

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel yang menjadi fokus pada pengujian hipotesis, yaitu:

1. Variabel Tergantung : Resiliensi
2. Variabel Bebas : Efikasi Diri

B. Definisi Operasional

1. Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan wanita yang belum menikah untuk mengatasi permasalahan serta beradaptasi dalam situasi sulit sehingga mampu bangkit kembali menghadapi tantangan baru dalam kehidupan. Penelitian ini memakai aspek dari Connor dan Davidson (2003), yaitu kontrol diri, kompetensi personal, standar tinggi, dan keuletan yang dimiliki individu; keyakinan terhadap insting, toleran terhadap hal negatif, dan fokus pada dampak dari stress; pengaruh spiritualitas; dan penerimaan yang positif dan memiliki hubungan yang aman.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan kepercayaan yang dimiliki oleh wanita yang belum menikah terhadap kemampuannya saat bertindak ketika

dihadapkan keadaan yang penuh tekanan. Aspek yang digunakan dalam penelitian ini merupakan aspek dari Bandura (1997), yaitu kekuatan (*strength*), tingkat (*level*) dan generalisasi (*generality*).

C. Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini merupakan wanita dewasa yang belum menikah. Penelitian ini menerapkan teknik *purposive sampling* dalam pemilihan sampel penelitian. Pendekatan sampel *purposive* adalah metode pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu dalam penentuan sampel (Sugiyono, 2017). Berdasarkan hal tersebut, diterapkan kriteria subjek sebagai berikut:

1. Wanita dengan rentang usia 20-30 tahun
2. Belum pernah menikah
3. Tengah mengalami gejala *quarter life crisis*, meliputi bimbang dalam mengambil keputusan, merasa putus asa, penilaian diri negatif, terjebak dalam situasi sulit, merasa cemas, merasa tertekan, dan khawatir terhadap hubungan interpersonal dengan orang lain

D. Metode Pengumpulan Data

Prosedur yang dilaksanakan guna memperoleh data pada penelitian, memanfaatkan alat ukur untuk menghimpun data penelitian. Skala pengukuran digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2017), skala pengukuran merupakan acuan yang telah disepakati

dalam sebuah alat ukur. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini berupa skala resiliensi peneliti Prawita dan Heryadi (2023) yang merupakan adaptasi alat ukur CD-RISC 25 sedangkan untuk alat ukur efikasi diri menggunakan alat ukur yang peneliti modifikasi dari skala yang dikembangkan oleh Amalia (2021) berdasarkan acuan teori dari Bandura (1997).

1. Skala Resiliensi

Skala resiliensi pada penelitian ini memanfaatkan skala yang diadaptasi oleh Prawita dan Heryadi (2023) berdasarkan alat ukur CD-RISC 25. Skala ini mengukur lima aspek berdasarkan aspek dari Connor dan Davidson (2003) yaitu kontrol diri; pengaruh spiritualitas; keyakinan terhadap insting, toleran terhadap hal negatif, dan fokus pada dampak dari stress; penerimaan yang positif dan memiliki hubungan yang aman; dan kompetensi personal, standar tinggi, dan keuletan yang dimiliki individu. Pilihan jawaban dari skala ini yaitu “sangat sering, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak benar sama sekali”. Skala resiliensi ini terdiri dari 25 aitem pernyataan *favourable*. Pada penilaian aitem, respon jawaban “sangat sering” diberikan skor 5, “sering” diberi skor 4, pada jawaban “kadang-kadang” diberi skor 3, “jarang” diberikan skor 2, sedangkan “tidak benar sama sekali” diberi skor 1.

Tabel 3.1 *Blue Print* Skala Resiliensi Sebelum Uji Coba

Aspek	Sebaran Aitem	Jumlah
Kompetensi personal, standar tinggi, dan keuletan yang dimiliki individu	10, 11, 12, 16, 17, 23, 24, 25	8
Keyakinan terhadap insting, toleran terhadap hal negatif, dan fokus pada dampak dari stress	6, 7, 14, 15, 18, 19, 20	7
Penerimaan yang positif dan memiliki hubungan yang aman	1, 2, 4, 5, 8	5
Kontrol diri	13, 21, 22	3
Pengaruh Spiritualitas	3, 9	2
Total		25

2. Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri yang diterapkan dalam penelitian ini merupakan versi modifikasi alat ukur yang dirancang oleh Amalia (2021). Bentuk modifikasinya adalah mengganti pilihan jawaban yang awalnya menggunakan pilihan “sangat tidak setuju, tidak setuju, ragu-ragu, setuju, dan sangat setuju” menjadi pilihan “sangat sesuai”, “sesuai”, “netral”, “tidak sesuai” dan “sangat tidak sesuai”, karena pilihan “sesuai-tidak sesuai” lebih menunjukkan gambaran mengenai keadaan diri subjek atau gambaran mengenai perilakunya (Azwar, 2021).

