

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah observasi partisipan dan *in – depth – interview*. Bogdan dan Taylor (dalam Moleong 2016:4) menyatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurut Williams (dalam Moleong 2016: 5) penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah, dengan metode alamiah, dan dilakukan oleh orang atau peneliti yang tertarik secara alamiah. Kirk dan Miller (dalam Moleong 2016: 4) penelitian kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung dari pengamatan pada manusia baik dalam kawasannya maupun dalam peristilahannya.

Penelitian ini menggunakan metode *fenomenology* (fenomenologi) dengan pendekatan kualitatif. Menurut Moleong (2016: 12), fenomenologi mempunyai dua makna, yaitu sebagai filsafat sains dan juga sebagai metode pencarian (penelitian). Polkinghorne (dalam Herdiansyah, 2010: 57) menyatakan bahwa tujuan dari tipe ini adalah untuk memberikan gambaran tentang suatu arti dari pengalaman-pengalaman beberapa individu tentang suatu konsep tertentu. Penelitian fenomenologi ini berusaha untuk mencari arti secara psikologis dari suatu pengalaman individu terhadap suatu fenomena melalui penelitian yang mendalam dalam konteks kehidupan sehari-hari subjek yang diteliti (Moleong, 2016: 17). Fenomena dalam penelitian ini berkaitan dengan gambaran strategi *coping* stres siswa yang dirasa berat dalam menghadapi program belajar dari rumah dalam situasi pandemi COVID-19 dan membuat siswa mengalami stres. Sehubungan dengan hal di atas, maka seorang siswa perlu mempunyai sebuah cara atau strategi untuk menyelesaikan masalahnya melalui *coping*.

3.2 Batasan Konsep

Menurut Bungin (2007: 76) dalam merancang konsep dalam penelitian kualitatif merupakan suatu makna kognitif, atau makna sosiologis yang hidup dalam alam pikiran informan dan subjek-objek penelitian.

1. Strategi *Coping Stress* : Kemampuan individu dalam memproses bagaimana suatu individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang dialaminya akibat dari masalah yang sedang dihadapi dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku sehingga memperoleh rasa aman dalam dirinya.
2. Siswa : Peserta didik SMA yang menjalani kebijakan dari menteri pendidikan dan kebudayaan republik indonesia menurut surat edaran nomor 4 tahun 2020 yaitu belajar dari rumah.

3.3 Unit Analisis dan Subjek Penelitian

3.3.1 Unit Analisis

Menurut Jorgensen (dalam Poerwandari (2017: 171)), analisis merupakan memecah, memisahkan, atau membongkar bahan penelitian menjadi potongan-potongan, bagian, elemen, atau unit. Dengan fakta-fakta yang dipecah menjadi beberapa bagian yang dapat dikelola, peneliti memilah dan menyaringnya, mencari jenis, kelas pola urutan, atau keseluruhan. Penelitian ini mengambil analisis kasus individual strategi *coping stress* menghadapi belajar dari rumah siswa kelas XI di SMA “X”

3.3.2 Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Purposive sampling*, teknik *Purposive sampling* adalah pemilihan sekelompok subjek yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Hadi,2015:196).

Bungin (2008: 30) menjelaskan bahwa informan adalah subjek yang memahami informasi objek penelitian, baik sebagai pelaku maupun orang lain yang memahami objek penelitian. Informan juga bisa diartikan sebagai orang yang diwawancarai, dimintai informasi oleh pewawancara.

Penelitian ini menggunakan 2 subjek, yang memiliki karakteristik sebagai berikut :

1. Murid SMA kelas XI MIPA yang menjalani belajar dari rumah.
2. Berusia 16 – 17 tahun
3. Jenis kelamin laki-laki

Adapun subjek dalam penelitian ini adalah :

BS	= Subjek 1	BY	= <i>Significant Other 1</i>
AH	= Subjek 2	NN	= <i>Significant Other 2</i>

1.4 Teknik Pengumpulan Data

3.4.1 Wawancara

Burhan (2011: 111) menyatakan bahwa wawancara mendalam merupakan proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dan informan atau orang diwawancarai, dengan atau tanpa menggunakan pedoman (*guide*) wawancara. Oleh karena itu jenis wawancara tersebut sangat membantu dalam hal pengumpulan data.

Wawancara menurut Moleong (2018: 186) adalah percakapan yang dilakukan dua pihak yaitu interviewer dan interviewee. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara terstruktur, menurut Sugiyono (2017: 233) wawancara semi terstruktur merupakan teknik pengumpulan data dalam kategori *in depth interview*, dalam jenis wawancara seperti ini dapat menemukan masalah secara terbuka sehingga *interviewee* dapat diminta pendapat atau ide.

