

BAB 3 METODE PENELITIAN

Bab ini membahas mengenai 1) Desain penelitian, 2) Populasi, Sampel dan *Sampling*, 3) Identifikasi variabel penelitian dan definisi operasional, 4) Prosedur penelitian, 5) Analisa data, 6) Etika penelitian.

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis korelasi untuk mengetahui hubungan *toxic friendship* dengan kesehatan mental pada siswa di SMAN 1 Bangsal dengan pendekatan *cross-sectional*, dimana data dikumpulkan pada satu waktu saja.

3.2. Populasi, Sampel, dan *Sampling*.

3.2.1. Populasi

Populasi dalam penelitian adalah keseluruhan objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu dan menjadi sumber data untuk ditarik kesimpulan. Populasi tidak hanya terbatas pada manusia, tetapi juga bisa berupa benda, institusi, peristiwa, atau fenomena yang relevan dengan penelitian (Syapitri et al., 2010). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Bangsal Kabupaten Mojokerto yang masih aktif akan tetapi siswa kelas XII tidak termasuk dalam populasi ini karena sudah mulai bimbingan belajar untuk persiapan ujian akhir sekolah. Lalu siswa kelas X sebanyak 424 siswa, kelas XI sebanyak 413 siswa sehingga seluruh total populasi sebanyak 837 siswa.

3.2.2. Sampling

Sampling adalah proses memilih sebagian anggota dari populasi untuk dijadikan sumber data penelitian. Karena meneliti seluruh populasi seringkali tidak mungkin (terlalu besar, mahal, atau memakan waktu), maka peneliti menggunakan sampel yang dianggap mewakili populasi.. Dalam penelitian ini peneliti menerapkan *Stratified Random Sampling*. Peneliti menggunakan teknik tersebut karena populasi yang tidak homogen yaitu terdiri dari siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Bangsal.

3.2.3. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk diteliti, dengan tujuan mewakili keseluruhan populasi. Dalam penelitian, sampel digunakan karena meneliti seluruh populasi seringkali tidak praktis atau terlalu besar (Sugiono, 2020). yang menyatakan bahwa jika jumlah populasi 500 keatas maka sampel yang diambil yaitu 5-15%. Sehingga sesuai dengan prosedur tersebut maka peneliti menggunakan 15% untuk mendapatkan sampel yang cukup representatif dengan cara sebagai berikut:

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

$$n = \frac{837}{1 + 837(0,05)^2}$$

$$n = 270,7 = 271$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = margin of error

Setelah dilakukan perhitungan, jumlah sampel sebanyak 271 siswa.

Tabel 3. 1 Jumlah Perhitungan Sampel Setiap Kelas

Strata Angkatan	Rumus	Jumlah setiap kelas
Kelas X	424 populasi $n_i = \frac{N_i}{N} \times n$ $n_X = \frac{424}{837} \times 271$ $= 137 \text{ siswa}$	X 1 : 12 siswa X 2 : 12 siswa X 3 : 12 siswa X 4 : 11 siswa X 5 : 11 siswa X 6 : 12 siswa X 7 : 11 siswa X 8 : 11 siswa X 9 : 11 siswa 10 : 11 siswa X 11 : 12 siswa X 12 : 11 siswa
Kelas XI	413 populasi $n_i = \frac{N_i}{N} \times n$ $n_{XI} = \frac{413}{837} \times 271$ $= 134 \text{ siswa}$	XI 1 : 11 siswa XI 2 : 11 siswa XI 3 : 11 siswa XI 4 : 11 siswa XI 5 : 11 siswa XI 6 : 11 siswa XI 7 : 11 siswa XI 8 : 11 siswa XI 9 : 11 siswa XI 10 : 11 siswa XI 11 : 12 siswa XI 12 : 12 siswa

Didapatkan dari *Stratified Random Sampling* siswa kelas 10 sebanyak

137 siswa, kelas 11 sebanyak 134 siswa jadi total dari seluruhnya adalah 271 siswa.

