

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan deskriptif, yang bertujuan untuk menganalisis fenomena, situasi, dan karakteristik individu atau kelompok secara objektif (Sugiyono, 2015). Penelitian ini menerapkan pendekatan cross-sectional, yang mengamati variabel penelitian pada satu titik waktu tertentu. Fokus penelitian ini adalah pada tingkat stres mahasiswa Papua di Universitas Ngudi Waluyo.

B. Waktu dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2024 di Universitas Ngudi Waluyo, yang juga merupakan lokasi pengambilan data.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi penelitian ini merujuk pada keseluruhan objek atau individu yang menjadi fokus penelitian, yaitu seluruh mahasiswa Papua di Universitas Ngudi Waluyo yang terdaftar di Komunitas Mahasiswa Papua Universitas Ngudi Waluyo (KOMAPA) pada tahun 2024, yang berjumlah 108 orang.

2. Sampel

Sampel penelitian ini merupakan sebagian dari populasi mahasiswa Papua yang berkuliah di Universitas Ngudi Waluyo, yang dipilih menggunakan teknik *Quota Sampling*. Teknik ini memungkinkan

penentuan sampel berdasarkan ciri-ciri tertentu dari populasi, sampai jumlah yang diinginkan.

a. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Mahasiswa yang masih terdaftar dan mengikuti perkuliahan secara aktif.
- 2) Mahasiswa yang mau dan bersedia memberikan informasi atau data sebagai partisipan dalam penelitian.
- 3) Mahasiswa Papua yang resmi terdaftar sebagai anggota Komunitas Mahasiswa Papua (KOMAPA) di Universitas Ngudi Waluyo.

b. Besar sampel

Perhitungan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin, yang dirancang untuk menentukan ukuran sampel yang optimal, yaitu :

$$n = \frac{N}{1 + (N \times e^2)}$$

Keterangan :

n : Jumlah elemen / anggota sampel.

N : Jumlah elemen / anggota populasi.

e : Tingkat kesalahan / errol level (10 %) atau (0,1%).

$$n = \frac{108}{1 + (108 \times 0,1^2)}$$

$$n = \frac{108}{1 + (108 \times 0,01)}$$

$$n = \frac{108}{1 + 1,08}$$

$$n = \frac{108}{2,08}$$

$$n = 51,92$$

$$n = 52.$$

D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjelasan mengenai langkah-langkah pengumpulan data yang diperlukan dan harus konsisten dengan definisi konseptualnya (Polit, 2012).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1. Tingkat Stres.	Penilaian dan pengukuran tentang besarnya tingkat stres yang dialami mahasiswa.	Kuesioner 10 soal. Pertanyaan negatif : Tidak pernah : 0 Hampir tidak pernah : 1 Kadang-kadang : 2 Hampir sering : 3 Sangat sering : 4 Pertanyaan positif : Tidak pernah : 4 Hampir tidak pernah : 3 Kadang-kadang : 2 Hampir sering : 1 Sangat sering : 0	1. Berat Skor : 27-40 2. Sedang Skor : 15-26 3. Ringan Skor : 0-14 (Sheldon Cohen, 1994).	Ordinal
2. Usia.	Usia adalah satuan waktu yang menandakan	Kuesioner responden.	data 1. <20 tahun 2. 20-25 tahun 3. >25 tahun	Rasio

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
	lamanya kelahiran seseorang.			
3. Jenis Kelamin.	Jenis kelamin adalah gender yang menentukan perbedaan peran antara laki-laki dan perempuan.	Koesioner responden.	data 1. Laki-laki. 2. Perempuan.	Nominal
4. Asal Wilayah.	Asal wilayah adalah tempat dimana seseorang lahir dan menetap disana.	Kuesioner responden.	data 1. Gunung. 2. Pantai.	Nominal

E. Pengumpulan Data

1. Sumber Data

Penelitian adalah proses pengambilan kesimpulan berdasarkan data. Data tersebut dapat berasal dari dua sumber, yaitu data primer dan data sekunder. Kedua jenis data tersebut kemudian diolah untuk memperoleh hasil penelitian (Saryono, 2011).

a. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini dikumpulkan langsung dari responden atau subyek penelitian dengan menggunakan alat pengumpul data berikut :

- 1) Identifikasi responden mencakup beberapa karakteristik, yaitu: nama, usia, jenis kelamin, program studi, dan semester.

2) Tingkat stres mahasiswa.

b. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini bersumber dari luar, yaitu data mengenai jumlah dan nama mahasiswa Papua di Universitas Ngudi Waluyo yang diperoleh dari Komunitas Mahasiswa Papua Universitas Ngudi Waluyo (KOMAPA).