Adapun pedoman wawancara yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 3.1 Pedoman Wawancara

No	Aspek stres	Indikator	Pertanyaan
1.	Biologis	Merasakan gangguan berupa gejala fisik karena stres.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ketika anda merasa tertekan dengan tugas yang diberikan guru, apa yang anda rasakan pada diri anda? 2. Sekarang setelah pandemi COVID-19 semua aktivitas sekolah dilakukan dirumah, bagaimana jam tidur anda? 3. Apakah dengan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru mempengaruhi pola makan anda?
2.	Psikologis	Mengalami gangguan daya ingat, konsentrasi dan gangguan kognisi lainnya.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dengan tugas yang menumpuk, apa yang anda rasakan dalam pikiran anda?
		Merasakan perubahan emosi atau mood karena stres	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dari segi emosional, apa yang anda rasakan ketika tugas yang diberikan guru dirasa amatlah sulit dan tidak menemukan solusinya?
		Mengalami perubahan interpersonal dengan lingkungan sekitarnya	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah dengan banyaknya tugas yang menumpuk membuat anda menjadi penyendiri dan menarik diri dari orang-orang terdekat anda?

Strategi Coping Stres	Indikator	Pertanyaan
Problem Focused Coping		
<i>Planful Problem Solving</i>	Mengatasi masalah dengan berhati-hati dan tenang dengan pendekatan analisis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana cara anda menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru tersebut sulit untuk diselesaikan sedangkan tugas tersebut wajib untuk dikumpulkan? 2. Apakah anda memikirkan dalam-dalam strategi untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru?
<i>Confrontive Coping</i>	Berani mengambil resiko ketika menyelesaikan masalah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anda rela untuk melakukan segala hal untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru? 2. Apa yang anda lakukan untuk menyelesaikan tugas yang diberikan guru, namun sedang tidak punya paket internet?
<i>Seeking Social Support</i>	Berusaha mendapatkan dukungan orang lain	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pernahkan anda meminta bantuan kepada teman atau orang tua anda saat mengalami kesulitan mengerjakan tugas dari guru? 2. Siapa yang menjadi sumber kekuatan anda dalam menghadapi berbagai masalah? Mengapa anda memilih orang tersebut?
Emotion-Focused Coping		
<i>Escape Avoidance</i>	Menghindar dari permasalahan yang dihadapi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saat teman anda mendapat masalah dengan tugasnya, apa yang anda lakukan? 2. Apa saja cara yang anda lakukan untuk menghindar sejenak dari stres yang anda alami?
<i>Self-Control</i>	Mampu mengatur emosi dalam diri ketika menghadapi masalah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa saja hal yang membuat anda bersemangat setelah mengalami stres dan kejenuhan atas tugas yang diberikan guru? 2. Dalam bentuk apa anda mengekspresikan stres saat diberikan tugas oleh guru? 3. Bagaimana cara mengatur mood ketika kesehatan anda menurun?
<i>Accepting Responsibility</i>	Mampu menerima dan bertanggung jawab atas permasalahan yang dihadapi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anda menerima bahwa dalam situasi COVID para murid diwajibkan untuk belajar dari rumah dan mengerjakan segala tugas yang diberikan? 2. Apa yang anda lakukan supaya hal tersebut berjalan dengan semestinya?
<i>Distancing</i>	Tidak melibatkan diri dalam permasalahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda lakukan agar tugas yang diberikan oleh guru tidak mengganggu kegiatan anda di rumah? 2. Pernahkan anda menghindar dari masalah yang anda hadapi? Dalam hal apa?
<i>Positive Reappraisal</i>	Berpikir positif dalam mengatasi masalah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pernahkan anda berpikir bahwa tugas yang anda kerjakan dirasa kurang maksimal, jika pernah dalam hal apa? 2. Bagaimana anda melihat suatu permasalahan, apakah sebagai suatu tantangan atau sebagai cobaan? Alasannya? 3. Apakah anda sering berdoa kepada tuhan untuk dimudahkan dalam menyelesaikan masalah?

Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Coping Stress	Indikator	Pertanyaan
Kesehatan fisik	Memiliki kesehatan yang baik untuk mengatasi masalah	1. Apakah menurut anda kesehatan itu penting supaya anda bisa mengerjakan tugas sekolah sampai selesai?
	Badan terasa tidak sehat dan lemas	1. Apakah dengan program belajar dari rumah ini membuat anda merasa tidak sehat? 2. Apakah anda pernah diberikan tugas dan saat itu anda merasa tidak sehat?
Keyakinan atau pandangan positif	Mampu berpikir optimis terhadap permasalahan yang sedang dihadapi	1. Apakah anda yakin dapat menyelesaikan tugas individual? 2. Bagaimana cara untuk memotivasi diri anda agar dapat menyelesaikan masalah tersebut?
Keterampilan memecahkan masalah	Mampu memikirkan beragam cara untuk keluar dari masalah yang dihadapi	1. Apakah anda dapat mencari jalan keluar dari setiap permasalahan yang ada? 2. Bagaimana jika anda memiliki tugas yang diberikan oleh orang tua namun juga terdapat tugas sekolah yang harus diselesaikan hari itu juga?
Keterampilan sosial	Kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan nilai-sosial yang berlaku	1. Bagaimana cara anda berkomunikasi kepada guru disaat anda belum memahami tugas yang diberikan? 2. Bagaimana sikap anda jika dihadapkan pada suatu masalah yang membutuhkan bantuan orang lain untuk menyelesaikan tugas sekolah?
Dukungan sosial	Mendapatkan bantuan dari lingkungannya	1. Apakah anda pernah mendapatkan bantuan dari orang terdekat anda untuk meyelesaikan suatu permasalahan? Siapakah orang tersebut? 2. Apakah anda merasa lebih terdorong untuk bisa menyelesaikan tugas saat orang disekitar mendukung anda?
Materi	Memiliki sumber daya berupa uang	1. Apakah orang tua memfasilitasi anda seperti memasang wifi di rumah? 2. Apakah memiliki fasilitas yang memadai seperti inetrnet, membuat anda semakin giat menyelesaikan tugas?

