

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Pendekatan yang digunakan peneliti adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang didasari pada korelasional digunakan agar mempelajari populasi atau sampel tertentu, alat penelitian dipakai dalam mengumpulkan data, analisis data bersifat kuantitatif, bertujuan untuk mengetes hipotesis yang sudah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Penelitian korelasional merupakan penelitian yang meneliti hubungan antar variabel atau satu variabel dengan variabel lainnya (Winarni, 2011).

#### **B. Definisi Konseptual**

##### 1. Resiliensi

Resiliensi adalah perilaku yang ditunjukkan seseorang ketika melewati masa-masa sulit. Perilaku ini dilewati setelah mengalami *problem*, tetapi jika seseorang memiliki ketahanan yang tinggi, maka bisa mengatasi masalah (Connor dan Davidson, 2003).

##### 2. *Coping stres*

*Coping stres* adalah sebuah teknik individu dalam upaya untuk menyelesaikan masalah yang terus-menerus dan rumit. Individu juga melakukan teknik perubahan cara berfikir sehingga mendapatkan sebuah rasa aman (Lazarus dan Folkman, 1984).

#### **C. Definisi Operasional**

##### 1. Resiliensi

Resiliensi adalah potensi mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi saat menghadapi tantangan hidup yang ditandai dengan tidak mudah takut meskipun terjadi kemunduran, kemampuan mengendalikan emosi, selalu berpikir positif, dapat beradaptasi dengan positif, sanggup dalam mengatur situasi. Resiliensi dalam penelitian ini akan diukur menggunakan skala berdasarkan aspek dari teori Connor dan Davidson (2003)

## 2. *Coping stres*

*Coping stres* merupakan proses mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi dalam menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan upaya agresi untuk mengubah keadaan, upaya untuk melepaskan diri, upaya untuk mengontrol diri, mencari dukungan sosial dan menciptakan suatu hal positif. *Coping stres* dalam penelitian ini akan diukur menggunakan skala berdasarkan aspek dari teori Lazarus dan Folkman (1984).

### **D. Populasi dan Sampel**

#### 1. Populasi

Populasi penelitian yaitu satu kesatuan subjek pada suatu daerah dan waktu yang memiliki kriteria tertentu untuk diteliti (Supardi, 1993). Populasi penelitian ini adalah mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

#### 2. Sampel

Teknik pengambilan sampel memakai *Snowball sampling*. *Snowball sampling* yaitu teknik pengumpulan data melalui subjek gelombang pertama yang dipilih, kemudian subjek gelombang pertama memilih subjek gelombang kedua dan sampel akibatnya mengembang oleh gelombang seperti bola salju yang membesar saat menggelinding menuruni bukit (Etikan, Alkassim dan Abubakar, 2015). Peneliti menggunakan *snowball sampling* karena tidak mengetahui jumlah mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Adapun kriteria dalam penelitian ini yaitu:

- a. Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
- b. Mahasiswa rantau
- c. Mengerjakan tugas akhir
- d. Menetap di Samarinda selama kuliah

## E. Metode Penelitian

Penelitian dalam mengumpulkan data membagikan dua skala yaitu skala *coping stres* dan skala resiliensi yang diisi oleh subjek sesuai kriteria. Peneliti menggunakan alat skala likert. Skala likert adalah jenis skala yang dipakai untuk memvisualisasikan dan mengukur sikap subjek mengenai karakteristik psikologis (Supratiknya, 2014). Skala likert memiliki sebuah pernyataan yang memakai empat pilihan jawaban sebagai tindakan subjek seperti Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S) dan Sangat Setuju (SS) (Azwar, 1999). Masih-masing pernyataan tersebut dibagi dua jenis kelompok yang pertama pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*) (Supratiknya, 2014).

### 1. Skala Resiliensi

Skala resiliensi diukur berdasarkan skala *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang telah diadaptasi dan diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh ahli bahasa berdasarkan teori Connor-Davidson yang telah dikembangkan oleh Connor dan Davidson. Skala (CD-RISC) memiliki nilai validitas korelasi item-total berkisar antara 0,30 sampai 0,70 dan nilai cronbach's 0,89. Connor & Davidson (2003) menunjukkan terdapat lima aspek resiliensi yaitu kompetensi personal, keyakinan terhadap insting, penerimaan positif, kontrol diri dan spiritualitas.

