

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel Bebas : Dukungan Sosial Teman Sebaya

Variabel Tergantung : *Psychological Well-Being*

#### **3.2 Definisi Operasional**

##### **3.2.1 *Psychological Well Being***

*Psychological well-being* merupakan sebuah keadaan psikologis yang dimiliki individu dalam membuat suatu keputusan hidupnya secara mandiri, mempunyai penguasaan lingkungan yang efektif serta memiliki hubungan positif dengan individu lain. Individu pada dewasa awal akan melakukan penerimaan diri yang positif dan dapat mengembangkan potensi secara berkelanjutan seiring berjalannya waktu. *Psychological well-being* pada dewasa awal merupakan masa perubahan dari tahap remaja, yang mana di masa tersebut merupakan masa yang penuh emosi, ketergantungan dan perubahan nilai. Aspek *psychological well-being* meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri.

##### **3.2.3 Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Dukungan sosial teman sebaya adalah bentuk dukungan yang diberikan oleh teman sebaya berupa rasa kenyamanan secara fisik maupun psikis sehingga individu akan merasakan cinta, perhatian dan

penghargaan dalam kalangan sosialnya. Dukungan sosial melalui teman sebaya sebagai upaya penilaian individu pada dukungan positif yang diterima oleh teman dekatnya, yang mana memiliki tingkatan kematangan sesuai usia yang sama. Dengan begitu, maka individu akan dapat merasa dihargai dan dicintai serta diperhatikan. Karakteristik pada usia dewasa awal, individu mencoba peran sesuai dengan pola hidup yang diyakini dapat memenuhi kebutuhannya terutama dalam menerima dukungan yang positif dari hubungan sosialnya. Individu dewasa awal cenderung mengembangkan pola perilaku dan sikap serta nilai – nilai yang akan menjadi keunikan dalam hidupnya. Aspek dukungan sosial teman sebaya yaitu dukungan emosional atau penghargaan, instrumental, informasi dan jaringan sosial.

### **3.3 Subjek Penelitian**

Responden pada penelitian ini merupakan individu berusia dewasa awal yakni 19-26 tahun di Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan *snowball sampling*, teknik tersebut merupakan metode pengambilan sampel yang pada awalnya berjumlah kecil, kemudian sampel tersebut dipilih melalui rekan - rekannya untuk dijadikan sebuah sampel (Iswari, Saragi, Sirait & Putra, 2020). Individu pada masa dewasa awal merupakan karakteristik responden yang digunakan dalam penelitian ini, yakni dengan jumlah orang laki-laki dan perempuan baik mahasiswa maupun yang sudah bekerja.

### 3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengukuran pada penelitian ini menggunakan kuesioner. Peneliti akan memberikan beberapa daftar pernyataan yang kemudian dapat diisi oleh responden ataupun subjek pada penelitian ini melalui *google form*. Sugiyono (2018) menyebutkan bahwa kuesioner dapat dilakukan melalui internet. Selain itu, peneliti juga menggunakan pengukuran skala *likert* dengan 4 opsi jawaban diantaranya sangat tidak sesuai (sts), tidak sesuai (ts), sesuai (s) dan sangat sesuai (ss). Skala *likert* digunakan oleh peneliti dengan 4 pilihan berdasarkan pernyataan Anderson (Supratiknya, 2015) yang menyatakan bahwa menggunakan jawaban genap dapat memaksa subjek dapat memilih antara jawaban *favourable* maupun *unfavourable* sehingga subjek tidak dapat memberikan jawaban netral. Nemoto dan Beglar (Suasapha, 2020) menyatakan bahwa sebuah instrument pada dasarnya harus menghasilkan suatu jawaban tanpa perlu menjawab netral. Pernyataan yang terdapat pada kuesioner merupakan suatu pernyataan yang harus bisa dijawab oleh responden, terlebih apabila sebelumnya kuesioner tersebut telah melalui tahap uji coba.

#### 3.4.1 Skala *Psychological Well-Being*

Skala yang akan digunakan dalam *psychological well-being* adalah skala PWBS (*Psychological Well-Being Scale*) hasil adaptasi oleh Pertiwi (2016) kemudian dimodifikasi sesuai teori dari Ryff.

Aspek *psychological well-being* meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. Skor skala ini dari rentang 1 – 4 *unfavourable* sedangkan *favourable* rentang 4 -1.

Tabel 3. 1 Blueprint Skala *Psychological Well-Being*

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	F	UF	
Otonomi	1	17	1
Penguasaan Lingkungan	2, 21	8,15,18	5
Pertumbuhan Personal	3	4,12,19	1
Relasi Positif Dengan Orang Lain	13	5,9,20	3
Tujuan Hidup	6,16	3,10,14	5
Penerimaan diri	7	11	2
Jumlah Total			21

Reliabilitas pada skala *psychological well-being* tersebut sebesar 0,858 yang berarti alat ukur tersebut valid dan reliabel sesuai dengan rencana penelitian.

### 3.4.2 Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Skala yang akan digunakan dalam dukungan sosial teman sebaya adalah skala yang diukur oleh Indarti (2020) sesuai dengan aspek dari Sarafino dan Smith 2017. Kemudian skala tersebut dimodifikasi oleh peneliti. Aspek dukungan sosial teman sebaya yaitu dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informasi dan jaringan sosial. Skor pada skala ini dari rentang 1 - 4 *unfavourable* sedangkan *favourable* rentang 4 -1.

