

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik kuantitatif dan desain deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui gambaran sebuah fenomena yang sedang diteliti. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengumpulkan data tentang gambaran kesejahteraan mental emosional pada anak remaja SMA di Kabupaten Bulungan.

#### **B. Lokasi dan waktu penelitian**

Lokasi penelitian dilaksanakan di SMA Negeri di Kabupaten Bulungan Kalimantan Timur pada tanggal 17-18 Juli 2025.

#### **C. Subjek Penelitian**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek dan subyek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu yang telah ditetapkan dengan tujuan untuk dipelajari dan diamati secara analisis kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini sejumlah 267 semua siswa SMA Negeri di Kabupaten Bulungan.

##### **2. Sampel**

Sampel adalah seluruh objek penelitian dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2012). Karena populasinya kurang dari 10.000 ukuran sampel dihitung dengan menggunakan rumus Slovin.

Rumus slovin dalam menentukan suatu sampel dari populasi adalah sebagai berikut:

$$! = \frac{\#}{1 + \#(')}$$

Keterangan :

n = ukuran Sampel / jumlah responden

N = ukuran populasi

e = persentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir, e=0,1

Dari rumus diatas didapat angka sebagai berikut

$$\begin{aligned} &= \frac{267}{1 + 265 (0,05^2)} \\ &= \frac{265}{1 + 265 (0,0025)} \\ &= \frac{267}{1 + 0,66} \\ &= \frac{267}{1,66} \\ &= 72,75 \end{aligned}$$

Jumlah sampel yang dibutuhkan sejumlah 73 responden.

Proses pemilihan jumlah sampel dan unit sampel dari suatu populasi dikenal sebagai teknik pengambilan sampel. Untuk mendapatkan sampel yang secara akurat mewakili karakteristik populasi, sangat penting untuk memilih metode pengambilan sampel yang sesuai berdasarkan atribut populasi. Untuk memahami proses pemilihan teknik pengambilan sampel yang tepat, perlu ditentukan jumlah sampel dan prosedur yang terlibat dalam pengambilan sampel, serta menghitung standar error (Rawung, 2020).

### 3. Tehnik Sampling

Tehnik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* adalah cara yang disengaja dan tidak acak untuk memilih partisipan dalam penelitian. Peneliti secara hati-hati memilih individu yang memiliki karakteristik tertentu yang selaras dengan tujuan penelitian, dengan harapan bahwa mereka akan memberikan tanggapan yang mendalam dan relevan dengan topik penelitian. Penelitian yang menahan diri untuk tidak membuat generalisasi. *Purposive sampling* memiliki dua elemen penting: pengambilan sampel non-acak dan

kemampuan peneliti untuk menentukan aspek-aspek spesifik dari hasil penelitian. Pengambilan sampel purposif berasal dari faktor-faktor tertentu, seperti ciri-ciri populasi atau identitas yang sudah ada sebelumnya (Lenaini, 2021).

Kriteria inklusi:

- a. Remaja yang tercatat sebagai siswa SMA Negeri di Kabupaten Bulungan
- b. Remaja yang terindikasi sehat secara fisik dan mental
- c. Remaja yang belum pernah sakit psikis
- d. Remaja yang bersedia menjadi responden

Kriteria eksklusi:

- a. Remaja yang memiliki sakit fisik atau psikis
- b. Remaja yang sedang tidak masuk sekolah karena ijin, sakit atau penugasan sekolah
- c. Remaja yang tidak bersedia menjadi responden

#### D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah kumpulan instruksi komprehensif yang menentukan bagaimana cara mengamati dan mengukur suatu variabel atau konsep untuk menilai keakuratannya. Definisi operasional variabel dapat ditemukan dalam butir-butir pertanyaan yang terdapat dalam instrumen penelitian (seperti yang dinyatakan dalam Sugiarto, 2016).

