

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel – variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel Tergantung : Distres Psikologi

Variabel Bebas : Resiliensi

B. Definisi Operasional

a. Distres Psikologi

Distres psikologi merupakan jenis stres yang berdampak negatif pada mahasiswa rantau penderita gastritis yang dapat menyebabkan penyimpangan perilaku, fisik, dan psikis. Untuk mengukur tingkat distres psikologi pada mahasiswa penelitian ini menggunakan dimensi– dimensi dari Lovibond dan Lovibond (1995) yaitu, depresi, kecemasan, stres.

b. Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki mahasiswa rantau untuk mengatasi dan menghadapi kesulitan atau perubahan mendadak yang terjadi dalam hidup, serta dapat bertahan dan pantang menyerah pada keadaan apapun sehingga dapat beradaptasi dan mencapai tujuan hidup, untuk mengukur tingkat resiliensi dalam penelitian ini menggunakan aspek dari Connor dan Davidson (2003) yaitu, Kompetensi personal, standar yang tinggi dan keuletan.

Percaya kepada diri sendiri, memiliki toleransi terhadap afek negative dan kuat menghadapi tekanan. Penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang baik dengan orang lain dan lingkungan. Pengendalian diri dan pengaruh spiritual.

C. Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan populasi mahasiswa rantau penderita gastritis di Yogyakarta. Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah jenis *nonprobability sampling* dan tepatnya yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan Teknik pengambilan sampel dengan adanya kriteria subjek yang digunakan (Azwar, 2014). Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini antara lain:

1. Mahasiswa Rantau di Yogyakarta
2. Pernah / sedang mengalami asam lambung (Gastritis)

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode survei untuk pengumpulan data dengan menyebarkan skala secara online melalui Google Form. supaya dapat menjangkau seluruh mahasiswa dari berbagai universitas di Yogyakarta. Dengan mencantumkan persyaratan seperti mencantumkan asal universitas, asal daerah dan email sebelum mengisi aitem sebagai bentuk keaslian data. Menurut Azwar (2010), metode skala mampu menggambarkan aspek-aspek kepribadian individu dan mencerminkan diri yang biasanya tidak disadari oleh responden. Dalam penelitian ini, digunakan skala Likert pada skala distres, yang

menawarkan lima pilihan jawaban, yaitu tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, dan selalu, pada skala distres psikologi. Demikian pula, skala resiliensi juga menggunakan lima pilihan jawaban yang sama: tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, dan selalu. Pada aitem ini hanya memiliki satu jenis pernyataan pada skala resiliensi dan distres psikologi, yaitu favorable (pernyataan positif yang mendukung objek sikap yang diungkap (Azwar, 2010).

Setelah dilakukan identifikasi alat ukur yaitu melakukan pembuatan blueprint. Blueprint berfungsi sebagai gambaran bentuk mengenai skala dan peneliti akan menggunakan sebagai bentuk pedoman lingkup yang benar (Azwar, 2017). Adapun skala psikologi pada penelitian ini terdiri dari dua yaitu skala resiliensi dan distres psikologi.

1. Skala Distres Psikologi

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah skala *depression, anxiety, stress scale* (DASS 21) yang diukur menggunakan skala likert yang terdiri dari aitem – aitem pernyataan. Skala dalam penelitian Hakim dan Ariswati (2023). Berdasarkan dimensi distress psikologi dari Lovibond dan Lovibond (1995). Yang terdiri dari tiga dimensi yaitu, depresi, kecemasan dan stress. Terdapat 21 aitem pernyataan dengan keseluruhan favorabel

Tabel 3.1 Skala Distres Psikologi

No	Dimensi	Nomer Aitem	Jumlah Aitem
1	Depresi	3,5,10,13,21,17,16	7
2	Kecemasan	2,4,7,9,19,20,15	7
3	Stres	1,6,11,12,14,18,8	7
	Total		21

2. Skala Resiliensi

Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu resiliensi diukur menggunakan skala likert yang terdiri dari aitem – aitem pernyataan. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah diadaptasi oleh Prawita dan Heryadi (2023) berdasarkan aspek resiliensi dari Connor dan Davidson (2003), yaitu skala ini terdiri atas 25 aitem pernyataan dengan keseluruhan *favorable*.

Tabel 3.2 Skala Resiliensi

No	Aspek	Nomer Aitem	Aitem
1	Kompetensi Personal, Standar Tinggi, dan keuletan yang dimiliki individu.	10,11,12,16,17,23,24 dan 25	8
2	Keyakinan Terhadap insting, Toleran Terhadap Hal Negatif, dan Fokus Dampak dari Stres.	6,7,14,15,18,19 dan 20	7
3	Penerimaan yang Positif dan Memiliki Hubungan yang Aman	1,2,4,5 dan 8	5
4	Kontrol Diri	13,21 dan 22	3
5	Pengaruh Spiritualitas	3 dan 9	2

E. Metode Analisis Data

Teknik analisis data yang akan digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah Teknik Regresi Linier Sederhana. Teknik ini diperlukan untuk mencari pengaruh antara dua variabel, yaitu resiliensi dan distres psikologi.

