

BAB III

METODE PENELITIAN

D. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini yang digunakan terdiri dari :

1. Variabel Tergantung (Y) : Kesejahteraan Psikologis
2. Variabel Bebas (X) : Kebahagiaan

E. Definisi Operasional

1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah keadaan di mana seseorang mencapai potensi psikologis optimal, ditandai dengan penerimaan diri, tujuan hidup yang jelas, serta hubungan positif dengan orang lain. Individu dalam kondisi ini memiliki kemandirian, bisa mengatur lingkungan untuk mencapai tujuan, dan terus berkembang secara pribadi. Menurut Ryff (2013) terdapat 6 dimensi Kesejahteraan psikologis mencakup otonomi, penguasaan lingkungan, pengembangan diri, hubungan positif, serta tujuan hidup dan penerimaan diri.

2. Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah kondisi di mana individu mengalami emosi positif, seperti rasa senang, puas, dan damai, yang dihasilkan dari kegiatan atau aktivitas yang disukai dan memberikan kepuasan bagi individu tersebut. Menurut Seligman (2002), kebahagiaan terdiri dari tiga aspek: hidup yang menyenangkan, hidup yang bermakna, dan keterlibatan diri.

F. Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan orang tua tunggal sebagai subjek. Teknik pengumpulan data menggunakan *purposive sampling*, yaitu peneliti memilih subjek berdasarkan kriteria tertentu yang relevan sesuai dengan tujuan penelitian :

1. Orang tua tunggal (*single parent*)
2. Laki-laki dan perempuan

G. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data kuantitatif untuk mengukur kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis responden. Data dikumpulkan melalui skala yang dibagikan lewat *google form*, di mana responden akan menjawab serangkaian pertanyaan. Penelitian ini menggunakan skala likert. Menurut Azwar (2022), skala likert adalah metode pengukuran untuk menilai pandangan atau opini seseorang dengan lima pilihan jawaban: Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

Tabel 2.1 Penilaian Kuesioner

Kategori	Skor <i>Favorable</i> (F)	Skor <i>Unfavorable</i> (UF)
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Penelitian ini menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang didasarkan pada aspek-aspek yang diungkapkan oleh Ryff (1998), yaitu penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala ini kemudian dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan skala yang dikembangkan oleh Razanah dan Savira (2023). Modifikasi digunakan pada penelitian ini berupa penyesuaian item pernyataan dan modifikasi pilihan jawaban netral digunakan. Jumlah item *favorable* 25 dan 11 item *unfavorable* sehingga jumlah item pada skala ini yakni 36 item.

Tabel 2.2 *Blueprint* Skala *Psychological Well Being*

Aspek	Butir Favorable		Butir Unfavorable	
	Nomor Item	Jumlah	Nomor Item	Jumlah
Penerimaan Diri	1,2,3,4		26,27	
Hubungan Positif Dengan Orang Lain	5,6,7,8,9		28	
Penguasaan Terhadap Lingkungan	10,11,12,13		29,30	
Otonomi	14,15,15,17		31,32	
Tujuan Hidup	18,19,20,21		33,34	
Pertumbuhan Pribadi	22,23,24,25		35,36	
Total		25		11

2. Skala kebahagiaan

Skala kebahagiaan pada penelitian ini menggunakan aspek dari Seligman (2002) yaitu, kehidupan yang menyenangkan (*pleasant life*), kehidupan yang bermakna (*meaningful life*), keterlibatan diri (*engaged life*). Kemudian peneliti melakukan modifikasi skala yang terbuat oleh Sabila, Rahmadhani, Rosellawati, Rahmadhani dan Latifah (2023). Modifikasi digunakan pada penelitian ini berupa penyesuaian item pernyataan dan modifikasi pilihan jawaban netral digunakan. Jumlah item favorable 14 dan 14 item unfavorable sehingga jumlah item pada skala ini yakni 28 item.

Tabel 2.3 *Blueprint* Kebahagiaan

Aspek	Butir Favorable	Jumlah	Butir Unfavorable	Jumlah
Kehidupan yang menyenangkan	2		2	
Kehidupan yang bermakna	2		2	
Keterlibatan diri	2		2	
Total		14		14

H. Metode Analisis Data

Proses pengolahan data terdiri dari dua langkah, yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Sebelum menguji hipotesis, langkah pertama adalah melakukan beberapa uji asumsi berikut :

