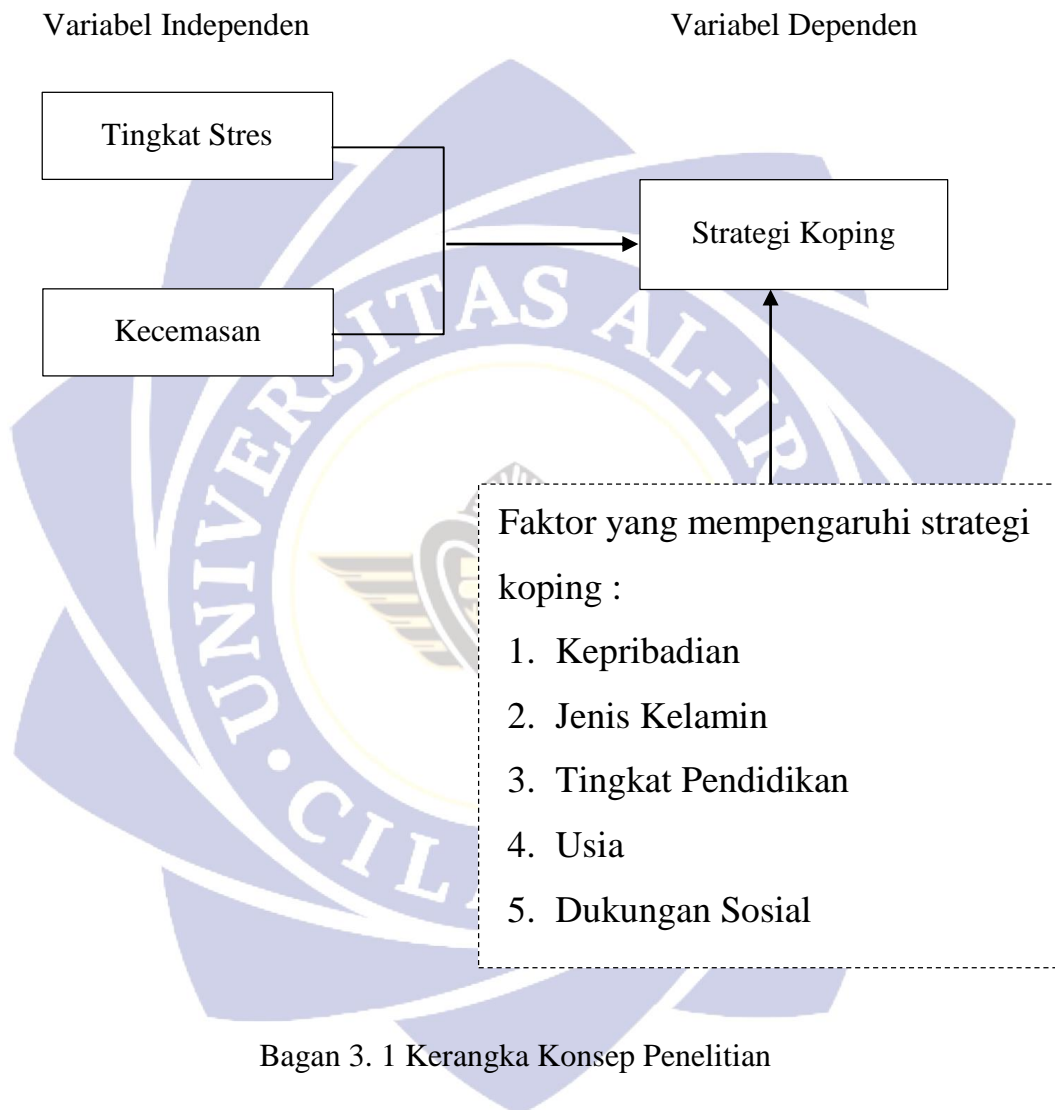


**BAB III**  
**METODE PENELITIAN**

**A. Kerangka Konsep**

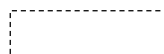


Bagan 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :



: Area yang diteliti



: Area yang dikontrol oleh peneliti

## **B. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis artinya pernyataan sementara yang perlu diuji kebenarannya (Sabri, 2011). Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori.

### 1. Hipotesis alternatif ( $H_a$ )

Terdapat hubungan tingkat stres dan kecemasan dengan strategi koping dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Al-Irsyad Cilacap

### 2. Hipotesis nol ( $H_0$ )

Tidak terdapat hubungan tingkat stres dan kecemasan dengan strategi koping dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Al-Irsyad Cilacap

## **C. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau nilai orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2016).