Skala ini mengukur aspek tingkat (*level*), generalisasi (*generality*), dan kekuatan (*strength*). Kemudian skala efikasi diri ini terdiri dari 32 aitem yang meliputi 22 aitem pernyataan *favourable* dan 10 aitem pernyataan *unfavourable*. Pada penilaian aitem *favourable* respon jawaban “sangat tidak sesuai” diberi skor 1, “tidak sesuai” diberi skor 2, “netral” diberi skor 3, “sesuai” diberi skor 4, dan “sangat sesuai” diberi skor 5. Sedangkan pada penilaian aitem *unfavourable* respon jawaban sangat tidak sesuai diberi skor 5, pada jawaban tidak sesuai diberi skor 4,

3 skor diberikan pada jawaban netral, sesuai diberikan skor 2, dan sangat sesuai diberi skor 1.

Tabel 3.2 *Blue Print* Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable	Total
Tingkat (Level)	Memiliki keyakinan dan usaha untuk menyelesaikan masalah	1, 9, 27	17	4
	Mencoba tingkah laku yang dirasa mampu dilakukan	2, 10, 18	32	4
	Menetapkan dan memperkuat komitmen terhadap tujuan yang akan dicapai	3, 11, 28	19	4
Kekuatan (Strength)	Merasa optimis bahwa usaha yang dilakukan dapat mencapai tujuan	4, 12, 20	29	4
	Menjadikan pengalaman masa lalu sebagai acuan untuk bertindak	5, 13	21, 26	4
	Merasa yakin dengan kemampuan dalam menghadapi segala situasi	6, 14, 32	22	4
Generalisasi (Generality)	Sikap dalam menghadapi segala situasi	7, 15	23, 25	4
	Mampu menilai keyakinan dirinya dalam menyelesaikan masalah	8, 16, 24	30	4
Total				32

E. Metode Analisis Data

Setelah semua sumber data terkumpul, selanjutnya analisis data dapat dilakukan (Sugiyono, 2017). Data yang didapat kemudian dianalisis menggunakan aplikasi SPSS *for windows* versi 22.

1. Uji Asumsi

Menurut Sugiyono (2017) penerapan metode analisis statistik parametrik atau non parametrik ditentukan dengan melakukan uji asumsi. Untuk mengetahui hal tersebut, maka terlebih dahulu dilakukan pengujian normalitas dan uji linearitas.

a) Uji Normalitas

Pada penelitian ini, uji normalitas dilaksanakan guna memastikan data yang didapat terdistribusi secara normal atau tidak, karena statistika parametrik bekerja apabila data yang didapatkan berdistribusi normal (Sugiyono, 2017). Pengujian normalitas dilakukan dengan memanfaatkan metode tes *Kolmogrov-Smirnov* pada program SPSS 22 *for windows*. Kriteria data yang dikatakan berdistribusi normal, jika signifikannya berada di atas 0,05. Sedangkan data dengan nilai signifikan kurang dari 0,05 maka tidak terdistribusi normal (Sinambela dan Sinambela, 2021).

b) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel yang diteliti berhubungan secara linear atau tidak (Sinambela & Sinambela, 2021). Hubungan linear terhadap dua variabel diperoleh pada nilai *deviation from linearity* dengan kriteria nilai sig. melebihi 0,05 sehingga terdapat hubungan yang linear. Namun jika nilai dari signifikansi, dibawah 0,05 berarti tidak ditemukan hubungan linear antar variabel.

2. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji asumsi pada variabel efikasi diri dan resiliensi, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis. Dalam pengujian hipotesis, metode statistik berupa korelasi *Pearson Product Moment* dimanfaatkan dalam mengidentifikasi hubungan antara variabel efikasi diri (X) dan

variabel resiliensi (Y). Namun, jika data tidak berdistribusi normal, pengujian perlu dilakukan dengan analisis non-parametrik, yaitu dengan metode statistik korelasi *rank spearman*. Menurut Sugiyono (2017) *spearman rank* berfungsi ketika mengidentifikasi hubungan atau menguji hipotesis asosiatif secara signifikan. Hipotesis diterima apabila nilai probabilitas p kurang dari 0,05. Namun, tidak akan diterima bila nilai probabilitas $p > 0,05$ (Azwar, 2017).

F. Kredibilitas Penelitian

1. Validitas

Menurut Azwar (2017) validitas adalah ketepatan instrumen pengukuran terhadap variabel yang diukur. Peneliti menggunakan validitas isi Aiken's V untuk membuktikan sejauh mana alat ukur mewakili konstruk yang diukur sesuai dengan tujuan yang akan dicapai. Suatu aitem dianggap valid jika memiliki estimasi validitas mendekati 1,00, jika nilai validitas Aiken's V semakin tinggi maka lebih baik. Validitas isi dilakukan melalui pengujian terhadap kelayakan isi tes oleh penilaian ahli (*expert judgement*).

