

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif korelasi (hubungan atau asosiasi) untuk mencari hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain tanpa dilakukan intervensi atau perlakuan apapun pada sampel (Ismael & Sastroasmoro, 2011). Peneliti ingin mengetahui hubungan antara perilaku spiritual dengan tingkat stres pada remaja di SMA Islam 1 Sleman. Penelitian ini menggunakan rancangan *Cross Sectional* yaitu melakukan pengamatan pada kedua variabel secara bersamaan dalam satu kali pada satu waktu (Hidayat, 2006).

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian adalah seluruh subjek dengan karakteristik atau kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam, 2008). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi SMA Islam 1 Sleman yang berumur 13-18 tahun dengan total populasi sebanyak 245 orang (126 orang siswi dan 119 orang siswa) yang terbagi kedalam 9 kelas yaitu :

Kelas X IPA : 26 orang

Kelas X IPS 1 : 29 orang

Kelas X IPS 2 : 30 orang

Kelas XI IPA	: 28 orang
Kelas XI IPS 1	: 30 orang
Kelas XI IPS 2	: 30 orang
Kelas XII IPA	: 24 orang
Kelas XII IPS 1	: 24 orang
Kelas XII IPS 2	: 24 orang

2. Sampel

Sampel dalam penelitian adalah bagian dari populasi yang memenuhi kriteria yang dikehendaki oleh peneliti (Riyanto, 2013). Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan penghitungan rumus sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2} = \frac{245}{1 + 245 (0,05)^2} = 152$$

Keterangan :

n = Jumlah

N = Jumlah populasi

d = Tingkat signifikan (0,05)

Total sampel dalam penelitian ini adalah 152 orang remaja yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Total responden yang didapatkan terbagi dari kelas X, XI dan XII dengan sebaran data yang dilakukan saat penelitian sebagai berikut:

Kelas X IPA	= 18 orang responden
Kelas X IPS 1	= 20 orang responden
Kelas X IPS 2	= 21 orang responden

Kelas XI IPS 1 = 21 orang responden

Kelas XI IPS 2 = 21 orang responden

Kelas XII IPA = 17 orang responden

Kelas XII IPS 1 = 17 orang responden

Kelas XII IPS 2 = 17 orang responden

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan cara *Stratified random sampling* karena responden dalam populasi yang ada pada penelitian ini terdiri dari berbagai usia, kelas, peminatan dan jenis kelamin sehingga harapannya setiap perbedaan tersebut dapat terwakili oleh masing-masing responden yang terlibat dalam penelitian.

3. Kriteria inklusi dan eksklusi

Kriteria yang ada pada kelompok populasi harus memenuhi kriteria inklusi yang merupakan karakteristik umum dan kriteria eksklusi yang merupakan kriteria dari subyek penelitian yang tidak boleh ada (Riyanto, 2013).

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi aktif SMA Islam 1 Sleman, terdata dalam daftar siswa dan siswi, dan bersedia menjadi responden penelitian.

Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi SMA Islam 1 Sleman yang berumur lebih dari 18 tahun, siswa yang tidak hadir saat penelitian, sakit dan tidak bersedia mengisi kuesioner penelitian.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian dilakukan di SMA Islam 1 Sleman.

2. Waktu penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan November 2018.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (*Independent*)

Variabel bebas (*Independent*) adalah variabel yang mempengaruhi variabel *dependent* yang biasanya akan di teliti atau diukur oleh para peneliti (Nursalam, 2013). Variabel bebas pada penelitian ini adalah perilaku spiritual pada remaja di SMA Islam 1 Sleman.

2. Variabel terikat (*Dependent*)

Variabel terikat (*Dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel *Independent* untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel *Independent* tersebut (Nursalam, 2013). Variabel terikat pada penelitian ini adalah tingkat stres pada remaja di SMA Islam 1 Sleman.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1. Definisi operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Pengukuran	Hasil
1	Perilaku spiritual	Perilaku spiritual adalah penilaian terkait kegiatan ibadah seperti membaca Al-Qur'an, puasa, sholat, doa, dizikir dan zakat pada siswa dan siswi di SMA Islam 1 Sleman.	Skala Dimensi Spiritual	Ordinal	Kategori perilaku spiritual : 43-56= baik 34-42= cukup <33= kurang
2	Tingkat stres	Tingkat stres adalah penilaian tentang berat atau ringannya stres yang dialami oleh siswa dan siswi di SMA Islam 1 Sleman.	Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scale 42</i> (DASS 42)	Ordinal	Tingkat stres : 0-14= normal 15-18= stres ringan 19-25= stres sedang 26-33= stres berat >34= stres sangat berat

F. Instrumen Penelitian

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah kuesioner yang berisi pertanyaan tertulis (Nursalam, 2013). Keuntungan dari penggunaan kuesioner adalah efisiensi waktu bagi peneliti dan responden (Susilo & Aima, 2013).

