

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah desain non eksperimen : komparatif dengan pendekatan *cross sectional*. Desain ini fokus pada perbandingan variabel tanpa adanya intervensi yang diberikan (Nursalam, 2013). Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat stres remaja laki-laki dan perempuan di MA Al-Ma'had An Nur.

#### B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi adalah jumlah keseluruhan subjek yang akan diteliti dan telah memenuhi karakteristik yang ditentukan (Riyanto, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi yang terdapat di MA Al-Ma'had An Nur yang berjumlah 725 orang yang terdiri atas 267 siswa dan 458 siswi yang terbagi dalam 20 kelas dengan rincian 6 kelas khusus siswa laki-laki, 8 kelas khusus siswi perempuan dan 6 kelas campuran siswa laki-laki dan perempuan.
2. Sampel adalah bagian dari populasi yang dapat mewakili dan memenuhi syarat penelitian (Riyanto, 2013). Pengambilan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus penghitungan sampel (Nursalam, 2013), yaitu :

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

Keterangan :  $n$  = Besar sampel

$N$  = Besar Populasi

$d$  = Tingkat Signifikansi (0,05)

$$\begin{aligned}n &= \frac{725}{1+725(0,05)^2} \\ &= \frac{725}{2,8125} \\ &= 258\end{aligned}$$

Hasil jumlah perhitungan diatas sebesar 258 siswa MA Al-Ma'had An Nur, tetapi untuk mencegah kurangnya data yang didapatkan peneliti menambahkan jumlah sampel menggunakan rumus sebagai berikut :

$$n' = \frac{N}{1-f} = \frac{258}{1-10\%} = 287$$

Keterangan :

$n'$  = jumlah sampel yang sudah dilebihi

$N$  = jumlah sampel awal

$f$  = perkiraan proporsi *drop out* (10 %)

Berdasarkan hasil perhitungan diatas didapatkan sampel sebanyak 287 orang, tetapi karena peneliti ingin membandingkan siswa laki-laki dan siswa perempuan maka peneliti menggenapkan jumlah sampel

tersebut menjadi 288 orang yang terbagi menjadi 144 siswa laki-laki dan 144 siswa perempuan. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik *Stratified random sampling* karena sampel yang digunakan peneliti memiliki strata yang berbeda seperti usia, jenis kelamin, peminatan dan kelas sehingga perbedaan tersebut dapat terwakilkan. Jumlah sampel tersebut diambil oleh peneliti dari setiap kelasnya, tetapi karena jumlah laki-laki dan perempuan tidak seimbang di setiap kelasnya maka peneliti membagi sampel berdasarkan jumlah populasi masing-masing jenis kelamin dengan menggunakan rumus :

$$n = \left( \frac{\text{populasi dalam kelas}}{\text{jumlah populasi keseluruhan setiap jenis kelamin}} \right) \times \text{jumlah sampel}$$

Keterangan :

Jumlah populasi jenis kelamin laki laki = 267 siswa

Jumlah populasi jenis kelamin perempuan = 458 siswa

Rataan penyebaran sampel di setiap kelas :

a. Siswa laki-laki

$$\text{Kelas X MIA 1} : \left( \frac{42}{267} \times 144 \right) = 23 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas X IIS 1} : \left( \frac{40}{267} \times 144 \right) = 22 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas X IIK 1} : \left( \frac{45}{267} \times 144 \right) = 24 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XI MIA 1} : \left( \frac{33}{267} \times 144 \right) = 18 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XI IIS 1} : \left( \frac{26}{267} \times 144 \right) = 14 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XI IIK 1} : \left(\frac{30}{267} \times 144\right) = 16 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII MIA 1} : \left(\frac{6}{267} \times 144\right) = 3 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII MIA 2} : \left(\frac{7}{267} \times 144\right) = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIS 1} : \left(\frac{11}{267} \times 144\right) = 6 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIS 2} : \left(\frac{12}{267} \times 144\right) = 6 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIK 1} : \left(\frac{8}{267} \times 144\right) = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIK 2} : \left(\frac{7}{267} \times 144\right) = 4 \text{ orang}$$