3.3. Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional

3.3.1 Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah atribut, karakteristik, atau faktor yang menjadi fokus penelitian dan dapat berubah nilainya, sehingga memengaruhi hasil penelitian. Variabel digunakan untuk mengukur, menganalisis, dan menjelaskan fenomena yang diteliti. (Sugiono, 2020). Terdapat 2 variabel dalam penelitian ini yaitu :

1. Variabel Bebas (*Independent*)

Variabel bebas (*independent variable*) adalah variabel yang memengaruhi atau menjadi penyebab perubahan pada variabel lain (*variabel terikat*). Dalam penelitian, variabel bebas ditetapkan oleh peneliti untuk melihat dampaknya terhadap hasil yang diteliti. (Nursalam, 2015) *Variabel Independent* dalam penelitian ini adalah *Toxic friendship*.

2. Variabel Terikat (*Dependent*)

Variabel dependen (*dependent variable*) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari variabel bebas dalam penelitian. Dengan kata lain, variabel dependen menunjukkan hasil atau perubahan yang terjadi karena adanya perlakuan atau faktor tertentu. *Variable dependen* pada penelitian ini adalah kesehatan mental.

3.3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional penelitian adalah penjelasan rinci mengenai bagaimana variabel-variabel yang diteliti diukur atau diamati secara nyata. Definisi operasional berfungsi sebagai jembatan antara teori dan praktik, sehingga peneliti memiliki pedoman yang konsisten dalam mengumpulkan data, menghindari kesalahpahaman, serta memastikan penelitian dapat diulang oleh peneliti lain. Dengan adanya definisi

operasional, penelitian menjadi lebih terarah, valid, dan dapat dipertanggungjawabkan

karena setiap variabel memiliki ukuran dan indikator yang jelas (Nursalam, 2015).

Tabel 3. 2 Definisi Operasional hubungan *toxic friendship* dengan kesehatan mental pada siswa di SMAN 1 Bangsal.

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala Pengukuran	Skor
Variabel dependen <i>Toxic friendship</i>	Jalanan pertemanan negatif dan merugikan siswa meliputi kekerasan emosional, kekerasan fisik serta kekerasan seksual	1. Pengkritik 2. Tidak ada empati 3. Keras kepala 4. Selalu bergantung	Alat ukur yang digunakan adalah kuisioner <i>Toxic friendship</i> yang dikembangkan oleh (Nathasya, 2024)	Ordinal	1. Rendah : 0 – 27 2. Sedang : 28 – 54 3. Tinggi : 55 – 80
Variabel independen Kesehatan mental	keadaan atau kondisi yang dimana seseorang tidak dapat merasakan perasaan bersalah mengenai dirinya,	1. Gejala Kognitif 2. Gejala Cemas 3. Gejala Depresi 4. Gejala Fisik 5. Gejala Psikis 6. Gejala Sosial 7. Gejala Penurunan	Kuisioner Kesehatan Mental yang mengacu pada MHI (Mental Health Inventory) Terdiri dari 38 pertanyaan dengan skor 1-5	Ordinal	1. Kurang baik: 38-87 2. Baik: 88-137 3. Sangat baik: 138-190

3.4 Prosedur Penelitian

Pengumpulan data merupakan langkah penting dalam mendekati suatu objek penelitian dan merupakan proses pengumpulan informasi atau karakteristik yang dibutuhkan untuk penelitian (Nursalam, 2015). Dalam penelitian ini, langkah-lahkah pengumpulan data dilakukan sebagai berikut:

1. Pengajuan judul penelitian atau fenomena kepada dosen pembimbing 1 dan 2 untuk mengidentifikasi masalah yang dijadikan judul penelitian.
2. Setelah fenomena ditentukan lalu mendapat persetujuan (ACC) dari dosen pembimbing, judul penelitian tersebut diberikan kepada program studi agar dilakukan pemeriksaan lebih lanjut (screening).
3. Peneliti meminta surat studi ijin penelitian pada bagian administrasi akademis atau BAAK kemahasiswaan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. yang telah disetujui oleh (Dekan) ketua program studi. Selanjutnya surat ini diserahkan kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Bangsal.
4. Tanggal 16 Mei 2025, peneliti melakukan studi pendahuluan kepada remaja siswa di SMA Negeri 1 Bangsal menggunakan metode wawancara kepada sebagian siswa/i SMA Negeri 1 Bangsal.
5. Setelah mendapatkan populasi data remaja kelas X dan XI dengan jumlah 837 orang, peneliti melakukan pengambilan sampel dengan cara *Stratified random sampling* sebanyak 271 orang.
6. Pada tanggal 15 Juni 2026 peneliti melakukan pengambilan data di SMA Negeri Bangsal Kabupaten Mojokerto secara tatap muka menggunakan kuesioner cetak (manual) untuk meminimalkan risiko kebocoran kuesioner dan memastikan

responden mengisinya secara langsung. Peneliti berkoordinasi dengan perwakilan guru yang membantu mengumpulkan siswa yang telah terpilih dan bersedia menjadi responden. Selanjutnya, peneliti diarahkan ke kelas X1 sampai XI 12. Pengambilan data dilaksanakan dalam 7 sesi pada hari yang sama, sebelum kuesioner dibagikan peneliti menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian, responden juga diminta membaca serta menyetujui lembar persetujuan (informed consent) sebelum mengisi kuesioner.

