

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Desain penelitian ini tergolong penelitian deskriptif dengan menggunakan survey. Dengan menggunakan survey dapat memberikan gambaran yang detail mengenai suatu kejadian yang bersifat relevan. Penelitian deskriptif yang ditujukan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena alamiah maupun fenomena buatan manusia.

Penelitian deskriptif ini digunakan untuk memperoleh gambaran coping stress siswa SMAN 1 Limbangan akibat meningkatnya tugas selama pandemic covid-19. Selain itu berdasarkan analisis data dapat diketahui tingkat coping stress dan diketahui item coping stress yang harus ditangani.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Limbangan pada siswa kelas X,XI dan XII yang mengalami peningkatan tugas selama pandemic covid-19. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 26 Januari sampai 8 Februari 2021.

### C. Populasi dan Sampel Penelitian

Subyek penelitian adalah siswa SMA N 1 Limbangan yang tugasnya meningkat akibat pandemic covid-19 dan belajar secara daring. Mengambil seluruh siswa dari kelas X sampai kelas XII kemudian menggunakan teknik sampel. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 95), jika peneliti mempunyai beberapa ratus subjek dalam populasi, mereka dapat menentukan kurang lebih 25-30% dari jumlah subjek tersebut. Jika jumlah anggota subjek dalam populasi hanya meliputi antara 100 hingga 150 orang, dan dalam pengumpulan data peneliti menggunakan angket, sebaiknya subjek sejumlah itu diambil seluruhnya. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel yang memenuhi kriteria sebanyak 25% dari seluruh siswa dimana terdapat total siswanya adalah 680 siswa. Pengertian sampel menurut Sugiyono (2015: 118), adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sedangkan teknik pengambilan sampel dinamakan teknik sampling. Terdapat berbagai macam teknik sampling yang digunakan, dalam penelitian ini teknik sampel yang digunakan yaitu teknik *purposive sampling*. Purposive sampling menurut Sugiyono adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2012 : 68).

## 1. Kriteria Inklusi

Kriteria Inklusi adalah kriteria apabila terpenuhi dapat mengakibatkan calon subyek menjadi subyek penelitian.

Kriteria Inklusi pada penelitian ini adalah :

- a. Siswa kelas X, XI dan XII
- b. Siswa aktif di SMA N 1 Limbangan
- c. Siswa bersedia menjadi responden
- d. Siswa mengisi kuisisioner secara lengkap

## 2. Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi yaitu kriteria diluar kriteria inklusi (Hajjah, 2012). Kriteria eksklusi adalah kriteria yang apabila dijumpai menyebabkan subyek tidak dapat digunakan dalam penelitian.

Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah :

- a. Siswa yang tidak menyetujui untuk menjadi responden
- b. Siswa yang tidak mampu menjawab kuesioner
- c. Siswa yang terkesan asal dalam menjawab kuesioner

Tabel 1. Subjek Penelitian

Subyek Penelitian	Jumlah
Kelas X	216
Kelas XI	199
Kelas XII	209
Total	624

Rumus pengambilan sampel menurut Suharsimi Arikunto

(2010: 95).

$$25\% \times \text{Jumlah populasi}$$

$$25\% \times 624 = 156 \text{ siswa .}$$

Jadi menurut rumus tersebut jumlah peserta didik yang dijadikan sampel penelitian ialah sejumlah 156 peserta didik.

#### D. Definisi Operasional

Definisi operasional penelitian menurut Sugiyono (2015, h.38) adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Definisi operasional penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, norma skoring yang digunakan adalah skala Likert sebagai berikut.

Tabel 2. Definisi Tabel 2. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Oprasional	Alat Ukur	Hasil Data
1	Coping stress	Coping adalah segala usaha kognitif dan tingkah laku individu untuk menguasai, mengurangi, atau mentoleransikan tuntutan-tuntutan yang melebihi kemampuan adaptasi individu. Coping stress diukur dengan beberapa penilaian yaitu untuk pertanyaan no 1	Metode yang digunakan untuk mengukur Coping Stres yaitu dengan <i>Way Of Coping</i> , dengan 55 pertanyaan pilihan jawaban dengan skala Linkert yaitu : 1. Sangat Sesuai (SS) : skor 4 2. Sesuai (S) : Skor 3 3. Kurang Sesuai (KS) : Skor 2	Hasil ukur dikelompokkan berdasarkan tingkatan sebagai berikut: 1. Baik dengan skor 166-220 2. Cukup baik dengan skor 111-165 3. Tidak baik dengan skor 55-110

---

sampai dengan no 37 meliputi usaha untuk mengontrol emosional terhadap situasi yang sangat menekan. Kemudian untuk soal nomer 38 sampai dengan 55 meliputi kemampuan responden untuk mengurangi *stressor* dengan mempelajari cara baru untuk mengubah situasi,keadaan, dan pokok permasalahan.