1. Variabel independen atau variabel bebas pada penelitian ini adalah tingkat stres dan kecemasan.
2. Variabel dependen atau variabel terikat pada penelitian ini adalah strategi koping

## D. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah untuk membatasi ruang lingkup variabel-variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2018)

Tabel 3.1  
Definisi Operasional, Variabel, Cara Ukur, dan Skala Pengukuran

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Variabel terikat : a. Tingkat stres	Reaksi psikologis yang membebani kehidupan terus menerus dan tidak sesuai dengan harapan seperti mudah tersinggung, cemas, mudah marah, gelisah, putus asa, merasa frustrasi	Data diperoleh dengan mengisi kuesioner B menggunakan <i>Depression Anxiety Scale</i> 42 (DASS) yang diadopsi dari Lovibond dan lovibond (1995 dalam Dewi, 2021) dan sudah dimodifikasi terdiri dari 14 item pertanyaan dengan nilai jawaban : a. Tidak = Nilai 0 b. Ya = nilai 1	Penetapan kriteria tingkat stres ditentukan dengan <i>cut off point</i> : a. Tidak stres apabila skor < 7 b. Stres apabila skor ≥ 7	Ordinal
2.	b. Kecemasan	Suatu perasaan tidak menyenangkan yang timbul dari dalam diri seseorang meliputi gelisah, khawatir, cemas, was-was, bingung dan takut terhadap hal-hal yang belum terjadi termasuk pikiran-pikiran yang diduga akan merugikan bahkan mengancam keamanan fisik dan psikis orang yang mengalaminya.	Pengukuran dengan menggunakan kuesioner C yaitu <i>Zung-Self Anxiety Scale</i> (ZSAS) diadopsi dari peneliti Linda (2021) yang terdiri dari 20 item pernyataan dengan pilihan jawaban dan pemberian skor untuk pernyataan : 1. Tidak pernah = 1 2. Kadang-kadang = 2 3. Sering = 3	Penetapan kriteria tingkat kecemasan : 1. Tidak Cemas : Skor 0 - 20 2. Kecemasan Ringan : Skor 21 - 40 3. Kecemasan Sedang : Skor 41 - 60 4. Kecemasan Berat : Skor 61 – 80 5. Panik : 81 - 100	Ordinal

			4. Selalu = 4		
3.	Variabel bebas : Strategi Koping	Respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikologi. Secara alamiah baik disadari ataupun tidak, individu menggunakan strategi koping adaptif seperti berfikir positif, semangat, menyelesaikan permasalahan dengan memecahkan masalah, dan maladaptif seperti tidak sabar dalam menyelesaikan masalah, egois, menyelesaikan masalah dengan emosi dalam menghadapi stres.	Data diperoleh dengan mengisi kuesioner D menggunakan <i>Brief Cope</i> yang diadopsi dari Carver (1989 dalam Sayyid, 2021) yang sudah dimodifikasi terdiri dari 28 pertanyaan. Skor untuk jawaban <i>favourable</i> adalah : a. Tidak pernah = 1 b. Kadang-kadang = 2 c. Sering = 3 d. Selalu = 4 Jawaban untuk pertanyaan <i>Unfavourable</i> adalah : a. Tidak pernah = 4 b. Kadang-kadang = 3 c. Sering = 2 d. Selalu = 1	Penetapan kriteria Strategi Koping dibagi menjadi 2 batasan, yaitu: a. Maladaptif skor < 70 b. Adaptif skor ≥ 70	Ordinal

### E. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain survei analitik. Survei analitik adalah survei atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus

pada suatu saat, artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan kecemasan dengan strategi koping dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Universitas Al-Irsyad Cilacap.

## **F. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi penelitian adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam 2008 dalam Rahayu, 2014). Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa S1 yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap sebanyak 122 orang.

### **2. Sampel**

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 Universitas Al-Irsyad Cilacap yang memenuhi kriteria inklusi.

#### **a. Teknik pengambilan sampel**

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* kecuali peneliti. *Total sampling* yaitu cara penetapan jumlah sampel dengan cara mengambil atau menggunakan semua anggota populasi menjadi sampel, dengan catatan bahwa jumlah sampel tersebut kurang dari 100 sampel

(Tohardi, 2019). Jumlah sampel pada penelitian ini seluruhnya adalah 123 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, kecuali peneliti. Jadi jumlah sampel adalah 122 orang.



b. Kriteria sampel

1) Kriteria inklusi

Menurut Notoatmodjo (2018) menentukan kriteria sampel sangat diperlukan sebelum pengambilan sampel supaya tidak menyimpang. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :

a) Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap tahun 2022.

b) Mahasiswa Sarjana-S1

2) Kriteria Eksklusi

Menurut Hanafi (2016) kriteria eklusi adalah menghilangkan subyek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi karena berbagai sebab. Kriteria eklusi pada penelitian ini adalah :

a) Mahasiswa Diploma 3 atau D3

b) Mahasiswa yang tidak bersedia menjadi responden

c) Mahasiswa S1 yang *Drop Out* (DO) di tahun 2022.