b. Siswa perempuan

$$\text{Kelas X MIA 2} : \left(\frac{43}{458} \times 144\right) = 14 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas X MIA 3} : \left(\frac{43}{458} \times 144\right) = 14 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas X IIS 2} : \left(\frac{42}{458} \times 144\right) = 13 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas X IIK 2} : \left(\frac{45}{458} \times 144\right) = 14 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XI MIA 2} : \left(\frac{40}{458} \times 144\right) = 13 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XI MIA 3} : \left(\frac{40}{458} \times 144\right) = 13 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XI IIS 2} : \left(\frac{40}{458} \times 144\right) = 13 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XI IIK 2} : \left(\frac{36}{458} \times 144\right) = 11 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII MIA 1} : \left(\frac{25}{458} \times 144\right) = 7 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII MIA 2} : \left(\frac{27}{458} \times 144\right) = 8 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIS 1} : \left(\frac{13}{458} \times 144\right) = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIS 2} : \left(\frac{12}{458} \times 144\right) = 4 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIK 1} : \left(\frac{25}{458} \times 144\right) = 8 \text{ orang}$$

$$\text{Kelas XII IIK 2} : \left(\frac{27}{458} \times 144\right) = 8 \text{ orang}$$

Sampel yang diambil dapat mewakili jumlah populasi dengan memenuhi kriteria :

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi aktif MA Al-Ma'had An Nur yang hadir dalam kelas dan bersedia untuk menjadi responden dengan mengisi kuesioner yang telah ditentukan.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi aktif MA Al-Ma'had An Nur yang berusia lebih dari 18 tahun, tidak hadir dalam kelas dan tidak bersedia menjadi responden dengan tidak mengisi kuesioner yang telah ditentukan.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di MA Al-Ma'had An Nur.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2019.

D. Variabel Penelitian

Variabel dari penelitian ini adalah tingkat stres remaja laki-laki dan perempuan di MA Al-Ma'had An Nur.

## E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Tingkat stres	penilaian dan pengukuran tentang besarnya stres yang dialami	Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scale</i> 42 (DASS 42)	Ordinal	Tingkat stres : 0-14 = normal 15-18 = stres ringan 19-25 = stres sedang 26-23 = stres berat >34 = stres sangat berat
Jenis kelamin	Satuan klasifikasi yang membedakan manusia berdasarkan sifat dan fungsi biologisnya	Kuesioner	Nominal	Laki-laki Perempuan
Usia	Satuan waktu (tahun) pada kehidupan makhluk hidup	Kuesioner	Nominal	14 tahun 15 tahun 16 tahun 17 tahun 18 tahun
Kelas	Tingkatan jenjang pendidikan pada siswa	Kuesioner	Nominal	X XI XII
jumlah poin pelanggaran yang didapatkan	Satuan nilai yang di dapatkan akibat dari banyaknya peraturan yang tidak dipatuhi oleh siswa	Kuesioner	Ordinal	Tingkat pelanggaran : 0 = tidak terdapat pelanggaran 1 – 30 = pelanggaran ringan 31 – 60 = pelanggaran sedang >60 = pelanggaran berat
Jumlah ekstrakurikuler yang diikuti	Banyaknya kegiatan non akademik yang diikuti pada siswa	Kuesioner	Nominal	0 1 2 > 2

## F. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner untuk mengukur tingkat stres dengan menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42) yang dibuat oleh Lovibond, S.H. dan Lovibond, P.F. (1995). Kuesioner ini berisi 42 item yang terbagi menjadi 3 skala pengukuran yaitu skala depresi, skala kecemasan dan skala stres dengan masing-masing skala terdapat 14 pertanyaan. Setiap pertanyaan dinilai dengan skor antara 0-3 dengan rincian skor 0 = tidak pernah, 1 = kadang-kadang, 2 = sering, 3 = selalu. Rincian pembagian pertanyaannya adalah sebagai berikut :