3.4.2 Observasi

Observasi menggunakan kajian empiris yang berlandaskan atas fakta-fakta yang ada di lapangan ataupun teks, melalui panca indra dan tanpa menggunakan manipulasi apapun. (Hasanah. 2016: 22).

Yin (2008: 113) menyatakan bahwa, Observasi langsung dapat dilakukan dengan cara melakukan kunjungan lapangan dan termasuk kesempatan-kesempatan selama pengumpulan bukti yang lain seperti pada wawancara. Adapun aspek-aspek dalam observasi langsung sebagai berikut:

1. Lokasi wawancara
2. Gambaran subjek
3. Sikap selama proses wawancara

Observasi dilakukan dengan tujuan untuk mengumpulkan informasi tambahan yang diperlukan dalam penelitian ini, terutama untuk memperkuat analisis terhadap wawancara mendalam yang telah dilakukan.

3.4.3 Peralatan Pengumpulan Data

Peralatan dalam pengumpulan data meliputi pedoman wawancara yang berisi pertanyaan, dibuat dengan disesuaikan tujuan penelitian. Adapun alat yang digunakan untuk mendukung proses penelitian ini meliputi *handphone* yang digunakan sebagai alat perekam, alat tulis berupa buku dan *ballpoint* digunakan sebagai alat untuk menulis observasi selama proses wawancara. Sehingga dari wawancara tersebut dapat dijadikan sebagai verbatim.

3.5 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data hasil wawancara, observasi dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data dan memilih mana yang penting serta mana yang perlu dipelajari serta membuat kesimpulan sehingga mudah untuk dipahami (Sugiyono, 2007: 333-345). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif, yang sebagaimana dikemukakan oleh Miles dan Hubberman (1984 dalam Sugiyono, 2007: 204) yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyejaian data dan langkah terakhir adalah penarikan kesimpulan. Langkah-langkah tersebut sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan penyederhanaan yang dilakukan melalui seleksi, pemfokusan dan keabsahan data mentah menjadi informasi yang bermakna, sehingga memudahkan penarikan kesimpulan.

2. Koding dan Analisis

Langkah penting pertama sebelum melakukan analisis adalah membutuhkan kode-kode pada materi yang diperoleh. Koding dimaksudkan untuk dapat mengorganisasikan dan membuat sistematis data secara lengkap dan mendetail, sehingga data dapat memunculkan dengan lengkap gambaran tentang topik yang dipelajari.

3. Penyajian Data

Penyajian data yang sering digunakan pada data kualitatif adalah bentuk naratif. Penyajian-penyajian data berupa sekumpulan informasi yang tersusun secara sistematis dan mudah dipahami.

4. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dalam analisis data yang dilakukan melihat hasil reduksi data tetap mengacu pada rumusan masalah secara tujuan yang hendak dicapai. Data yang telah disusun dibandingkan antara satu dengan yang lain untuk ditarik kesimpulan sebagai jawaban dari permasalahan yang ada.

3.6 Teknik Kredibilitas Data

Kredibilitas banyak dipilih oleh peneliti yang menggunakan penelitian kualitatif, kredibilitas dimaksudkan untuk merangkum bahasan menyangkut kualitas penelitian kualitatif. Kredibilitas studi kualitatif terletak pada keberhasilannya mencapai maksud mengeksplorasi masalah atau mendeskripsikan *setting*, proses, kelompok sosial, atau interaksi yang kompleks (Poerwandari, 2013: 207). Adapun teknik kredibilitas data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Triangulasi

Menurut Moleong (2010: 330) triangulasi merupakan teknik untuk memeriksa keabsahan data yang memanfaatkan hal lain. Sedangkan menurut Sugiyono (2015: 373) ada 3 teknik triangulasi data, yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Dan adapun teknik triangulasi dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi

sumber, yaitu dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber.

2. Kecukupan Referensial

Yaitu sebagai alat untuk menampung dan menyesuaikan dengan kritik tertulis untuk keperluan evaluasi. Data yang diperoleh dari bentuk video atau rekaman suara, dapat digunakan sebagai pembandingan hasil yang telah diperoleh dengan kritik yang telah terkumpul. Jadi bahan-bahan yang telah terekam dapat digunakan sebagai patokan untuk menguji sewaktu diadakan analisis dan penafsiran data (Moleong, 2009).