**G. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di Universitas Al-Irsyad Cilacap pada bulan Juni tahun 2022.

**H. Etika Penelitian**

Etika penelitian berguna sebagai pelindung terhadap tempat dan peneliti itu sendiri. Penelitian ini dilaksanakan setelah peneliti memperoleh rekomendasi dari pembimbing dan mendapat izin dari Rektor Universitas

Al-Irsyad Cilacap. Etika berasal dari bahasa Yunani *ethos*, yang memiliki arti kebiasaan dan peraturan yang berlaku dalam masyarakat. Etika membantu peneliti untuk melihat secara kritis moralitas dari sisi subjek penelitian. Etika juga membantu untuk merumuskan pedoman etis yang lebih kuat dan norma-norma baru yang dibutuhkan karena adanya perubahan yang dinamis dalam suatu penelitian (Masturoh, 2018 dalam Linda, 2021).

Menurut Notoatmodjo (2018) terdapat 4 prinsip etika penelitian sebagai berikut :

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*). Sebagai ungkapan peneliti menghormati harkat dan martabat subjek penelitian yaitu dengan memberikan lembar persetujuan atau inform consent kepada pasien subjek penelitian. Setelah di berikan penjelasan, lembar persetujuan atau inform consent diberikan kepada pasien subjek penelitian. Jika subjek penelitian bersedia di teliti maka subjek penelitian akan menandatangani lembar persetujuan, namun jika subjek penelitian menolak untuk diteliti maka peneliti tidak akan memaksa dan menghormati haknya.
2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*). Setiap orang berhak untuk tidak memberikan apa yang diketahuinya kepada orang lain. Oleh sebab itu untuk menjaga kerahasiaan subjek penelitian, peneliti tidak mencantumkan namanya pada lembar pengumpulan data, cukup



dengan memberikan inisial pada masing-masing lembar tersebut. Data yang diperoleh akan digunakan sematamata demi perkembangan ilmu pengetahuan.

3. Keadilan dan inklusivitas atau keterbukaan (*respect for justice and inclusiveness*). Peneliti selalu menjelaskan prosedur penelitian dan menjamin bahwa semua subjek penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama.
4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*). Peneliti berusaha meminimalkan dampak yang merugikan bagi subjek penelitian dengan menjalin komunikasi yang baik rasa saling percaya antara peneliti dan subjek penelitian. Apabila intervensi penelitian berpotensi mengakibatkan cedera atau stres tambahan maka subjek dikeluarkan dari kegiatan penelitian untuk mencegah terjadinya cedera, kesakitan, stres, maupun kematian subjek penelitian.

## **I. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Jenis data**

#### **a. Data primer**

Data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya. Data primer disebut juga data asli atau data baru yang memiliki sifat *up to date*. Data primer dalam penelitian ini didapat dari pengisian kuesioner tingkat stres, tingkat kecemasan, dan strategi koping.



b. Data sekunder

Data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang telah ada. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari bidang kemahasiswaan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan suatu alat yang digunakan untuk melakukan pengumpulan data dengan cara apapun (Notoatmodjo, 2018). Menurut Sugiyono (2018) kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.. pada penelitian ini menggunakan angket tertutup dan bersifat langsung, dimana responden hanya memeberikan tanda *checklist* (√) pada salah satu jawaban yang dianggap sesuai dengan reponden. Angket atau kuesioner dalam penelitian ini adalah :

- a. Kuesioner A berisi tentang data demografi responden yang meliputi nama, usia, jenis kelamin, program studi, tempat tinggal.
- b. Kuesioner B adalah alat ukur untuk mengetahui tingkat stres menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Scale 42* (DASS) yang diadopsi dari peneliti Dewi (2021), terdiri dari 14 item pernyataan. Skor untuk jawaban pertanyaan : Ya = 1, Tidak = 0. Dikategorikan menjadi : Stres  $< 7$  , Tidak stres  $\geq 7$ .

c. Kuesioner C adalah alat ukur untuk mengukur tingkat kecemasan mahasiswa menggunakan kuesioner *Zung-Self Anxiety Scale* (ZSAS) yang diadopsi dari peneliti Linda (2021). Terdiri dari 20 item pernyataan. Skor jawaban untuk pernyataan Tidak pernah (TP) = 1, Kadang-kadang = 2, Sering = 3, Selalu, = 4.