Prosedur *judgement* dilakukan oleh para ahli melalui pemberian skor dari 1 (sangat tidak sesuai) hingga 5 (sangat sesuai). Setelah penilaian selesai maka data kemudian ditabulasi dengan validitas Aiken's V . Nilai V yang diperoleh berkisar antara 0 hingga 1,00. Setiap nilai V yang melebihi

0,05 menunjukkan validitas isi yang baik (Azwar, 2017). Rumus dari statistik Aiken's V yaitu:

$$V = \frac{\sum S}{n(C - 1)}$$

Dengan keterangan :

$\sum S = r - l_o$

l_o = nilai penilaian validitas terendah

c = nilai penilaian validitas tertinggi

r = nilai yang diberikan oleh seorang ahli

2. Reliabilitas

Reliabilitas diartikan sebagai konsistensi sebuah hasil pengukuran dimana atribut yang diukur tidak mengalami perubahan dan tetap stabil dari waktu ke waktu meskipun dilakukan pengukuran berulang-ulang kali (Azwar, 2021). Koefisien reliabilitas berada pada rentang angka 0,00 sampai 1,00. Reliabilitas skala untuk penelitian yang peneliti laksanakan akan ditentukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach*. Koefisien reliabilitas dapat dianggap memuaskan jika berada pada rentang 0,80 hingga 0,90. Koefisien reliabilitas diatas 0,60 maka dikatakan alat ukur tersebut reliabel (Azwar, 2021).

3. Seleksi Aitem

Menurut Azwar (2021) proses pemilihan aitem dilihat berdasarkan korelasi aitem total, dengan kriteria koefisien korelasi sebesar 0,30. Aitem yang memiliki koefisien korelasi minimal 0,30 dianggap memiliki daya beda yang memuaskan. Sebaliknya, jika koefisien korelasi suatu aitem

kurang dari 0,30, daya bedanya dianggap rendah. Namun, apabila jumlah aitem yang memenuhi kriteria tidak mencukupi, batas kriterianya dapat diturunkan sedikit menjadi 0,25 agar jumlah aitem yang dibutuhkan terpenuhi (Azwar, 2021).

G. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif guna mengumpulkan data. Menurut Sugiyono (2017) pendekatan kuantitatif dapat dimaknai sebagai metode penelitian yang melibatkan penggunaan instrumen untuk meneliti sampel atau populasi spesifik serta dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Desain korelasional diaplikasikan untuk mengetahui arah hubungan serta kekuatan yang dimiliki antar variabel dengan melihat sejauh mana hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya yang dapat dilihat dari koefisien korelasi (Azwar, 2017). Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ditemukan adanya keterkaitan antara efikasi diri dengan resiliensi pada wanita yang belum menikah di fase *quarter life crisis*.

2. Prosedur Penelitian

a) Tahap Persiapan

Penyusunan proposal penelitian adalah langkah awal yang diambil peneliti pada tahapan ini. Penyusunan dilakukan secara

bertahap dimulai dengan perumusan masalah, kerangka teori yang mendasari, serta mengumpulkan beberapa informasi terkait subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria melalui beberapa jurnal, artikel, laporan penelitian maupun beberapa sumber informasi yang dapat diakses. Selain itu, peneliti juga melaksanakan bimbingan dengan dosen pembimbing untuk memperoleh saran perbaikan.

b) Tahap Pelaksanaan

Peneliti menguji validitas dan reliabilitas instrumen pengukuran yang akan digunakan. Validitas diuji menggunakan prosedur *judgement* oleh para ahli melalui pemberian *rating* antara 1 (yaitu sangat tidak sesuai) hingga 5 (yaitu sangat sesuai). Data yang didapatkan dari penelitian para ahli ditabulasi dengan validitas Aiken's V. Setelah itu pengujian reliabilitas dilakukan dengan melakukan uji coba alat ukur pada responden setelah mendapatkan persetujuan para ahli. Data yang didapat dianalisis dengan *Alpha Cronbach* pada aplikasi SPSS *for windows* versi 22. Kemudian dilakukan seleksi aitem pada aitem yang nilai koefisien korelasinya kurang dari 0,30. Setelah dinyatakan valid dan reliabel maka alat ukur dapat disebarkan.

Penyebaran alat ukur dilakukan melalui *google form* untuk mendapatkan data penelitian yang mana sebelumnya partisipan akan diminta untuk memberikan persetujuan melalui *informed consent* yang disediakan. Setelah seluruh data terkumpul dilanjutkan dengan

pengolahan data yang diawali dengan uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Selanjutnya dilakukan analisis korelasi *product moment*. Proses analisis data dilakukan melalui aplikasi SPSS *for windows* versi 22. Data yang didapat dari analisis tersebut merupakan hasil dari penelitian ini.

c) Tahap Evaluasi

Pada tahap ini, peneliti meneruskan penulisan laporan, mencakup bab 4 sampai bab 5. Penyusunan dilakukan secara bertahap pula, dengan dibimbing oleh dosen pembimbing. Selanjutnya dilakukan evaluasi terkait dengan hasil penelitian yang diperoleh. Kemudian hasil tersebut disimpulkan serta diberi saran atas penelitian yang telah dilaksanakan.