Tabel 3.2 Pembagian Skala DASS 42

Skala	No Pertanyaan	Jumlah
Depresi	3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 40, 42	14
Kecemasan	2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 38, 41	14
Stres	1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39	14
		42

Peneliti hanya ingin meneliti tingkat stres pada remaja sehingga dalam penelitian ini digunakan kuesioner DASS 42 dengan skala stres yang diadopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Masfuati (2015) dengan rincian :

Tabel 3.3 DASS 42 Skala Stres

<b>Instrumen</b>	<b>Skala</b>	<b>Nomor Pertanyaan</b>	<b>Indikator</b>
DASS 42	stress	1,6,8,11,12,14,1 8,22,27,29,32,33 ,35,39	Fisik : 12 Psikologis/emosi : 1, 6, 11, 18, 27, 29, 32, 33, 39, Perilaku : 8, 14, 22, 32

### G. Uji Validitas dan Reliabilitas

Peneliti tidak melakukan uji validitas dan uji reliabilitas karena kuesioner sudah baku dan tidak mengalami perubahan. Hasil uji validitas terhadap 3 skala dalam DASS 42 oleh Brown, Chorpita, Korotitscw, dan Barlow (1997) antara lain : skala depresi bernilai 0,74 – 0,79; skala kecemasan bernilai 0,81-0,84; dan skala stres yang lebih kuat dibandingkan dengan dua skala lainnya. Penilaian tiga skala tersebut sudah dapat menunjukkan bahwa DASS 42 valid.

Uji reliabilitas yang dilakukan oleh Brown, Chorpita, Korotitscw, dan Barlow (1997) untuk sampel klinis menunjukkan nilai 0,87-0,94. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kuesioner ini reliabel.

### H. Jalannya Penelitian

#### 1. Tahap Persiapan

Pertama, peneliti membuat proposal penelitian dan melakukan studi pendahuluan ke MA Al-Ma'had An-Nur. Proposal yang telah disusun peneliti kemudian diuji dalam seminar proposal. Proposal yang sudah jadi peneliti gunakan untuk mengajukan etik penelitian ke komisi etik FKIK UMY dan mendapatkan surat lolos uji etik dengan

nomor : 623/EP-FKIK-UMY/XII/2018. Surat etik yang sudah lulus uji peneliti lampirkan untuk membuat surat penelitian. Peneliti mengurus surat perizinan penelitian ke MA Al-Ma'had An Nur dan berkoordinasi dengan kepala sekolah, guru BK dan wali kelas untuk menentukan siswa yang akan dijadikan sampel di setiap kelasnya.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan selama 1 minggu, pada pelaksanaan peneliti meminta bantuan guru BK untuk masuk ke setiap kelas. Peneliti membuat *informed consent* dan memberikannya kepada guru BK sebagai wali untuk disetujui. Kemudian, peneliti langsung mengambil data bersama asisten peneliti yang sudah diberikan persamaan persepsi tentang proses pengambilan data. Peneliti dan asisten peneliti membagikan kuesioner ke setiap sampel yang sudah ditentukan dengan memberikan penjelasan cara mengisi kuesioner terlebih dahulu. Ketika responden yang telah ditentukan tidak hadir di dalam kelas, maka peneliti langsung mengganti responden dengan mengundi di kelas. Responden menandatangani surat persetujuan dan mengisi kuesioner penelitian. Peneliti dan asisten peneliti mengecek kembali kelengkapan kuesioner dan mengembalikan kuesioner ke responden untuk dilengkapi ketika isi kuesioner tidak lengkap.

### 3. Tahap penyusunan laporan hasil penelitian

Data yang didapatkan peneliti kumpulkan untuk dilakukan analisa data. Data yang sudah peneliti analisis kemudian peneliti susun di dalam Karya Tulis Ilmiah. Setelah Karya Tulis Ilmiah disusun peneliti melakukan seminar hasil penelitian.