Dikategorikan menjadi : Tidak Cemas = Skor 0-20, Kecemasan Ringan = Skor 21-40, Kecemasan Sedang = Skor 41-60, Kecemasan Berat = Skor 61-80, Panik = Skor 81 – 100.

Tabel 3.2  
Kisi-kisi Instrumen Tingkat Kecemasan

No.	Indikator	Nomor item	Jumlah
1.	<i>Affective Symptoms</i>	5, 9, 13, 17, 19	5
2.	<i>Somatic Symptoms</i>	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 20	15
Total			20

Sumber : Linda (2021)

d. Kuesioner D adalah alat ukur untuk mengetahui strategi koping yang digunakan mahasiswa dalam menghadapi stres dan kecemasan menggunakan kuesioner *Brief Cope* yang diadopsi dari peneliti Sayyid (2021). Terdiri dari 28 item pernyataan. Skor jawaban untuk pernyataan *favourable* adalah Tidak pernah = 1, Kadang-kadang = 2, Sering = 3, Selalu, = 4, sedangkan untuk pernyataan *unfavourable* adalah Tidak pernah = 4, Kadang-

kadang = 3, Sering = 2, Selalu = 1. Dikategorikan menjadi Maladaptif jika skor < 70, dan Adaptif jika skor  $\geq$  70.

Tabel 3.3  
Kisi-kisi Instrumen Strategi Koping

Indikator	Nomor Soal		Jumlah Pernyataan
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
<i>Problem Focused Coping</i>	1,2,3,4,5,6,		8
<i>Emotion Focused Coping</i>	7,8,9,10,13,14,15,16	19,20	10
<i>Disfuctional Coping</i>	11,12	17,18,21,22,23,24,25,26,27,28	10
Total	16	12	28

Sumber : Sayyid (2021)

### 3. Uji Instrumen Penelitian

Uji instrumen penelitian terdiri dari uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur dan untuk mengetahui apakah kuesioner yang disusun mampu mengukur apa yang hendak diukur. Reliabilitas instrumen adalah suatu cara untuk mengetahui sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Hal tersebut menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran sebanyak dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan alat ukur yang sama (Notoatmodjo, 2018).

Instrumen dalam penelitian ini berbentuk kuesioner, terdapat 3 jenis kuesioner dalam penelitian ini, yaitu kuesioner *Zung Self-rating*

*Anxiety Scale* (ZSAS) untuk mengukur kecemasan yang diadopsi dari William W K Zung (dalam Linda, 2021) dan sudah di uji validitas dengan nilai r adalah 0.829, kuesioner tingkat stres DASS-42 diadopsi dari Lovibond dan Lovibond (1995 dalam Dewi, 2021) dan sudah di uji validitas dengan nilai r adalah 0.727, kuesioner strategi koping untuk mengukur strategi koping yang diadopsi dari penelitian Sayyid (2021) dan sudah di uji validitas dengan nilai r adalah 0.746.

#### **J. Prosedur Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan di Universitas Al-Irsyad Cilacap. Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Peneliti melakukan penyusunan proposal skripsi dan mengajukan surat izin penelitian ke Ketua Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Peneliti berkoordinasi dengan bidang kemahasiswaan untuk meminta data mahasiswa S1 di Universitas Al-Irsyad Cilacap tahun 2022 yang sedang menyusun skripsi.
3. Peneliti memilih semua responden yang memenuhi kriteria inklusi dimasukan kedalam sampel penelitian.
4. Peneliti melakukan pembagian kuesioner kepada responden dengan cara mendatangi responden dari rumah ke rumah atau datang secara langsung ke masing-masing responden.
5. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian
6. Peneliti meminta persetujuan kepada mahasiswa untuk bersedia mejadi reponden dan menanda tangani lembar *informed consent*

7. Peneliti memberikan kuesioner A, B, C untuk diisi oleh responden dan menjelaskan cara pengisian kuesioner
8. Peneliti memeriksa kembali kuesioner yang telah diisi responden dan memastikan terisi semua
9. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden.

#### **K. Teknik Analisa Data**

1. Pengolahan data

- a. *Editing*

*Editing* merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan formulir atau kuesioner (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini peneliti memeriksa kuesioner yang telah diisi maka peneliti akan meminta kembali kepada responden untuk melengkapi jawaban lembar kuesioner.