Proses analisis regresi sederhana dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi, uji analisis linier sederhana sebagai uji prasyarat kemudian selanjutnya dapat dilakukan uji hipotesis. dalam proses penelitian ini menggunakan statistic SPSS *Statistic Version 26*.

1. Uji Asumsi

Uji asumsi klasik bertujuan untuk menguji kelayakan model regresi yang digunakan serta memastikan bahwa model regresi tersebut memenuhi asumsi normalitas dan linearitas.

a. Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi apakah data yang digunakan terdistribusi normal dan layak untuk dipakai. Uji normalitas yang akan diterapkan dalam penelitian ini adalah SPSS *Statistic Version 26* dengan metode uji *Kolmogorov Smirnov*, apabila Jika nilai signifikansi $>0,05$, maka data memiliki distribusi normal sebaliknya, Jika nilai signifikansi kurang dari $0,05$, maka distribusi data dianggap tidak normal. (Azwar, 2021).

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan secara linier atau tidak di antara kedua variabel, dapat dinyatakan linier apabila $p < 0,05$ dan sebaliknya nilai nilai $p > 0,05$ maka hubungan dua variabel tidak linier (Raharjo, 2013).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang pada penelitian ini yaitu menggunakan analisis regresi Sederhana dengan menggunakan Uji T, Uji F dan koefisien determinasi. Menurut Sugiyono (2020) menyatakan bahwa analisis regresi sederhana adalah salah satu analisis data yang digunakan untuk membahas pengaruh antara variabel yang lebih dari satu variabel

F. Kredibilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas yaitu validitas isi untuk mengetahui apakah skala yang digunakan pengambilan data dinyatakan valid. Menurut Azwar (2017), validitas isi mengacu pada seberapa baik item mewakili atribut yang akan diukur. Proses validasi item dapat digunakan untuk menentukan validitas isi. validitas isi akan dilakuakn dengan memberikan angka 1-5 (sangat tidak setuju hingga sangat setuju) dengan rumus Aiken's V sebagai berikut:

Nilai Aiken's V digunakan untuk menghitung validitas uji.

Jika nilai uji kurang dari 0,50, item tersebut dianggap tidak valid dan disarankan untuk dihapus atau diganti (Azwar, 2015). Perhitungan Aiken's V adalah sebagai berikut:

$$V = \sum sc / [n(c-1)]$$

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengevaluasi seberapa tepat suatu alat ukur dapat mengukur aspek tertentu. Koefisien reliabilitas berkisar antara 0 -1,00. Pengukuran akan menjadi lebih akurat ketika koefisiennya mendekati 1,00. (Azwar, 2012).

Menurut Sugiyono dkk (2020) alat ukur dikatakan reliabel apabila memperoleh hasil yang sama dan tetap meskipun pada waktu yang berbeda kepada responden yang sama atau konsisten ketika diberikan. Nilai Alpha cronbach yang baik bergerak dengan skor > 0,70, apabila nilai < 0,70 maka aitem diasumsikan tidak baik sehingga tidak dapat digunakan dalam aitem penelitian (Azwar,2021)

G. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif kausal. Menurut Azwar (2017) Kuantitatif adalah proses mengumpulkan pengetahuan dengan data yang terdiri dari angka yang akan digunakan untuk mengukur nilai dengan menggunakan statistik.

Penelitian kuantitatif kausal yaitu untuk mencari hubungan

antar satu variabel dengan variabel lain yang memiliki sebab akibat (Sugiyono, 2020). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu resiliensi dan variabel tergantung yaitu distres psikologi, kemudian diolah dengan menggunakan *SPSS Statistic Version 26*.

2. Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terdapat beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut:

1) Persiapan Penelitian

Pada tahap persiapan, peneliti mencari fenomena yang terjadi pada masa ini. Kemudian melakukan studi literatur terhadap kasus atau fenomena yang diangkat dimana mengenai distres psikolog pada mahasiswa rantau penderita gastritis serta kaitannya dengan referensi mengenai resiliensi. Studi literatur adalah sebuah proses dimana mengumpulkan data-data dari berbagai sumber kepustakaan. Sumber-sumber tersebut diantaranya buku, hasil penelitian seperti jurnal, naskah publikasi skripsi serta informasi tambahan yang berkaitan dengan masalah-masalah yang diangkat oleh peneliti.

Tahap persiapan selanjutnya, peneliti menentukan alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian. Setelah menentukan variabel yang akan digunakan dalam penelitian, yaitu resiliensi dan distres psikologi, peneliti memutuskan cara mengumpulkan data untuk penelitian.

2) Tahap Pelaksanaan

Tahap ini yaitu uji validitas isi yang merupakan bagian penting untuk memastikan instrumen yang digunakan benar - benar mengukur apa yang ingin diukur. selanjutnya peneliti akan mencoba alat ukur. setelah melakukan uji coba peneliti melakukan uji reliabilitas.

Setelah proses di atas selesai, peneliti akan mengumpulkan data dari subjek, yang pernyataannya dibuat menggunakan google formulir. Setelah data dikumpulkan, peneliti akan melakukan olah data berikutnya.