## I. Pengolahan dan Analisa Data

### 1. Pengolahan data

Peneliti melakukan pengolahan data agar data yang dimasukan menjadi akurat dan sesuai dengan yang peneliti butuhkan. Langkah-langkah dalam pengolahan data adalah sebagai berikut :

#### a. *Editing*

Pada tahap ini, peneliti melakukan pengecekan kembali terhadap data yang diperoleh. Peneliti memeriksa kelengkapan, kejelasan dan kekonsistenan isi kuesioner agar tidak mengalami kekurangan data.

#### b. *Coding*

Peneliti melakukan pengkodean terhadap data yang diperoleh. Peneliti mengubah bentuk kalimat menjadi bentuk bilangan untuk memudahkan dalam *entry data*. Data yang dilakukan *coding* adalah usia, jenis kelamin, kelas, jumlah poin pelanggaran dan jumlah ekstrakurikuler yang diikuti.

c. *Entry Data*

Data yang telah diberi kode langsung dimasukan ke program yang ada di komputer. Data yang didapatkan dimasukan satu persatu ke komputer untuk dilakukan analisis data dan penghitungan skor.

d. *Cleaning* (Pembersihan data)

Peneliti menegecek kembali data yang telah dimasukan dan sistem pengkodean data untuk melihat adanya kemungkinan kesalahan pada data.

2. Analisis data

a. Analisa Univariat

Penelitian ini menggunakan analisa univariat untuk melihat gambaran umum dari variabel. Variabel yang dideskripsikan adalah tingkat stres remaja laki-laki dan perempuan di MA Al-Ma'had An Nur dan gambaran karakteristik demografi usia, jenis kelamin, kelas, jumlah poin pelanggaran yang didapatkan dan jumlah ekstrakurikuler yang diikuti. Data yang didapatkan lalu diukur dengan menggunakan distribusi frekuensi berupa data mean dalam bentuk presentase.

b. Analisa Bivariat

Analisis bivariat ini dilakukan untuk mengetahui perbandingan diantara variabel. Uji yang digunakan untuk melihat perbandingan tingkat stres remaja laki-laki dan perempuan di MA Al-Ma'had An Nur ini adalah uji *Mann Whitney U Test*. Uji ini akan menghasilkan dua interpretasi yaitu, apabila nilai  $p < 0,05$  maka  $H_0$  di tolak yang berarti

bahwa terdapat perbedaan antara tingkat stres laki-laki dan perempuan di MA Al-Ma'had An Nur, sedangkan apabila nilai  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima yang berarti bahwa tidak terdapat perbedaan antara tingkat stres laki-laki dan perempuan di MA Al-Ma'had An Nur.

## J. Etika Penelitian

Etik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. *Informed consent*

Responden yang ingin diteliti memiliki jenis usia yang beraneka ragam dan terdapat responden yang berusia kurang dari 17 tahun sehingga membutuhkan persetujuan dari orang tua responden. Peneliti membuat lembar persetujuan yang harus diisi dan ditandatangani oleh orang tua/wali dan responden sebagai bukti bahwa responden bersedia sebagai subjek penelitian. Responden yang diteliti merupakan siswa *boarding school* yang membuat responden tidak tinggal bersama orang tua mereka sehingga dalam persetujuan orang tua/wali peneliti memilih guru BK untuk mewakili para orang tua responden. Peneliti harus menerima ketika ada responden yang tidak bersedia mengisi lembar persetujuan maka peneliti harus menghormatinya.

### 2. *Anonymity*

Peneliti memberikan jaminan dalam kerahasiaan pasien dengan tidak mencantumkan nama responden. Nama responden diganti menggunakan kode kode yang dipahami oleh peneliti sehingga identitas responden terjaga dengan sangat baik.

### 3. *Confidentiality*

Peneliti memberikan kuesioner kepada responden satu persatu dan membebaskan responden untuk mengisi nama lengkap atau nama inisial saja. Data yang diperoleh bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk keperluan khusus.