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah data yang ada memiliki distribusi normal atau tidak. Data dianggap normal jika nilai signifikansinya lebih dari 0,05 (Sugiyono, 2019). Jika nilai sig lebih dari 0,05, data memenuhi syarat normalitas dan bisa dianalisis dengan metode statistik parametrik. Namun, jika nilai sig kurang dari 0,05, data dianggap tidak normal, sehingga analisis perlu menggunakan metode statistik *non-parametrik* yang lebih sesuai.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara kedua variabel berjalan secara lurus atau searah. Hubungan linear ini penting karena membantu memastikan bahwa analisis data dapat dilakukan dengan cara yang tepat dan valid. Uji ini dapat dilakukan menggunakan SPSS 26. Jika nilai p atau signifikansi deviasi dari linearitas lebih dari 0,05, maka variabel dianggap memiliki hubungan linear. Sebaliknya, jika nilai tersebut kurang dari 0,05, hubungan dianggap tidak linear (Raharjo, 2013)

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis. Dalam penelitian ini, uji yang digunakan adalah korelasi Pearson. Uji ini dianggap valid jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05. Jika uji asumsi tidak terpenuhi, peneliti akan menggunakan analisis *Spearman's Rank* untuk menguji hipotesis (Sudrajat, 2020).

I. Kredibilitas

1. Uji Validitas

Validitas dalam penelitian ini akan diuji dengan metode validitas isi untuk memastikan bahwa kuesioner yang digunakan sesuai dan dapat dipercaya. Validitas bertujuan untuk memastikan bahwa alat ukur yang dipakai benar-benar mengukur apa yang dimaksud, sehingga data yang diperoleh akurat dan sesuai dengan tujuan pengukuran. Pengukuran validitas dilakukan menggunakan Aiken's-V. Sebuah item dianggap valid jika nilai mendekati 1,00, dan semakin tinggi nilai tersebut, semakin baik validitasnya (Azwar, 2021). Koefisien validitas Aiken's-V dihitung dengan memberikan penilaian angka antara 1 (tidak relevan) hingga 5 (sangat relevan). Berikut merupakan rumus dari *Aiken's-V*: $V = \sum s / [n(c-1)]$

Keterangan :

s : r-lo

lo : nilai dengan tingkat validitas rendah

c : nilai dengan tingkat validitas paling tinggi

r : nilai yang akan diberikan oleh pakar atau ahli

n : jumlah pakar dan ahli yang memberikan nilai

2. Uji Reliabilitas

Alat ukur dianggap reliabel jika memberikan hasil yang konsisten pada setiap penggunaan pada orang yang sama atau jika hasilnya sama

ketika diujikan berulang kali. Nilai Alpha Cronbach yang baik biasanya berada di kisaran antara 0,7 hingga 1,0. Jika nilainya dibawah 0,7, maka dugaan bisa jadi alat ukurnya yang kurang baik dan tidak bisa digunakan dalam penelitian. Jadi, reliabilitas dalam penelitian menjadi tinggi jika nilaianya tinggi (Azwar, 2022).

J. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk menguji hubungan antara dua variabel: kebahagiaan sebagai penyebab (variabel independen) dan kesejahteraan psikologis sebagai akibatnya (variabel dependen). Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS Statistic Version 26 (Azwar, 2021).

2. Prosedur Penelitian

a. Tahap Awal

Tahap persiapan dimulai dengan memilih topik yang akan diteliti., diikuti dengan pencarian dan pembacaan literatur yang relevan mengenai variabel yang akan diteliti. Peneliti melakukan kajian teoritis terlebih dahulu dengan memeriksa jurnal dan buku untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang topik tersebut. Setelah itu melakukan bimbinganke dosen pembimbing skripsi secara rutin untuk penyusunan bab 1 sampai dengan bab 3, sekaligus Menyusun skala untuk digunakan dalam pengambilan data .

Setelah proposal skripsi selesai disusun dan mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing skripsi, langkah selanjutnya ialah mengikuti sidang proposal skripsi. Setelah itu, peneliti memverifikasi kembali kuisisioner yang akan digunakan dan jumlah partisipan yang akan ikut serta dalam penelitian.

b. Tahap Pelaksanaan

Peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan skala, yaitu metode pengumpulan data yang melibatkan pernyataan untuk menggambarkan atribut tertentu berdasarkan respon dari responden. Skala yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya, sehingga kuisisioner yang disebarkan dapat dipastikan valid dan reliabel. Kuisisioner disebarkan melalui *google form*. Kriteria subjek yang mengisi kuisisioner adalah orang tua tunggal, baik laki-laki maupun perempuan. Setelah data terkumpul, langkah berikutnya adalah melakukan analisis menggunakan SPSS 26.

c. Tahap Akhir dan Evaluasi

Pada tahap akhir, peneliti telah mengumpulkan data dan menganalisisnya. Analisis mencakup uji normalitas untuk menilai distribusi data, uji linearitas untuk memeriksa hubungan linear antar variabel, serta pengujian hipotesis untuk mengetahui kebenaran uji asumsi yang diajukan dalam penelitian variabel, serta pengujian hipotesis untuk menguji kebenaran asumsi yang diajukan dalam penelitian.