**Table 1. Skala Resiliensi**

Content of the Connor-Davidson Resilience Scale

| <b>Item<br/>no</b> | <b>Description</b>                              |
|--------------------|---|
| 1                  | Able to adapt to change                         |
| 2                  | Close and secure relationships                  |
| 3                  | Sometimes fate or God can help                  |
| 4                  | Can deal with whatever comes                    |
| 5                  | Past success gives confidence for new challenge |
| 6                  | See the humorous side of things                 |
| 7                  | Coping with stress strengthens                  |
| 8                  | Tend to bounce back after illness or hardship   |
| 9                  | Things happen for a reason                      |
| 10                 | Best effort no matter what                      |
| 11                 | You can achieve your goals                      |
| 12                 | When things look hopeless, I don't give up      |
| 13                 | Know where to turn for help                     |
| 14                 | Under pressure, focus and think clearly         |
| 15                 | Prefer to take the lead in problem solving      |
| 16                 | Not easily discouraged by failure               |
| 17                 | Think of self as strong person                  |
| 18                 | Make unpopular or difficult decisions           |
| 19                 | Can handle unpleasant feelings                  |
| 20                 | Have to act on a hunch                          |
| 21                 | Strong sense of purpose                         |
| 22                 | In control of your life                         |
| 23                 | I like challenges                               |
| 24                 | You work to attain your goals                   |
| 25                 | Pride in your achievements                      |

**Table 2. Skala Resiliensi yang telah diterjemahkan**

| <b>Isi Skala Daya Tahan Connor-Davidson</b> |   |
|---|---|
| <b>Nomor item</b>                           | <b>Deskripsi</b>  |
| <b>1</b>                                    | Mampu beradaptasi dengan perubahan                                    |
| <b>2</b>                                    | Hubungan yang dekat dan aman  |
| <b>3</b>                                    | Kadang-kadang takdir atau Tuhan dapat membantu                        |
| <b>4</b>                                    | Dapat menghadapi apapun yang terjadi                                  |
| <b>5</b>                                    | Kesuksesan masa lalu memberikan kepercayaan diri untuk tantangan baru |
| <b>6</b>                                    | Melihat sisi lucu dari segala hal                                     |
| <b>7</b>                                    | Menghadapi stress dapat memperkuat diri                               |
| <b>8</b>                                    | Cenderung pulih setelah sakit atau kesulitan                          |
| <b>9</b>                                    | Hal-hal terjadi dengan alasan tertentu                                |
| <b>10</b>                                   | Memberikan usaha terbaik apapun yang terjadi                          |
| <b>11</b>                                   | Anda dapat mencapai tujuan Anda                                       |
| <b>12</b>                                   | Ketika segalanya terlihat tanpa harapan, saya tidak menyerah          |
| <b>13</b>                                   | Tahu di mana harus mencari bantuan                                    |
| <b>14</b>                                   | Dalam tekanan, fokus dan berpikir dengan jelas                        |
| <b>15</b>                                   | Lebih suka mengambil peran dalam pemecahan masalah                    |
| <b>16</b>                                   | Tidak mudah putus asa karena kegagalan                                |
| <b>17</b>                                   | Memandang diri sebagai orang yang kuat                                |
| <b>18</b>                                   | Membuat keputusan yang tidak populer atau sulit                       |
| <b>19</b>                                   | Dapat mengatasi perasaan tidak menyenangkan                           |
| <b>20</b>                                   | Harus bertindak berdasarkan firasat                                   |
| <b>21</b>                                   | Memiliki tujuan hidup yang kuat                                       |
| <b>22</b>                                   | Mengendalikan hidup Anda  |
| <b>23</b>                                   | Saya suka tantangan   |
| <b>24</b>                                   | Anda bekerja untuk mencapai tujuan Anda                               |
| <b>25</b>                                   | Merasa bangga dengan pencapaian Anda                                  |

**Table 3. Blueprint Skala Resiliensi**

| No | Aspek                      | No. Item           | Jumlah    |
|----|----------------------------|--------------------|-----------|
|    |                            | Favorable          |           |
| 1  | Kompetensi personal        | 1,2,4,5,6,7,8,9,10 | 10        |
| 2  | Keyakinan terhadap Insting | 11,12,13,14,15     | 5         |
| 3  | Penerimaan positif         | 16,17,18           | 3         |
| 4  | Kontrol diri               | 19,20,21,22,23,24  | 6         |
| 5  | Spiritualitas              | 25                 | 1         |
|    | <b>Total</b>               | <b>25</b>          | <b>25</b> |