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner, dimana peneliti menyebarkan serangkaian pertanyaan tertulis kepada responden dan dijawab secara mandiri oleh responden.

3. Alat Pengumpulan Data

Untuk mengukur tingkat stres yang dirasakan, peneliti menggunakan Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) yang dikembangkan oleh Sheldon Cohen (1994). PSS-10 merupakan kuesioner self-report dengan 10 pertanyaan yang dapat mengevaluasi tingkat stres subjek penelitian beberapa bulan sebelumnya. Alat ukur ini memiliki reliabilitas yang baik dengan nilai Cronbach alpha 0,80 dan korelasi tes-ulang 0,43 pada interval satu bulan. Penelitian terkini juga menunjukkan bahwa PSS-10 memiliki validitas dan reliabilitas yang dapat diterima (Dao- Tran, Anderson, & Seib, 2017).

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 10 pertanyaan, dengan 6 pertanyaan negatif dan 4 pertanyaan positif. Setiap pertanyaan diberikan skor dari 0 hingga 4, dengan kriteria sebagai berikut:

0 (tidak pernah), 1 (hampir tidak pernah), 2 (kadang-kadang), 3 (hampir sering), dan 4 (sangat sering). Namun, untuk pertanyaan positif, skor dibalik, sehingga 0=4, 1=3, 2=2, 3=1, dan 4=0. Pertanyaan positif terdapat pada nomor 4, 5, 7, dan 8. Jumlah skor maksimal dalam PSS-10 adalah 0-40. Menurut Sheldon Cohen (1994), skor tersebut dapat dikategorikan menjadi tiga tingkat stres, yaitu: stres ringan (skor 1-14), stres sedang (skor 15-26), dan stres berat (skor 27-40).

Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian Tingkat Stres

Variabel	Indikator	Nomor Pertanyaan	Kunci Jawaban
Tingkat Stres Mahasiswa	1. Perasaan stres.	1,2,6,9.	1. 0,1,2,3,4.
			2. 0,1,2,3,4.
			6. 0,1,2,3,4.
			9. 0,1,2,3,4.
	2. Ketegangan.	3,10.	3. 0,1,2,3,4.
			10. 0,1,2,3,4.
	3. Kemampuan individu untuk menghadapi	4,5,7,8.	4. 4,3,2,1,0.
			5. 4,3,2,1,0.
			7. 4,3,2,1,0.
8. 4,3,2,1,0.			

4. Etika Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan mematuhi etika penelitian, menjaga hak-hak responden, serta tidak melanggar norma-norma masyarakat setempat. Sebelum memulai penelitian, peneliti memperoleh rekomendasi dari Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo untuk meminta izin melakukan penelitian. Kemudian, peneliti melakukan wawancara langsung dengan responden dengan memperhatikan etika penelitian yang mencakup:

a. *Informed Consent* (Persetujuan)

Sebelum memulai penelitian, lembar persetujuan berinformasi disampaikan dan dijelaskan kepada responden tentang tujuan dan maksud penelitian. Jika responden setuju berpartisipasi, mereka diminta menandatangani lembar persetujuan. Jika tidak setuju, peneliti menghormati keputusan mereka dan menghargai hak mereka untuk menolak.

b. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Untuk menjaga kerahasiaan dan melindungi identitas responden, peneliti menggunakan kode pengidentifikasi sehingga nama responden tidak disebutkan secara langsung.

c. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Peneliti menjamin kerahasiaan semua informasi dan data yang dikumpulkan dari responden. Informasi tersebut tidak akan dibagikan atau dipublikasikan kepada pihak manapun tanpa izin eksplisit dari responden.

5. Prosedur Pengumpulan Data

Berikut adalah prosedur pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini:

a. Tahap persiapan

- 1) Peneliti melakukan pengajuan permohonan izin penelitian secara resmi kepada pihak Universitas Ngudi Waluyo.