---

4. Tidak Sesuai (TS)  
: Skor 1

Dalam penelitian ini, norma skoring yang digunakan adalah skala Likert sebagai berikut:

Tabel 3. skala likert

Jawaban	Skor Baik	Skor Tidak Baik
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Kurang Sesuai	2	3
Tidak Sesuai	1	4

Untuk menjelaskan tentang aspek dan indicator coping stress dapat dilihat dalam tabel 4.

Tabel 4. kisi-kisi kuesioner coping stres

Indikator	Nilai		Jumlah
	Baik	Tidak Baik	
Mencari dukungan social yang bersifat emosional	1, 2, 3	4, 5	5
Membuat harapan positif	6, 7, 8, 9	10, 11	6
Penghindaran masalah	12, 13, 14, 15, 16	17, 18, 19	8
Mengatur perasaan	20, 21	22, 23, 24, 25	6
Tanggung jawab	26, 27, 28	29, 30, 31	6
Menilai masalah yang bersifat religious	32, 33, 34	35, 36, 37	6
Mencari dukungan informasi	38, 39, 40, 41	42, 43	6
Menyelesaikan masalah secara konkrit	44, 45, 46	47, 48, 49	6
Perencanaan pemecahan masalah	50, 51, 52, 53	54, 55	6
Total			55

Metode yang dipergunakan buat mengukur tingkat stress yaitu menggunakan kuesioner DASS (Depression Anxiety Stres Scale) dengan jumlah pertanyaan sebanyak 14 pertanyaan, dengan skala yang disajikan dalam tabel 4. Dan kuesioner tingkat stress dapat dilihat di lampiran 2.

Tabel 5. skala kuesioner tingkat stres

Jawaban	Keterangan
T	Tidak Pernah
K	Kadang-Kadang
S	Sering
H	Hampir Setiap Saat

#### E. Pengumpulan Data

Metode yang dipergunakan pada penelitian ini adalah metode skala yang digunakan menjadi acuan panjang-pendeknya suatu interval di alat ukur agar bisa menghasilkan data kuantitatif (Sugiyono, 2015,

92). Penelitian ini akan menggunakan satu macam alat ukur yaitu kuesioner yang disusun oleh peneliti menggunakan teknik penyusunan skala Likert.

Pengumpulan data yang digunakan yaitu pertama melakukan proses perizinan penelitian di Universitas Ngudi Waluyo dimulai tanggal 23 Januari 2021. Kemudian dilanjutkan melakukan perizinan ke Kantor Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XIII Kab.Kendal. Setelah mendapatkan izin penelitian dilanjutkan melakukan perizinan ke SMA N 1 Limbangan pada tanggal 26 Januari.

Pemilihan responden dilakukan berdasarkan meningkatnya tugas akibat pandemi Covid-19 di SMA N 1 Limbangan dimana semua tingkatan kelas mengalami penambahan tugas yang diberikan. Dari seluruh jumlah siswa yaitu sebanyak 624 siswa diambil sampel sebanyak 156 responden, pengumpulan data dilakukan melalui kuisisioner yang dibuat melalui Google Form yang dilihat dari metode pembelajaran terbaru yaitu online, sehingga Google form yang telah dibuat dibagikan melalui media Whatsapp yang kemudian diisi oleh responden.

Hasil dari pengisian Google Form akan diinput melalui Microsoft Excel yang bertujuan untuk mengubah ke skor angka sesuai dengan nilai dari masing-masing pilihan jawaban. Data diubah dimasukkan ke dalam aplikasi SPSS untuk pengolahan data dan menghasilkan data yang diinginkan.





## F. Analisis Data

Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variable yang diteliti. Univariat dalam penelitian menggambarkan distribusi frekuensi dari seluruh variable yang diteliti yaitu karakteristik responden (usia dan kelamin) dan coping stress. Tabel univariat dapat dilihat dalam tabel 6.

Tabel 6. analisis univariat

Jenis analisis	Variable	Jenis data	Jenis uji
Analisis univariat	Tingkat stress	Kategori	Proporsi
	Coping stress	Kategori	Proporsi

Setelah dilakukan analisis data, selanjutnya data akan disajikan dalam bentuk faktor distribusi frekuensi.