## 2. Skala *Coping Stres*

Skala *Coping stres* diukur berdasarkan skala *Ways of coping* yang telah diadaptasi oleh Rahmadanti (2023) dari teori Lazarus & Folkman, dengan nilai validitas korelasi item-total berkisar dari 0,209 sampai 0,748 dan cronbach's alpha 0,948. Aspek-aspek *coping stres* dari Lazarus dan Folkman (1984) meliputi tujuh aspek, dari jenis *Problem-focused coping* terdapat dua aspek yaitu konfrontasi (*confrontive coping*) dan merencanakan pemecahan masalah (*planfull problem solving*) sedangkan dari jenis *Emotion-focused coping* terdapat lima aspek yaitu kontrol diri (*self controlling*), menjaga jarak (*distancing*), penilaian kembali secara positif (*positive reappraisal*), menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*), dan lari atau menghindar (*escape avoidance*).

**Table 4. Blueprint Skala Coping Stres**

| No           | Aspek   | No. Item                                       |                    | Jumlah    |
|--------------|---|--|--------------------|-----------|
|              |   | Favorable                                      | Unfavorable        |           |
| 1            | ( <i>Confrontive coping</i> )<br>Konfrontasi                          | 1,2,4,5  | 3                  | 5         |
| 2            | ( <i>Planfull problem solving</i> )<br>Merencanakan pemecahan masalah | 6,7,8,9,10,<br>11,12,<br>13,14,15,1<br>6,17,19 | 18,20              | 15        |
| 3            | ( <i>Self control</i> )<br>Kontrol Diri                               | 21,22,25,2<br>6,27,28,29                       | 23,24              | 9         |
| 4            | ( <i>Distancing</i> )<br>Menjaga Jarak                                | 31,32,35                                       | 30,33,34           | 6         |
| 5            | ( <i>Positive reappraisal</i> )<br>Penilaian kembali secara positif   | 37,38,39,4<br>0,41,42,43,<br>44                | 36                 | 9         |
| 6            | ( <i>Accepting responsibility</i> )<br>Menerima tanggung jawab        | 45,46,47                                       | 48,49,50           | 6         |
| 7            | ( <i>Escape-avoidance</i> )<br>Lari atau menghindar                   | 51,57  | 52,53,54,55,5<br>6 | 7         |
| <b>Total</b> |   | <b>40</b>                                      | <b>17</b>          | <b>57</b> |

## F. Uji Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Validitas adalah spesifikasi mendasar yang menguji ketepatan alat tes dan non tes terhadap metode psikometri dalam mengukur suatu objek yang ingin diukur (Supratiknya, 2014). Uji validitas adalah cara pengukuran agar mengetahui seberapa tepat dan akurat nya sebuah alat ukur (Purnomo, 2018). Aitem dapat dikatakan valid jika nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel.

### 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah kesesuaian dari hasil pengukuran ketika uji cobanya dilakukan secara terus menerus kepada suatu populasi individu

maupun kelompok (Supratiknya, 2014). Menurut Azwar (2010) reliabilitas yaitu hasil yang sesuai, stabil dan konsisten. Faktor reliabilitas antara 0 sampai 1, ketika faktor mendekati 1 menandakan bahwa kesesuaiannya tinggi, jika faktor angka 0 itu menandakan bahwa reliabilitasnya rendah. Variabel dapat dikatakan reliabel atau konsisten dalam mengukur ketika suatu variabel menunjukkan nilai Cronbach's alpha > 0,60 (Putri, 2015).

#### **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu statistik inferensial dengan asumsi bahwa data berdistribusi normal dan linier. Proses analisa data dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi asumsi distribusi normal, dilakukan uji statistik parametrik jika data menunjukkan distribusi yang sesuai. Apabila data terbukti berdistribusi normal, analisis yang diterapkan adalah uji korelasi *pearson product moment* yaitu teknik korelasi yang selalu dipakai dari semua teknik korelasi yang ada dan teknik ini memiliki tujuan untuk menghitung kedekatan hubungan antara dua variabel penelitian dimana kedua variabel penelitian tersebut memiliki skala interval (Setiasih dan Setianingrum, 2018).