Pelaksanaan dibagi menjadi 7 sesi yaitu

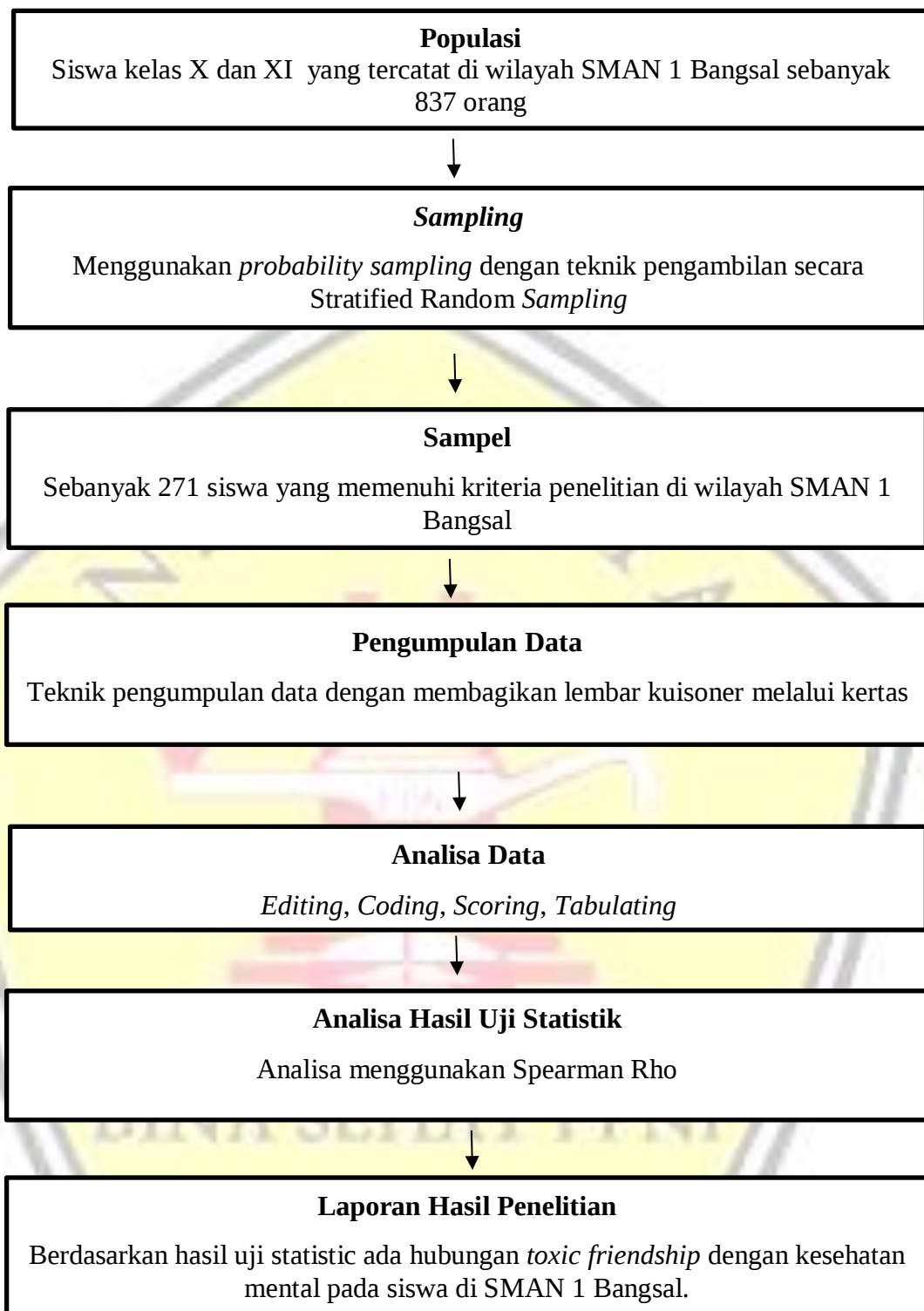
- 1) Sesi 1 kelas X (1) sampai X (3) pukul 09.00-09.30 berjumlah 36 siswa
 - 2) Sesi 2 kelas X (4) sampai X (6) pukul 09.40-10.10 berjumlah 34 siswa
 - 3) Sesi 3 kelas X (7) sampai X (10) pukul 10.20-10.40 berjumlah 44 siswa
 - 4) Sesi 4 kelas X (11) sampai XI (1) pukul 10.40-11.10 berjumlah 34 siswa
 - 5) Sesi 5 kelas XI (2) sampai XI (4) pukul 11.20-11.50 berjumlah 33 siswa
 - 6) Sesi 6 kelas XI (5) sampai XI (8) pukul 12.00- 12.30 jumlah 44 siswa
 - 7) Sesi 7 kelas XI (9) sampai XI (12) pukul 12.40-13.10 berjumlah 46 siswa.
7. Petunjuk pengisian kuesioner telah dilampirkan pada lembar kuesioner oleh peneliti, responden diharapkan mengisi setiap pernyataan sesuai dengan kondisi dan pengalaman yang mereka alami. Apabila terdapat pertanyaan yang kurang 51 dipahami, responden dapat bertanya secara langsung kepada peneliti selama proses pengisian kuesioner berlangsung.
8. Setelah responden mengumpulkan kuesioner yang telah diisi, peneliti melakukan pemeriksaan kembali kelengkapan jawaban, apabila ditemukan data yang belum terisi

peneliti akan meminta responden untuk melengkapi bagian tersebut untuk memastikan data yang diperoleh sudah lengkap.

9. Data yang telah terkumpul secara lengkap kemudian diolah melalui proses *editing*, *coding*, dan tabulasi sesuai dengan tujuan penelitian. Hasil pengolahan data tersebut disajikan dalam bentuk tabel dan dilanjutkan dengan penarikan kesimpulan dari hasil penelitian.



3.5 Kerangka Kerja



Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Penelitian

3.6 Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah tahap penting dalam penelitian yang bertujuan memperoleh informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Proses ini dilakukan dengan cara yang sistematis agar data yang diperoleh valid dan dapat dipertanggungjawabkan. Metode pengumpulan data dapat berupa observasi, yaitu mengamati langsung objek penelitian; wawancara, yakni mengajukan pertanyaan secara lisan kepada responden; kuesioner atau angket, yaitu memberikan daftar pertanyaan tertulis; serta dokumentasi, yaitu mengumpulkan data dari catatan, arsip, atau dokumen yang sudah ada. (Nursalam, 2015).