Tabel 3. 1. Definisi operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat dan Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Masalah kesehatan mental emosional pada remaja SMA	Suatu keadaan yang dialami oleh individu yang mengalami perubahan mental emosional	Alat ukur yang digunakan adalah Kuesioner Mini MindHEAR Youth Scale V.1 (MMYS V.1)	Hasil ukur terdiri dari domain kecemasan dan depresi. Hasil kecemasan: 1. skor total 0 – 1, bila seluruh jawaban tidak atau terdapat jawaban ya pada pertanyaan 2 saja, tidak menunjukkan gejala kecemasan 2. Skor total 1 – 2, bila Terdapat salah satu Jawaban Ya pada	Ordinal

Variabel	Definisi Operasional	Alat dan Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
			<p>pertanyaan 1 atau 3, gejala anxietas ringan</p> <p>3. skor total 2 – 3, terdapat jawaban Ya pada pertanyaan 1 &amp; 3, gejala anxietas berat</p>	
			<p>domain depresi:</p> <p>1. skor total 0 – 1, bila seluruh jawaban tidak atau terdapat jawaban ya pada pertanyaan 2 saja, tidak menunjukkan gejala depresi</p> <p>2. Skor total 1 – 2, bila Terdapat salah satu Jawaban Ya pada pertanyaan 1 atau 3, gejala depresi ringan</p> <p>3. skor total 2 – 3, terdapat jawaban Ya pada pertanyaan 1 &amp; 3, gejala depresi berat</p>	

## E. Pengumpulan Data

### 1. Sumber Data

#### a. Data Primer

Menurut Husein Umar (2019), data primer mengacu pada informasi yang secara langsung dikumpulkan dari sumber asli, seperti orang, dengan menggunakan metode seperti wawancara atau survei, yang sering dilakukan oleh para peneliti. Individu sering kali memberikan informasi melalui wawancara atau kuesioner, yang biasanya diberikan oleh peneliti. Menurut Nur Indriantoro dan Bambang Supomo (2019), data primer mengacu pada data penelitian yang diperoleh secara langsung dari sumber asli, tanpa perantara. Data ini dikumpulkan melalui kuesioner atau wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan siswa SMA.

#### b. Data sekunder

Data sekunder, seperti yang didefinisikan oleh Husein Umar (2019),

mengacu pada data yang sudah ada dan telah dikumpulkan oleh orang lain untuk tujuan yang berbeda. Data sekunder mengacu pada data primer yang telah mengalami pemrosesan lebih lanjut dan diberikan oleh pengumpul data asli atau entitas lain, sering kali dalam bentuk tabel atau diagram. Data sekunder, seperti yang didefinisikan oleh Nur Indriantoro dan Bambang Supomo (2019), mengacu pada data penelitian yang dikumpulkan oleh peneliti secara tidak langsung melalui sumber perantara, dan telah dikumpulkan dan didokumentasikan sebelumnya oleh pihak lain. Data sekunder mengacu pada informasi yang diperoleh dari sumber-sumber seperti catatan atau dokumen sekolah, yang dapat mencakup statistik ketidakhadiran siswa dan jumlah siswa secara keseluruhan.

## 2. Alat ukur Penelitian

Instrumen penelitian mengacu pada perangkat atau peralatan yang digunakan untuk mengumpulkan data (Muti, 2018). Penelitian ini menggunakan alat khusus untuk menilai kesejahteraan mental dan emosional siswa sekolah menengah. Penelitian pada dasarnya adalah upaya evaluatif yang berusaha mengukur proses sosial dan alam. Alat penelitian sangat penting untuk mengukur fenomena alam dan sosial yang dapat diamati secara akurat. Instrumen-instrumen ini harus berkualitas tinggi dan presisi, karena instrumen-instrumen tersebut memainkan peran penting dalam penelitian. Alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner Strength and Difficulties Questionnaire-SDQ.