1. Skala dimensi spiritual merupakan instrumen pengukuran aktivitas atau perilaku spiritual yang terdiri dari 14 item pertanyaan tertutup. Kuesioner skala dimensi diadopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Purwaningrum dan Widaryati (2013). Hasil pengukuran dari instrumen ini digolongkan menjadi tiga kelompok sesuai jumlah skor yang didapatkan dari 14 item pertanyaan yaitu perilaku spiritual baik (43-56), perilaku spiritual cukup (34-42), dan perilaku spiritual kurang (<33). Jawaban setiap item pertanyaan dianalisa dengan pemberian skor 4 = selalu, 3 = sering, 2 = kadang-kadang, dan 1 = tidak pernah. Peneliti menggunakan alat instrumen ini karena dianggap dapat mewakili penelitian yang dilakukan oleh peneliti.
2. *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42) merupakan alat pengukuran stres yang digunakan untuk mengukur skala berat ringannya stres. Kuesioner DASS 42 dibuat oleh Lovibond 1995 dan peneliti mengadopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Masfuati(2015) yang mengambil 14 pertanyaan yang berkaitan dengan tingkat stres pada alat pengukuran DASS 42. Hasil pengukuran dari DASS digolongkan menjadi lima kelompok sesuai jumlah skor yang didapatkan dari seluruh

pertanyaan yaitu normal (0-14), stres ringan (15-18), stres sedang (19-25), stres berat (26-33) dan stres sangat berat (>34) (Mubarak, Indrawanti & Susanto, 2015). Skala pengukuran dalam alat ukur ini adalah *Rating scale* dengan penilaian skor 0 = tidak pernah, 1 = kadang-kadang, 2 = sering, 3 = selalu. Peneliti menggunakan alat pengukuran stres DASS 42 karena alat pengukuran ini sudah banyak digunakan sehingga sudah terbukti validitas dan reliabilitasnya, selain itu alat pengukuran ini juga dianggap mudah dipahami oleh para responden yang ikut berkontribusi dalam penelitian.

G. Uji Validitas Dan Reliabilitas

1. Instrumen perilaku spiritual

Instrumen penelitian yang digunakan sudah baku dan peneliti tidak merubah apapun sehingga peneliti tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas yang dilakukan oleh Purwaningrum dan Widaryati (2013) menunjukkan 14 item pertanyaan aktivitas spiritual ini bersifat valid.

Setelah dilakukan uji validitas Purwaningrum dan Widaryati (2013) melakukan uji reliabilitas untuk 14 item pertanyaan aktivitas spiritual. Hasil uji reliabilitas yang dilakukan menunjukkan nilai $r \alpha$ sebesar 0,76 dengan demikian kuesioner aktivitas spiritual dapat digunakan untuk instrumen pengumpulan data.

2. Instrumen tingkat stres

Peneliti tidak melakukan uji validitas dan reabilitas karena instrumen penelitian yang digunakan sudah baku dan tidak ada perubahan. Uji validitas dilakukan Brown, *et al* (1997 dalam Masfuati, 2015) dengan hasil : skala depresi bernilai 0,74-0,79; skala kecemasan bernilai 0,81 – 0,84; dan skala stres yang lebih kuat dibandingkan dengan dua skala lain. Tiga skala yang telah dijelaskan tersebut sudah dapat mendukung tingkat validitas pada instrumen penelitian DASS 42.

Uji reliabilitas yang telah dilakukan oleh Brown, *et al* (1997 dalam Masfuati, 2015) dengan nilai 0,88 – 0,96, menggunakan sampel klinis dengan instrumen DASS 42 diperoleh nilai 0,87 – 0,94. Hasil yang didapatkan menunjukkan instrumen penelitian ini reliabel.

H. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan cara sebagai berikut :

1. Mendapatkan izin penelitian dari PSIK FKIK UMY dan dari SMA Islam 1 Sleman.
2. Mendapatkan Izin etik dengan nomor 522/EP-FKIK-UMY/X/2018 dari komite etik penelitian PSIK FKIK UMY.
3. Peneliti bertemu dengan asisten peneliti untuk menyamakan persepsi.
4. Memulai penelitian di SMA Islam 1 Sleman dengan asisten peneliti, didampingi oleh guru BK SMA Islam 1 Sleman.

5. Peneliti dan asisten peneliti menjelaskan tentang maksud dan tujuan penelitian dengan jelas kepada responden sebelum memberikan lembar pernyataan persetujuan dan kuesioner penelitian kepada responden.
6. Kuesioner yang telah diisi oleh responden kemudian dikumpulkan kembali kepada peneliti dan asisten peneliti untuk di cek terlebih dahulu, apabila ada ketidaklengkapan dalam pengisian kuesioner maka kuesioner dikembalikan kepada responden yang bersangkutan pada saat itu juga untuk dilengkapi.
7. Peneliti selanjutnya melakukan pengelolaan data.
8. Data yang sudah dikelola dianalisa dengan menggunakan komputer.

I. Pengolahan Data dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Setelah data yang dibutuhkan terkumpul, selanjutnya data tersebut disajikan dalam bentuk tabel dan persen dengan langkah-langkah sebagai berikut :

a. *Editing*

Pada tahap ini, peneliti melakukan pemeriksaan pada data yang sudah didapatkan lalu dilakukan pemeriksaan jawaban, memperjelas, memeriksa kelengkapan dan kesalahan lalu dimasukkan dalam komputer.

b. *Coding*

Peneliti menyajikan data dengan menggunakan kode sesuai dengan indikator agar memudahkan dalam proses analisa dan *entry* data.

c. Tabulasi data

Peneliti melakukan penyesuaian dan pengorganisasian data lalu disajikan dalam bentuk tabel kemudian dianalisa.

d. Pembersihan data (*Cleaning*)

Peneliti mengecek kembali data yang telah dimasukan untuk mengecek adanya kesalahan.

2. Analisis data

a. Analisis univariat

Analisis ini meliputi perilaku spiritual, tingkat stres, dan karakteristik demografi responden seperti umur, jenis kelamin, angkatan sekolah, ekstrakurikuler yang diikuti dan penyakit fisik yang dialami responden. Analisis ini diukur menggunakan distribusi frekuensi dan disajikan dalam bentuk persentase dan proporsi.

b. Analisis bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui adanya hipotesis dari penelitian yaitu hubungan ke dua variabel menggunakan uji korelasi *Spearman-Rho* antara perilaku spiritual dengan tingkat stres dengan skala penelitian ordinal-ordinal. Interpretasi analisis dengan nilai p yaitu $\alpha=0,05$, jika $p < 0,05$ maka H_0 ditolak artinya terdapat hubungan antara perilaku spiritual dengan tingkat stres remaja di

SMA Islam 1 Sleman, namun jika $p > 0,05$ maka H_0 diterima artinya tidak terdapat hubungan antara perilaku spiritual dengan tingkat stres remaja di SMA Islam 1 Sleman. Analisis data ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak pengolahan data statistik dengan SPSS dalam proses komputerisasi.

J. Etika Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti memperhatikan beberapa masalah dalam etika penelitian seperti :

1. *Informed consent*

Responden mendapatkan penjelasan secara lengkap tentang maksud dan tujuan yang dilakukan oleh peneliti. Responden memiliki hak bebas untuk berpartisipasi atau menolak dalam penelitian yang dilakukan dibuktikan dengan tanda tangan responden pada lembar kuesioner yang diberikan.

2. *Anonymity*

Peneliti menjaga kerahasiaan responden dalam penelitian yang dilakukan dengan cara memberikan ketentuan kepada responden untuk menuliskan inisial nama dalam keterangan identitas sehingga identitas dan informasi responden dalam penelitian terjaga.

3. *Confidentiality*

Peneliti memberikan kuesioner kepada responden secara langsung untuk menjaga kerahasiaan serta kebebasan kepada responden untuk

ikut berkontribusi atau tidak dalam penelitian yang dilakukan. Informasi yang diberikan tidak disebar luaskan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.