3.6.1 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat ukur atau sarana penelitian untuk mengumpulkan data guna mempermudah proses kerja dan meningkatkan kualitas hasil sehingga data lebih mudah diolah (Adiputra, 2021).

1. Instrumen *Friendship quality scale*

Instrumen kuesioner yang dikembangkan oleh (Nathasya, 2024) ini terdiri dari 20 butir pernyataan yang dirancang untuk mengidentifikasi keberadaan perilaku pertemanan yang tidak sehat (*toxic friendship*) di lingkungan mahasiswa. Secara garis besar, pernyataan-pernyataan tersebut mengukur enam aspek utama yang saling berkaitan dalam dinamika hubungan sosial. Aspek pertama adalah komunikasi

verbal destruktif, yang mencakup perilaku provokasi dan kebiasaan menjelek-jelekkan teman di belakang. Aspek kedua menilai rendahnya empati dan dukungan sosial, di mana teman cenderung merasa iri atau justru menjadikan kesalahan orang lain sebagai bahan ejekan. Ketiga, instrumen ini menyoroti perilaku oportunistik, yaitu kecenderungan seseorang yang hanya menjalin interaksi saat membutuhkan bantuan akademik semata.

Tabel 3. 3 Blueprint Alat Ukur *Toxic Friendship*

No	Dimensi / Indikator	(Favorable/Mendukung Ciri Toxic)	(Unfavorable/Menolak Ciri Toxic)	Total
1	Pengkritik (Menilai buruk, mencela, merendahkan)	1, 3, 4, 5	2	5
2	Tidak Ada Empati (Memanfaatkan, mengabaikan, membuang tanpa alasan)	6, 7, 9, 11	8, 12	6
3	Keras Kepala (Tidak mau kalah, sulit diajak kerja sama, enggan minta maaf)	13, 14, 15	16	4
4	Selalu Bergantung (Manipulatif, mengandalkan tugas, posesif/membatasi)	17, 19, 20	18	5
	Total Keseluruhan	14 Item	6 Item	20

2. Instrumen kesehatan mental

Instrumen Mental Health Inventory-38 (MHI-38) merupakan alat ukur psikometrik yang dikembangkan untuk mengevaluasi status kesehatan mental individu melalui penilaian terhadap dua domain utama, yaitu *psychological distress*

dan psychological well-being. Penggunaan instrumen ini sangat efektif karena tidak hanya mendeteksi keberadaan gejala emosional negatif seperti kecemasan, depresi, dan kehilangan kendali emosi, tetapi juga mengukur aspek positif dari kesehatan jiwa seperti afek positif dan ikatan emosional. Struktur multidimensional dalam MHI-38 memungkinkan peneliti untuk melakukan analisis mendalam terhadap berbagai sub-skala guna melihat spektrum kesehatan mental secara menyeluruh dalam rentang waktu satu bulan terakhir.

Dalam operasionalisasinya, MHI-38 terdiri dari 38 butir pernyataan yang menggunakan skala Likert 6 poin. Penilaian dilakukan dengan menerapkan prosedur *reverse scoring* pada item-item negatif agar skor total secara konsisten mencerminkan tingkat kesehatan mental responden, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan kondisi psikologis yang lebih sejahtera. Instrumen ini telah teruji memiliki validitas dan reliabilitas yang tinggi, sehingga sering digunakan sebagai standar dalam studi klinis maupun akademik untuk mengkorelasikan status mental dengan faktor-faktor psikososial lainnya.