## **F. Etika Penelitian**

### 1. Menghormati martabat manusia

Peneliti mempertimbangkan hak subyek untuk memperoleh informasi publik terkait dengan proses penelitian, dan memiliki kebebasan untuk memilih dan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian tanpa paksaan, misalnya peneliti menyiapkan formulir dan memperoleh persetujuan subyek.

2. Hormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian  
Pada dasarnya peneliti akan melaksanakan keterbukaan informasi pribadi, termasuk informasi individu, sehingga peneliti memperhatikan hak-hak dasar individu.
3. Keadilan  
Peneliti serius, jujur, profesional, dan manusiawi, dengan fokus pada faktor-faktor seperti akurasi ketelitian, akurasi perasaan, psikologis dan religius dan objek penelitian yang menekankan pada pembagian manfaat dan beban yang adil, atau berdasarkan dengan kebutuhan, juga dengan kemampuan, serta kontribusi pada pilihan komunitas penelitian, dengan tetap memperhatikan keadilan gender dan hak subyek untuk mendapatkan perlakuan yang sama sebelum dan sesudah berpartisipasi dalam penelitian.
4. Pertimbangkan kemungkinan keuntungan dan kerugian  
Penelitian melaksanakan sesuai prosedur penelitian, dengan memperoleh hasil yang sebesar-besarnya bermanfaat bagi subyek penelitian, dan dapat dipromosikan pada tingkat populasi penelitian, sehingga dapat mengurangi dampak merugikan terhadap subyek penelitian.

## **G. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Tahap Pengumpulan Data
  - a. Tahap persiapan penelitian
    - 1) Peneliti mengajukan permohonan ke Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo untuk membuat surat studi pendahuluan yang ditujukan kepada Kepala Sekolah SMA di Kabupaten Bulungan.
    - 2) Setelah peneliti memperoleh surat balasan Studi Pendahuluan dari SMA di Kabupaten Bulungan, peneliti mengumpulkan data tentang jumlah siswa di SMA di Kabupaten Bulungan.
    - 3) Setelah proposal disetujui dosen pembimbing peneliti mengajukan surat pada Komisi Etik

- 4) Peneliti mempersiapkan berkas EC (*Ethical Clearance*) dan mengajukan surat EC yang digunakan untuk syarat pelaksanaan penelitian.
  - 5) Setelah mendapatkan EC, peneliti mengajukan permohonan izin penelitian kepada Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
  - 6) Setelah mendapatkan surat izin penelitian, peneliti mengantar surat izin penelitian kepada Kepala Sekolah SMA di Kabupaten Bulungan untuk izin penelitian dan menyusun waktu penelitian
  - 7) Peneliti menyiapkan lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*)
  - 8) Peneliti mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian yaitu kuesioner SDQ.
- b. Tahap pelaksanaan
- 1) Peneliti menetapkan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian
  - 2) Peneliti memperkenalkan diri kepada calon responden
  - 3) Peneliti melakukan *informed consent* responden
  - 4) Menjelaskan kepada responden tujuan dan manfaat penelitian, bila bersedia menjadi responden maka menandatangani *informed consent* sebagai bukti persetujuan menjadi responden
  - 5) Setelah mengisi lembar persetujuan, responden kemudian diberikan lembar untuk identitas dan identitas diisi lengkap dengan mencantumkan nama dengan inisial, pada pengisian lembar identitas ini responden dibantu oleh peneliti dalam pengisiannya.
  - 6) Peneliti membagikan kuesioner kepada responden.
  - 7) Peneliti mengumpulkan kembali kuesioner yang telah diisi oleh responden.

## **H. Analisis Data**

Analisis data adalah pengaturan dan pengorganisasian data

secara sistematis menurut pola, kategori, dan dengan uraian yang mendasar. Setiap variabel menjalani analisis univariat, dan data yang dihasilkan dari pengumpulan data ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk menggambarkan distribusi variabel.

