

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari :

3.1.1 Variabel bebas : Resiliensi

3.1.2 Variabel tergantung : *Psychological Well being*

3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel atau konstruk dengan cara memberikan arti, atau menspesifikasi kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstruk atau variabel tersebut. Adapun definisi operasional dari variabel yang diteliti dalam penelitian ini

3.2.1 Resiliensi

Resiliensi merupakan suatu usaha dari individu sehingga mampu beradaptasi dengan baik terhadap keadaan apapun yang menekan, mampu untuk pulih dan berfungsi optimal dan mampu melalui kesulitan, untuk mengukur variabel ini menggunakan skala resiliensi oleh Reivich dan Shatte (2002). Jumlah 56 aitem pernyataan langsung di adaptasi dan 7 aspek menurut Reivich dan Shatte (Hendriani, 2019) yaitu regulasi emosi, pengendalian dorongan, analisis kausal, efikasi diri, realistis dan optimis, empati dan penyampaian.

3.2.2 *Psychological Well Being*

Psychological wellbeing berkaitan juga dengan kondisi kesehatan mental, keadaan sejahtera dan kondisi mental yang sehat berarti menggambarkan kondisi absennya stres, rasa bersalah dan bahkan depresi serta penguasaan diri terhadap simtom-simtom negatif lainnya. Era psikologi positif menggeser pandangan tersebut dan melengkapi definisi kesejahteraan (*well-being*) sebagai titik keberfungsian secara optimal sisi-sisi dalam diri individu yang mencakup: fisik, sosio-emotional, spiritual, kognitif, dan perilaku. Skala yang di gunakan dalam penelitian ini untuk mengukur variabel menggunakan skala *Psychological Well being* yang telah diadaptasi oleh Nur Asiah (2020) dan dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan teori dari Ryff (1989) dengan menyesuaikan kriteria subjek penelitian.

3.3 Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu metode pemilihan sampel dimana peneliti mengambil subjek berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan kebutuhan peneliti. Karakter subjek yang dibutuhkan yaitu keluarga korban yang ditinggalkan akibat Covid-19 dan tinggal serumah, berusia 18-40 tahun, laki laki dan perempuan.

3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Peneliti akan memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Sedangkan untuk skala pengukuran dalam kuesioner menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan *google form* sehingga peneliti hanya menyebarkan link *google form* tersebut kepada responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Kuesioner berupa pernyataan yang dapat diberikan kepada responden melalui internet (Sugiyono, 2015).

Setelah peneliti menentukan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini, langkah selanjutnya adalah menyusun *blueprint*. Azwar (2019) menjelaskan *blueprint* adalah gambaran mengenai bagaimana isi dari skala yang telah disusun oleh peneliti selain itu *blueprint* dapat menjadi dasar peneliti agar data yang diperoleh tidak meluas. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 yaitu skala *psychological well being* dan skala resiliensi.

3.4.1 Skala Resiliensi

Skala resiliensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala resiliensi yang diadaptasi dari buku *The Resilience Factors* oleh Reivich dan Shatte (2002). Skala ini dikembangkan Reivich dan Shatte dengan jumlah aitem sebanyak 56. Berikut *blueprint* skala resiliensi:

Tabel 3.1 Skala resiliensi

	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1	Regulasi emosi	Mampu mengontrol emosi positif	13,26	2	3
		Fokus pada hal-hal positif	25	7,31	3
2	Pengendalian dorongan	Mampu mengendalikan keinginan	42,27	11,55	4
		Pengendalian situasi	4,15,33	23,26,36,38	7
3	Realistis dan Optimis	Mampu menyelesaikan masalah	18,32	3	3
		Berpikir jernih	5,39,53	43	4
4	Analisis kausal	Mampu menemukan penyebab masalah	21,48	41	3
		Mampu menemukan solusi	1,12	-	2
5	Empati	Melihat perspektif orang lain	10,46	24	3
		Ikut merasakan kondisi orang lain	19,30,34,37,44,52	50	7

	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
6	Efikasi diri	Percaya akan kemampuan diri sendiri	29,49,54	9,2	5
		Berani berkomitmen	-	17,22, 28,45, 47	5
7	Pencapaian	Berpendirian teguh	14,20,35	16,51	5
		Tertarik dengan hal-hal baru	6,8	-	2
Jumlah			33	23	56

3.4.2 Skala *psychological well being*

Skala *psychological well being* yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Psychological Well Being Scale* (PWBS) yang diadaptasi dari Nur Asiah (2020) dan dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan teori *psychological well being* Ryff (1989), dengan menyesuaikan kriteria:

Tabel 3.2 *Psychological Wellbeing*

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
1	Penerimaan diri	Memiliki sikap positif	11,19,2 2,31,40	8,34	7
2	Hubungan positif dengan orang lain	Mampu mengembangkan kedekatan dengan orang lain	4,7,27, 38	16,18, 30	7

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			F	UF	
3	Kemandirian	Memiliki standar pribadi yang kokoh	1,10,21,35	13,24,41	7
4	Penguasaan lingkungan	Mampu mengontrol lingkungan	3,23,36	12,15,26,42	7
5	Tujuan hidup	Mampu menentukan arah kehidupan	6,9,20,29,33	32,39	7
6	Pengembangan pribadi	Mampu mengevaluasi diri	2,14,17,28,37	5,25	7
Jumlah			26	16	42

3.5 Metode Analisis Data

Peneliti menggunakan analisis data SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) for windows versi 2020 karna penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif sehingga untuk menganalisis datanya menggunakan analisis statistik. Metode analisis data yang dipilih peneliti untuk digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment dari karl person* karena tujuan pada penelitian ini adalah ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas *Psychological well being* dengan satu variabel tergantung resiliensi.