Tabel 3. 2 Blueprint Dukungan Sosial Teman Sebaya

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	F	UF	
Dukungan Emosional	1,7	3	3
Dukungan Penghargaan	2,21	6	3
Dukungan Instrumental	4,13,14,17,18	11	6
Dukungan Informasi	8,10,15	5	4
Dukungan Jaringan Sosial	9,12,16,20	19,22	6
Jumlah Total			22

Reliabilitas pada skala dukungan sosial teman sebaya tersebut sebesar 0,929 yang berarti alat ukur tersebut valid dan reliabel sesuai dengan rencana penelitian.

### 3.5 Metode Analisis Data

Metode analisis data pada penelitian ini meliputi uji asumsi dan uji hipotesis. Sebelum melakukan uji hipotesis, maka dilakukan uji asumsi terlebih dahulu oleh peneliti. Uji asumsi sebagai berikut :

#### 3.5.1 Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan teknik uji suatu model regresi, variabel pengganggu maupun variabel lain yang terlibat serta memiliki distribusi secara normal. Peneliti akan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk mengetahui data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Jika data mempunyai nilai  $\text{Sig} > 0,05$  maka data terdistribusi normal. Namun, jika nilai  $\text{sig} < 0,05$  menunjukkan data tidak terdistribusi normal. (Azwar, 2019)

### 3.5.2 Uji Linieritas

Uji linieritas memiliki tujuan untuk melihat dua variabel tersebut mempunyai korelasi secara linier atau tidak. Menurut Azwar (2019) menyatakan jika  $Sig > 0,05$  maka kedua variabel memiliki hubungan secara linier. Namun jika nilai  $sig < 0,05$  maka kedua variabel tersebut tidak mempunyai hubungan secara linier.

### 3.5.3 Uji Hipotesis

Uji ini bertujuan untuk melihat hubungan antar kedua variabel. Dalam penelitian ini, uji yang digunakan adalah *Rank Spearman*.

### **3.6 Kredibilitas**

#### **3.6.1 Validitas**

Azwar (2019) menyatakan bahwa validitas adalah sejauh mana alat ukur dapat mewujudkan data akurat sesuai dengan tujuannya. Kemudian peneliti menggunakan uji validitas berupa Aikens' V, dimana menurut Azwar (Kurniawati, 2021) validitas isi Aikens's V digunakan untuk dapat mengetahui sejauhmana aitem dapat mewakili konstruk yang akan diukur, yakni dengan penilaian berupa angka 1 sampai dengan 5. Aitem dapat dikatakan valid jika memiliki estimasi validitas mendekati 1,00, semakin tinggi validitas Aiken's V maka semakin baik.

#### **3.6.2 Reliabilitas**

Menurut Azwar (2019) menyebutkan bahwa reliabilitas pada dasarnya berpedoman pada konsistensi dari hasil yang didapatkan oleh alat ukur yang mengacu pada kecermatan pengukuran. *Cronbach's alpha* digunakan untuk uji reliabilitas dengan koefisien  $< 0,7$  atau  $> 0,7$ .

### **3.7 Rancangan Penelitian**

#### **3.7.1 Desain Penelitian**

Desain penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif sesuai dengan tujuan peneliti yakni untuk menguji sebuah hipotesis yang sudah ditentukan. Menurut Sugiyono (2018) metode kuantitatif

merupakan sebuah metode yang bentuk datanya berupa angka-angka (numerik), yang berawal dari pengumpulan data hingga hasil dari pengolahan datanya. Penelitian kuantitatif ini juga menggunakan pendekatan korelasional. Tujuan penelitian dengan menggunakan pendekatan korelasional adalah untuk memastikan ada atau tidaknya hubungan antara dua atau lebih variabel yang perlu diukur (Damayanti, Yuliejantiningasih & Maulia, 2021).

### **3.7.2 Prosedur Penelitian**

Berikut beberapa tahapan yang akan dilakukan oleh peneliti.

Tahapan tersebut antara lain:

#### **a. Persiapan penelitian.**

Langkah awal, peneliti terlebih dahulu melakukan identifikasi masalah yang selanjutnya akan dikaji kepustakaan. Kemudian dilanjutkan dengan menetapkan subjek penelitian dan mempersiapkan instrument yang akan digunakan oleh peneliti. Persiapan selanjutnya adalah perizinan penelitian. Langkah berikutnya adalah proses penyusunan proposal skripsi, peneliti mulai mempersiapkan BAB I hingga BAB III kemudian menyelesaikan dengan menyusun kuesioner yang akan digunakan untuk mengumpulkan informasi data. Setelah itu maka dilakukan presentasi proposal untuk dilakukan pengoreksian.

### **b. Pengambilan Data**

Tahap selanjutnya jika proposal sudah disetujui, peneliti akan melakukan penyebaran kuesioner untuk proses pengambilan data yang sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji tersebut memastikan bahwa alat ukur yang digunakan substansial (Valid) dan dapat diandalkan. Survei kuesioner diedarkan oleh peneliti melalui media online, seperti *WhatsApp*, Instagram, dan Twitter. Karakteristik subjek yang dapat mengisi merupakan individu yang berusia pada rentang usia 19-26 tahun, baik yang sudah bekerja maupun mahasiswa. Setelah data yang diperoleh sesuai target dari penelitian, selanjutnya dilakukan analisis data melalui aplikasi SPSS 26.0 for windows..

### **c. Tahap Pelaporan dan Pengolahan Data**

Tahap ini, peneliti yang sudah melakukan pengambilan data dan menganalisa data penelitian tersebut maka langkah selanjutnya adalah pengolahan data. Peneliti akan mengolah data secara statistik menggunakan SPSS 26.0 Selanjutnya membuat atau menyusun pembahasan sesuai dengan hasil analisis data dalam bentuk deskripsi. Kemudian setelah hasil dan pembahasan selesai, peneliti melanjutkan untuk membuat kesimpulan serta saran penelitian.