- b. *Scoring*

*Scoring* dilakukan untuk mengetahui total skor jawaban responden terhadap kuesioner tingkat stres, tingkat kecemasan dan strategi koping, yaitu:

- 1) Tingkat stres

- a) Ya : 1

- b) Tidak : 0

Tingkat stres dikategorikan menjadi :

- a) Stres : Skor < 7

- b) Tidak stres : Skor  $\geq$  7

2) Tingkat Kecemasan

Pernyataan :

- a) Tidak pernah : 1
- b) Kadang-kadang : 2
- c) Sering : 3
- d) Selalu : 4

Dengan kategori :

- a) Tidak cemas : Skor 0-20
- b) Kecemasan ringan : Skor 21-40
- c) Kecemasan sedang : Skor 41-60
- d) Kecemasan berat : Skor 61-80
- e) Panik : Skor 81-100

3) Strategi Koping

Pernyataan *favourable* :

- a) Tidak pernah : 1
- b) Kadang-kadang : 2
- c) Sering : 3
- d) Selalu : 4

Pernyataan *unfavourable* :

- a) Tidak pernah : 4
- b) Kadang-kadang : 3
- c) Sering : 2
- d) Selalu : 1



Dengan kategori :

a) Maladaptif : Skor < 70

b) Adaptif : Skor  $\geq$  70

c. *Coding*

*Coding* adalah mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2018). *Coding* pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4  
Pengkodingan Variabel

No.	Variabel Penelitian	Kategori	<i>Coding</i>
1	Tingkat Stres	Tidak stres	1
		Stres	2
2	Tingkat Kecemasan	Tidak Cemas	1
		Kecemasan Ringan	2
		Kecemasan Sedang	3
		Kecemasan Berat	4
3	Strategi Koping	Maladaptif	1
		Adaptif	2

d. *Tabulating*

*Tabulating* adalah membuat tabel-tabel data, sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini, data akan dikelompokkan sesuai dengan kategori yang telah ditentukan.

e. *Entry data*

*Entry data* adalah kegiatan memasukan data yang telah dikumpulkan ke dalam master tabel atau database komputer,

kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana atau bisa juga dengan membuat tabel. Entry data dalam penelitian ini adalah jawaban-jawaban dari masing- masing responden yang dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program atau software computer. Software computer bermacam- macam dan masing-masing mempunyai kelebihan dan kekurangan. Salah satu paket program yang sering digunakan entry data penelitian adalah paket program SPSS for window.

f. *Cleaning*

*Cleaning* adalah pembersihan data yang dilakukan untuk mencegah kesalahan yang mungkin terjadi (Sumantri, 2011 dalam Sayyid, 2021). Peneliti mengecek apakah ada kesalahan selama proses pengolahan data.

2. Analisis Data

Langkah terakhir dari suatu penelitian adalah melakukan analisis data. Analisis data dilakukan secara bertahap dan dilakukan melalui proses komputerisasi. Analisis penelitian sebagai berikut :

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel. Pada umumnya analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2018). Untuk membuat tabel distribusi frekuensi ini, peneliti menggunakan komputerisasi. Karakteristik responden

yang meliputi, usia, jenis kelamin, program studi, serta tempat tinggal dan variabel tingkat stres serta strategi koping.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo 2018). Menurut Hidayanti (2018) Uji statistik yang digunakan yaitu *Spearman's Rho* dengan derajat signifikansi  $\alpha < 0,05$ . Dari uji korelasi *Spearman's Rho* ditentukan harga koefisien korelasinya, kemudian dihubungkan signifikansi antara kedua variabel dengan membandingkan rho dengan tabel kritis harga rho. Apabila  $p_v \leq 0,05$ , maka  $H_a$  diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara variabel tingkat stres dan kecemasan dengan strategi koping. Jika  $p_v \geq 0,05$ , maka  $H_a$  ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada Hubungan antara variabel Tingkat Stres Dan Kecemasan Dengan Strategi Koping.

Untuk menentukan tingkat kekuatan korelasi antara variabel tingkat stres dan kecemasan dengan variabel strategi koping, yaitu dengan melihat nilai koefisien korelasi. Ogy (2019) menjelaskan bahwa koefisien korelasi menunjukkan seberapa besar hubungan yang terjadi antara variabel independen secara serentak terhadap variabel dependen. Nilai R berkisar antara 0 sampai 1, nilai semakin mendekati 1 berarti hubungan yang terjadi semakin kuat, sebaliknya nilai mendekati 0 maka hubungan yang terjadi

semakin lemah.

Tabel 3.5  
Pedoman Interpretasi Korelasi Interval

Interval	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,25	Sangat lemah
0,26 – 0,50	Cukup
0,51 – 0,75	Kuat
0,76 – 0,99	Sangat kuat
1,00	Sempurna