- 2) Peneliti secara resmi mengajukan permohonan izin penelitian kepada Badan Pengurus Komunitas Mahasiswa Papua Universitas Ngudi Waluyo, yang dikenal sebagai KOMAPA, melalui surat permohonan izin.
- 3) Peneliti menyampaikan surat permohonan izin penelitian secara resmi kepada Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo untuk memperoleh surat persetujuan etis.
- 4) Peneliti berhasil memperoleh surat izin penelitian resmi dari Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo dengan nomor izin: 1108/SM/FKES/UNW/XII/2024

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Peneliti secara resmi mengajukan permintaan data mahasiswa Papua kepada Badan Pengurus Harian Komunitas Mahasiswa Papua Universitas Ngudi Waluyo (KOMAPA).
- 2) Data yang diberikan oleh pihak Badan Pengurus Harian (BPH) KOMAPA kemudian digunakan sebagai sampel penelitian.
- 3) Selanjutnya, peneliti mengajukan permohonan izin secara resmi kepada pihak Badan Pengurus Harian (BPH) KOMAPA Universitas Ngudi Waluyo (UNW).
- 4) Setelah memperoleh izin yang diperlukan, peneliti melanjutkan dengan proses pengumpulan data yang telah direncanakan.
- 5) Peneliti mengumpulkan data dengan cara mendatangi kos-kosan dan kontrakan responden, meminta kesediaan mereka untuk

berpartisipasi sebagai sampel penelitian. Responden yang bersedia kemudian diberikan kuesioner oleh peneliti, yang juga mendampingi mereka selama proses pengisian kuesioner.

- 6) Setelah responden menyelesaikan pengisian kuesioner, peneliti mengumpulkan kuesioner tersebut dan melakukan verifikasi untuk memastikan kelengkapan jawaban responden. Jika ditemukan jawaban yang tidak lengkap atau belum diisi, peneliti dapat meminta responden untuk melengkapi atau merevisi jawaban tersebut.
- 7) Setelah mengumpulkan data dari responden, peneliti melakukan pengolahan data tersebut untuk kemudian dijadikan sebagai bahan dalam menyusun laporan akhir penelitian, yang memuat hasil analisis dan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan.

F. Pengolahan Data

Menurut Notoatmodjo (2010), proses pengolahan data terdiri dari beberapa tahap, antara lain:

1. *Editing* (Penyuntingan)

Editing merupakan proses penelitian ulang untuk memastikan bahwa pengisian kuesioner telah lengkap dan akurat, baik dari segi jumlah maupun isi. Proses *editing* ini dilakukan langsung di lokasi pengumpulan data, sehingga jika ditemukan kekurangan atau kesalahan data, dapat segera dilengkapi atau diperbaiki.

2. *Scoring* (Pemberian Skor)

Scoring merupakan proses pemberian skor atau nilai numerik berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Dalam penelitian ini, scoring dilakukan dengan menghitung jumlah skor dari kuesioner tentang tingkat stres. Skor yang diperoleh responden kemudian dikategorikan berdasarkan kriteria tertentu sebagai berikut:

Untuk pertanyaan negatif:

- a. Tidak pernah: 0
- b. Hampir tidak pernah: 1
- c. Kadang-kadang: 2
- d. Hampir sering: 3
- e. Sangat sering: 4

Untuk pertanyaan positif:

- a. Tidak pernah: 4
- b. Hampir tidak pernah: 3
- c. Kadang-kadang: 2
- d. Hampir sering: 1
- e. Sangat sering: 0.

3. *Coding* (Pemberian Kode)

Coding adalah proses pemberian kode atau simbol untuk mengonversi data kualitatif yang berupa teks atau kata-kata menjadi data

kuantitatif yang berupa angka atau bilangan. Dalam penelitian ini, beberapa data yang dikodekan meliputi:

- a. Jenis kelamin: 1 (Laki-laki) dan 2 (Perempuan)
- b. Asal wilayah: 1 (Gunung) dan 2 (Pantai)
- c. Tingkat stres: 1 (Ringan), 2 (Sedang), dan 3 (Berat)

Tujuan pengkodean ini adalah untuk memudahkan analisis dan pengolahan data.

4. *Tabulating* (Pembuatan Tabel)

Hasil perhitungan kemudian dimasukkan ke dalam bentuk tabel untuk memudahkan visualisasi dan analisis data. Selain itu, pengolahan data juga dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak komputerisasi, yaitu program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 20, untuk melihat presentasi dan pola dari jawaban responden.

G. Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data melibatkan analisis univariat yang bertujuan untuk memahami distribusi frekuensi dari masing-masing variabel. Analisis ini dilakukan secara individu terhadap setiap variabel hasil penelitian. Menurut Notoatmodjo (2010), analisis univariat hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari masing-masing variabel. Untuk mengumpulkan data, penelitian ini menggunakan lembar observasi yang disusun oleh peneliti. Lembar observasi tersebut mencakup informasi seperti nama, jenis kelamin, umur, program studi, semester, asal wilayah dan tingkat stres mahasiswa.