang telah diberikan kedalam program. Dalam penelitian ini proses *entry* data menggunakan program SPSS *Statistics* 20 (Notoatmodjo, 2018). Peneliti memasukan koding yang telah diberikan sebelumnya ke dalam program SPSS 20.

*d. Cleaning Data*

*Cleaning data* (pembersihan data) ialah proses pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan apakah ada kesalahan atau tidak (Notoatmodjo, 2018). Peneliti mengecek kembali data yang dimasukkan ke dalam program SPSS 20 guna memastikan kelengkapan data tersebut.

e. *Tabulating*

*Tabulating* merupakan sebuah proses membuat tabel-tabel sesuai dengan tujuan penelitian. Peneliti akan memasukan data kedalam tabel tersebut (Notoatmodjo, 2018). Peneliti membuat tabel dan memasukan data ke dalam tabel tersebut. Tabel yang dibuat yaitu tabel karakteristik responden dan tingkat stres siswa.

## 2. Analisa Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dimana metode ini memiliki tujuan untuk mendeskripsikan sesuatu yang akan diteliti. Analisis adalah proses mendeskripsikan, menginterpretasikan dan menghubungkan suatu data pada penelitian. Penelitian ini menggunakan jenis Analisa univariat yang dimana analisa ini dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel dalam penelitian. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS 20 untuk menganalisa data (Notoatmodjo, 2018).

$$F = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

F: Frekuensi

n: Skor yang diperoleh

N: skor total

### I. Etika Penelitian

Peneliti sudah memenuhi persyaratan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani

Yogyakarta dan dinyatakan layak etik dengan nomor etik Skep/279/KEPK/VIII/2022. Peneliti memperhatikan beberapa prinsip karena subjek yang diteliti adalah manusia (Notoatmojo, 2012). Prinsip-prinsip yang harus dipahami, sebagai berikut:

1. Penjelasan dan persetujuan responden (*inform consent*)

Peneliti memenuhi hak-hak responden agar memperoleh informasi terbuka terkait dengan penelitian yang akan dilakukan. Responden diberikan kebebasan untuk memilih atau menentukan pilihan tanpa ada paksaan. Peneliti mempersiapkan *inform consent* untuk diisi oleh responden sebagai tanda persetujuan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian.

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek dalam penelitian (*Respect of privacy and confidentiality*)

Peneliti menjelaskan kepada responden terkait dengan kerahasiaan data responden dengan tidak memasukan nama lengkap responden namun hanya memberikan kode nomor responden pada halaman depan kusioner.

3. Keadilan (*Respect for justice*)

Peneliti berperilaku secara adil pada saat proses pengambilan sampel dan menjelaskan prosedur penelitian kepada semua responden. Peneliti memberikan kenang-kenangan kepada responden secara adil tanpa membedakan responden pada saat pengambilan data.

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang timbul (*balancing harms and benefits*)

Peneliti berupaya mengutamakan manfaat dalam penelitian ini dan mencegah terjadinya kerugian yang timbul akibat penelitian ini.

## J. Pelaksanaan Penelitian

1. Tahap persiapan
  - a. Mencari data dan referensi sebagai bahan penyusunan proposal.
  - b. Mengajukan judul penelitian dan konsultasi kepada dosen pembimbing terkait penyusunan proposal yang baik dan benar.
  - c. Setelah mendapat persetujuan kemudian mengajukan surat izin persetujuan judul.
  - d. Mengajukan surat izin penelitian kepada Kepala Dinas Pendidikan dan Olahraga Kabupaten Bantul dan Kepala SMPN 3 Kasihan Bantul
  - e. Melakukan studi pendahuluan dengan wawancara siswa-siswi SMPN 3 Kasihan Bantul.
  - f. Menyusun proposal penelitian dengan cara konsultasi dengan dosen pembimbing.
  - g. Setelah mendapat persetujuan dari dosen pembimbing, proposal akan di cek *plagiarisme* terlebih dahulu.
  - h. Jika proposal sudah lulus cek *plagiarisme*, proposal penelitian akan diseminarkan
  - i. Melakukan sidang proposal penelitian
  - j. Menyusun revisi proposal.
  - k. Mengurus surat bebas etik penelitian.
  - l. Mendatangi SMPN 3 Kasihan Bantul untuk meminta izin penelitian.
  - m. Peneliti berkoordinasi dengan guru BK terkait dengan prosedur dan jadwal penelitian.
  - n. Menentukan asisten penelitian yaitu mahasiswa/mahasiswi Universitas Jenderal Achmad Yani untuk membantu dalam penelitian dengan berlatar belakang semester delapan.
  - o. Melakukan persamaan persepsi dengan asisten penelitian terkait prosedur pengambilan data.

- p. Mempersiapkan kenang-kenangan yang akan diberikan kepada responden sebagai bentuk tanda terima kasih.
- q. Mempersiapkan kuesioner yang akan diberikan kepada responden.
- r. Melakukan persamaan persepsi dengan asisten penelitian.

## 2. Tahap pelaksanaan

- a. Peneliti datang ke SMPN 3 Kasihan Bantul bersama dengan asisten penelitian pada tanggal 4 Agustus 2022 untuk melakukan pengambilan data.
- b. Peneliti bertemu dengan guru BK untuk meminta arahan sebelum masuk ke kelas.
- c. Pada saat pengambilan data siswa yang sudah terpilih dikumpulkan dan dibagi dalam 3 kelas. Kemudian peneliti bersama asisten masuk ke masing-masing kelas untuk mengambil data.
- d. Menjelaskan kepada calon responden terkait penelitian dan apabila responden bersedia dipersilahkan untuk menandatangani *informed consent*.
- e. Membagikan kuesioner terkait tingkat stres untuk diisi oleh siswa-siswi SMPN 3 Kasihan Bantul.
- f. Pada saat pengisian kuesioner responden diberikan kesempatan untuk bertanya jika ada yang ingin ditanyakan dengan waktu kurang lebih 10-15 menit.
- g. Setelah pengisian kuesioner, selanjutnya peneliti akan mengecek kembali kuesioner yang telah diisi. Jika ada kuesioner yang belum diisi peneliti mengembalikan kepada responden untuk diisi.
- h. Memberikan kenang-kenangan kepada responden sebagai bentuk tanda terimakasih.

## 3. Tahap Pelaporan

- a. Data yang sudah diperoleh kemudian dikumpulkan, diolah dan dianalisis menggunakan SPSS.

- b. Data yang sudah diolah dan dianalisis dibuat menjadi laporan akhir dari hasil penelitian.
- c. Menyusun bagian pembahasan dan penutup.
- d. Melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing terkait hasil penelitian, pembahasan dan penutup.
- e. Melakukan revisi dan perbaikan.
- f. Setelah mendapat persetujuan dari dosen pembimbing, peneliti melakukan cek *plagiarisme*.
- g. Peneliti mengajukan surat permohonan ujian hasil.
- h. Melakukan seminar hasil penelitian.
- i. Melakukan revisi.
- j. Mengumpulkan hasil akhir jika sudah disetujui oleh pembimbing.