3.6 Kredibilitas

3.6.1 Uji Validitas

Penelitian ini memerlukan uji validitas untuk kuesioner yang telah dibuat oleh peneliti. Peneliti melakukan pengujian validitas pada aitem pernyataan agar dapat mengetahui aitem pernyataan yang digunakan untuk mengambil data penelitian dapat dikatakan valid. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan Aiken's V. Uji validitas Aiken's V digunakan untuk mengkonstruksi aitem pernyataan berdasarkan aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori dari ahli.

Uji Validitas ini dilakukan oleh peneliti dengan bantuan *expert judgement*, *expert judgement* dapat memberi penilaian pada aitem pernyataan seperti: aitem dapat digunakan tanpa ada perbaikan, ada perbaikan dan dirubah total (Sugiyono, 2015). Rumus Aiken's V adalah sebagai berikut:

$$V = \Sigma s / [n(c-1)]$$

Keterangan:

ΣS = Total skor yang diberikan (n) dalam satu aitem $s = r - l_0$

r = Angka yang diperoleh dari Expert

l_0 = Angka penilaian validitas terendah (yaitu 1)

c = Angka penilaian validitas tertinggi (yaitu 4)

n = Banyaknya rater (expert)

Nilai koefisien Aiken's V berkisar antara 0 – 1. Jika nilai

koefisien Aiken's $V > 0,5$ maka dapat dikatakan aitem tersebut dikategorisasikan valid yang artinya aitem tersebut sudah mewakili konstruk yang akan diukur (Azwar, 2019).

Setelah melakukan uji validitas Aiken's V , maka peneliti melanjutkan dengan uji coba skala. Dua skala tersebut dicobakan pada sampel yang sesuai dengan kriteria subjek. Setelah diperoleh data hasil uji coba skala, maka dilakukan analisis tiap butir aitem untuk mengetahui validitas per aitem dengan membandingkan r hitung dengan r tabel. Apabila r hitung $> r$ tabel maka dapat diartikan aitem tersebut valid namun apabila r hitung $< r$ tabel maka dapat diartikan aitem tersebut tidak valid. Aitem yang tidak valid berarti gugur atau tidak bisa digunakan lagi (Sugiyono, 2015).

3.6.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan menggunakan SPSS *for windows* versi 20. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui konsistensi dari alat ukur dalam mengungkap fenomena yang terjadi walaupun dilakukan dalam waktu yang berbeda. Pengujian reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan Uji *Alpha Cronbach*. Koefisien reliabilitas menurut *alpha cronbach* yang dapat diterima adalah minimal 0,70 atau 0,7 dan apabila nilai koefisiennya mencapai angka 0,90 atau mendekati angka 1.00 maka bisa dikatakan reliabilitasnya memuaskan (Azwar, 2019).

3.7 Rancangan Penelitian

Penelitian memakai tahapan-tahapan penelitian agar peneliti memperoleh hasil sesuai yang diinginkan, hasil yang valid dan maksimal tahapan tersebut yaitu :

3.7.1 Persiapan Penelitian

Pada tahap ini, langkah-langkah yang digunakan adalah sebagai berikut :

- a. Peneliti mengajukan judul penelitian kepada dosen pembimbing
- b. Konsultasi dengan dosen pembimbing
- c. Membuat list keluarga korban yang di tinggalkan akibat covid
- d. Meminta surat permohonan izin penelitian dari kampus

3.7.2 Pelaksanaan Penelitian

Pada tahap ini peneliti harus menyiapkan pertanyaan atau pernyataan untuk divalidasi. Setelah itu peneliti membuat pertanyaan yang mana semua pertanyaan berdasarkan dari aspek yang telah di turunkan menjadi indicator yang sudah valid. Dilanjut dengan membuat kuesioner dalam bentuk kertas cetak atau *google form*, dan di sebar kepada keluarga korban yang di tinggalkan akibat Covid-19.

3.7.3 Pengumpulan Data.

Pada tahap ini peneliti mengumpulkan data dengan memberikan kuesioner kepada subjek yang sesuai dengan kebutuhan dalam penelitian ini.

3.7.4 Analisis Data.

Pada tahap ini peneliti melakukan analisis dari data yang telah dikumpulkan sebelumnya. Data yang telah dikumpulkan tersebut, dianalisis menggunakan uji statistik korelasi *product moment* Pearson.

3.7.5 Interpretasi

Pada tahap ini peneliti menginterpretasi data yang dianalisis tersebut, maka dapat menjawab hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak.

3.7.6 Kesimpulan.

Pada tahap ini peneliti menentukan kesimpulan. Kesimpulan dalam penelitian ini berupa rangkuman hasil penelitian yang dapat diperoleh melalui tahap interpretasi data.