Tabel 3. 4 Blueprint Alat Ukur Kesehatan Mental

No	Dimensi / Indikator	No. Item (Favorable/Positif)	No. Item (Unfavorable/Negatif)	Total
1	Gejala Kognitif (Kendali pikiran & kesadaran)	14	8	2
2	Gejala Cemas (Kecemasan, ketegangan, gugup)	22, 35	3, 11, 13, 25, 29, 32, 33, 38	10
3	Gejala Depresi (Kesedihan, putus asa, keinginan bunuh diri)	-	9, 16, 19, 20, 21, 27, 28, 30	8

4	Gejala Fisik (Respon somatik/tubuh)	37	15	2
5	Gejala Psikis (Kesejahteraan emosional & stabilitas)	6, 17, 18, 31, 34	24	6
6	Gejala Sosial (Hubungan & rasa dicintai)	10, 23	2	3
7	Gejala Penurunan (Minat & gairah hidup)	1, 4, 5, 7, 12, 26	36	7
	Total Keseluruhan	17 Item	21 Item	38

3.6.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bangsal,

2. Waktu Penelitian

Dimulai dari menyusun di bulan januari sampai di lakukan penelitian pada tanggal 15 Juni 2026.

3.7 Pengolahan Data

Setelah semua data terkumpul, proses selanjutnya adalah pengolahan data melalui tahap *editing*, *coding*, *scoring* dan tabulasi.

3.7.1 *Editing*

Dalam konteks penelitian, *editing* adalah tahap pemeriksaan dan penyuntingan data yang telah dikumpulkan agar siap untuk dianalisis. Proses ini bertujuan memastikan data yang masuk lengkap, konsisten, dan sesuai dengan kebutuhan penelitian. *Editing* dilakukan dengan cara meninjau kembali jawaban responden pada kuesioner atau hasil wawancara, memperbaiki kesalahan penulisan, mengisi data yang

kurang bila memungkinkan, serta menghapus data yang tidak relevan atau tidak valid. Dengan adanya *editing*, peneliti dapat mengurangi kesalahan, meningkatkan kualitas data, dan menjamin bahwa hasil analisis nantinya lebih akurat serta dapat dipertanggungjawabkan.

3.7.2 Coding

Proses mengubah data mentah yang sudah dikumpulkan (misalnya dari kuesioner, wawancara, atau observasi) menjadi bentuk simbol, angka, atau kategori tertentu agar lebih mudah dianalisis. *Coding* dilakukan dengan cara memberi kode pada jawaban responden sesuai dengan kategori yang telah ditentukan (Adiputra, 2021)

Hasil penelitian diberikan kode yang sesuai dengan contoh dibawah ini:

Data Umum

1. Jenis Kelamin

Laki-laki : (kode 1)

Perempuan : (kode 2)

2. Kelas

X : (kode 1)

XI : (kode 2)

Data Khusus

1. *Toxic friendship*

Nilai Rendah : (kode 1)

Nilai Sedang : (kode 2)

Nilai Tinggi : (kode 3)

2. Kesehatan Mental

Nilai Rendah : (kode 1)

Nilai Sedang : (kode 2)

Nilai Tinggi : (kode 3)

3.7.3 Scoring

Scoring adalah tahap pengolahan data yang dilakukan dengan memberikan skor berdasarkan akumulasi seluruh jawaban responden sebelum memasuki tahap tabulasi data.

1. Skoring kuesioner *Toxic friendship*

Tabel 3. 5 Skor Hasil Kuesioner *Toxic Friendship*

Pilihan Jawaban	Singkatan	Skor Favorable (Positif)	Skor Unfavorable (Negatif)
Sangat Setuju	SS	3	0
Setuju	S	2	1
Tidak Setuju	TS	1	2
Sangat Tidak Setuju	STS	0	3

Skor yang diperoleh dengan hasil

- Rendah : 0 – 27
- Sedang : 28 – 54
- Tinggi : 55 – 80

2. Skoring kuesioner Kesehatan mental

Tabel 3. 6 Skor Hasil Kuesioner Kesehatan Mental

Jawaban	Singkatan	Skor Favorable (Positif)	Skor Unfavorable (Negatif)
Sangat Sering	SS	5	1
Sering	S	4	2

Kadang-Kadang	KK	3	3
Jarang	J	2	4
Tidak Pernah	TP	1	5

Skor yang diperoleh dengan hasil

- Kurang baik:38-87
- Baik 88-137
- Sangat baik 138-190

3.7.4 *Tabulating*

Tabulasi merupakan proses menyusun data hasil pengumpulan ke dalam bentuk tabel agar lebih teratur, mudah dibaca, dan siap untuk dianalisis. Melalui tabulasi, data mentah yang sudah dikodekan (*coding*) diorganisir sesuai kategori atau variabel penelitian, sehingga peneliti dapat melihat pola, frekuensi, dan hubungan antarvariabel dengan lebih jelas (P. M. Abdullah, 2015).

100%	: Seluruhnya
76-99%	: Hampir Seluruhnya
51-75%	: Sebagian Besar
50%	: Setengah
25-49%	: Hampir Setengah
1-25%	: Sebagian Kecil
0%	: Tidak Satupun.

3.7.5 Analisa Uji Statistik

a. Analisa Univariat

Analisis univariat adalah teknik analisis data yang dilakukan terhadap satu variabel saja, tanpa melihat hubungan dengan variabel lain. Tujuan utamanya adalah untuk menggambarkan atau mendeskripsikan karakteristik dari variabel tersebut secara sederhana. Analisis ini biasanya digunakan pada tahap awal penelitian untuk memberikan gambaran umum mengenai data yang diperoleh. (Dalfian, 2023).

b. Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah teknik analisis data yang digunakan untuk melihat hubungan atau perbedaan antara dua variabel sekaligus. Berbeda dengan analisis univariat yang hanya mendeskripsikan satu variabel, analisis bivariat bertujuan mengetahui apakah ada keterkaitan, pengaruh, atau perbedaan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel dependen. Pada penelitian ini Analisa menggunakan uji spearman rho.

3.8 Etika Penelitian

Etika penelitian merupakan seperangkat prinsip moral dan aturan yang harus dipatuhi oleh peneliti dalam melaksanakan kegiatan penelitian, agar proses dan hasil penelitian dapat dipercaya, adil, serta tidak merugikan pihak manapun. Etika ini memastikan bahwa penelitian dilakukan dengan integritas, menghormati hak-hak subjek penelitian, serta menjaga kejujuran ilmiah.

3.8.1 Tanpa Nama (*Anonymity*)

Dalam penelitian, etika tanpa nama biasanya merujuk pada prinsip menjaga kerahasiaan identitas responden atau partisipan. Artinya, data yang dikumpulkan tidak mencantumkan nama asli atau informasi pribadi yang dapat mengungkap identitas

seseorang. Hal ini dilakukan untuk melindungi privasi, menghindari bias, serta memastikan bahwa responden merasa aman dan bebas dalam memberikan jawaban.

3.8.2 *Informed Consent* (Lembar Persetujuan Responden)

Informed consent adalah persetujuan yang diberikan oleh partisipan atau responden setelah mereka memperoleh informasi yang jelas, lengkap, dan jujur mengenai penelitian yang akan dilakukan. Prinsip ini merupakan bagian penting dari etika penelitian karena memastikan bahwa partisipan berpartisipasi secara sukarela, memahami tujuan penelitian, prosedur yang akan dijalani, potensi risiko, serta manfaat yang mungkin diperoleh.

3.8.3 *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Peneliti wajib memastikan bahwa data yang dikumpulkan, baik berupa nama, alamat, maupun jawaban responden, tidak disebarluaskan secara terbuka dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

3.9 Keterbatasan Penelitian

1. Proses pengambilan data dilakukan dalam kondisi lingkungan yang cukup ramai dan kurang kondusif, sehingga terdapat kemungkinan konsentrasi responden terganggu saat mengisi kuesioner dan dapat memengaruhi ketelitian dalam memberikan jawaban.
2. Waktu pengisian kuesioner relatif singkat karena pelaksanaan penelitian dilakukan di sela-sela kegiatan sekolah. Kondisi tersebut menyebabkan responden memiliki waktu yang terbatas untuk memahami dan mengisi setiap butir pertanyaan secara lebih mendalam.

3. Penelitian ini hanya dilakukan di SMAN 1 Bangsal dan belum secara generalisasi dan belum bisa untuk mengintepretasikan semua siswa yang ada.

