

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel

1. Variabel bebas (X) : Dukungan Sosial
2. Variabel terikat (Y) : Kesejahteraan Psikologis

3.2 Definisi Operasional Variabel

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial (*social support*) merupakan suatu bentuk bantuan dalam bentuk materi, emosi dan informasi dari orang terdekat, seperti keluarga, teman, dan saudara. Dukungan sosial diukur dengan menggunakan skala dukungan sosial yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek - aspek dukungan sosial menurut House (Andarini & Fatma, 2013) yaitu aspek dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

2. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis merupakan suatu kondisi dimana individu mampu menerima keadaan dirinya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu mengontrol lingkungan, memiliki kemandirian, memiliki tujuan hidup dan mampu mengembangkan bakat serta kemampuan untuk perkembangan pribadi. Kesejahteraan psikologis diukur dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek – aspek kesejahteraan psikologis menurut

Ryff (Galuh & Utami, 2007) yaitu aspek penerimaan diri, hubungan yang positif, otonomi dalam kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pengembangan potensi.

3.3 Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN Colomadu Karanganyar berjumlah 250 siswa

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 133 siswa kelas XI SMAN Colomadu Karanganyar

3. Teknik Pengambilan Sampel

Simple random sampling adalah pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2010).

Try out terpakai adalah proses penelitian yang menggunakan sampel sama dengan sampel dalam uji validitas dan reliabilitasnya (Setiadi, dkk, 1998). Alasan penggunaan try out terpakai yaitu karena keterbatasan waktu. Menurut Hadi (2000) bahwa dalam try out terpakai hasil uji coba langsung digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan tentu saja hanya data dari butir-butir yang sah saja yang dianalisis. Cara pengambilan data hanya sekali.

3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan penelitian kuantitatif. Untuk mendapatkan data dalam penelitian ini maka alat pengumpulan data atau alat ukur yang di gunakan berupa skala *Likert*. Yang terdiri dari skala dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Skala dukungan sosial mengacu pada teori House (Andarini & Fatma, 2013) dengan aspek : a. dukungan emosional, b. dukungan penghargaan, c. dukungan instrumental, d. dukungan informatif. Terdiri dari 26 item *favourable* dan 24 item *unfavourable*. Skala kesejahteraan psikologis mengacu pada teori Ryf (Galuh & Utami, 2007) dengan aspek : a. penerimaan diri, b. hubungan yang positif dengan orang lain, c. otonomi, d. penguasaan lingkungan, e. tujuan hidup, f. pertumbuhan pribadi. Terdiri dari 27 item *favourable* dan 21 item *unfavourable*.

Skala dukungan sosial mengacu pada teori House (Andarini & Fatma, 2013) dengan aspek : a. dukungan emosional, b. dukungan penghargaan, c. dukungan instrumental, d. dukungan informatif

Tabel 3.1*Blue Print* Skala Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Item		Jumlah	Bobot
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>		
1. Dukungan emosional	a. Menerima perhatian	1, 5,7,8	2,3,6,10	17	34 %
	b. Merasakan adanya kepedulian	4, 9	11, 13, 16		
	c. Mendapatkan ungkapan empati	12, 15	14, 17		
2. Dukungan penghargaan	a. Mendapatkan penghargaan	18,21	20,23	8	16 %
	b. Menerima penilaian positif	19, 22	24, 27		
3. Dukungan instrumental	a. Adanya bantuan langsung	26, 29,31	28, 34,37	10	20 %
	b. Mendapatkan pelayanan	25, 30	32, 35		
4. Dukungan informatif	a. Nasehat	33, 38,42	39,40	15	30 %
	b. Saran	36, 41, 43	44, 46		
	c. Umpan balik	45, 48,50	47, 49		
Total				50	100%

Skala kesejahteraan psikologis mengacu pada teori Ryf (Galuh & Utami,2007) dengan aspek : a. penerimaan diri, b. hubungan yang positif dengan orang lain, c. otonomi, d. penguasaan lingkungan, e. tujuan hidup, f. pertumbuhan pribadi.

Tabel 3.2

Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis

Aspek	Indikator	Item		Jumlah	Bobot
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1. Penerimaan diri	a. Memiliki pandangan positif tentang dirinya	1, 3 4	5,7 8	9	18,75 %
	b. Mengakui dan menerima aspek diri termasuk hal baik dan buruk dalam hidup	2,9	6		
	c. Memandang positif masa lalu				
2. Hubungan positif	a. Adanya sikap percaya terhadap orang lain	10,14 13	12 15	7	14,58 %
	b. Memiliki sikap empati dan keakraban dengan orang lain	17	11		
	c. Memahami arti menerima dalam hubungan dengan orang lain				
3. Otonomi	a. Mampu mengatur perilakunya sendiri	16,19 21 23	18 20 25	10	20,83 %

	<ul style="list-style-type: none"> b. Mandiri c. Mampu mengontrol tekanan sosial yang diterima d. Mampu mengevaluasi diri 	27, 29	30		
4. Penguasaan lingkungan	<ul style="list-style-type: none"> a. Mampu mengelola lingkungan b. Mampu memanfaatkan segala kemungkinan yang ada c. Mampu menciptakan keadaan yang cocok bagi kebutuhan 	22, 28 24 32,35	26 31, 33 37	9	18,75 %
5. Tujuan hidup	<ul style="list-style-type: none"> a. Memiliki tujuan hidup yang terarah b. Memiliki tujuan dan sasaran untuk hidup 	34, 36 40	38 41, 45	6	12,50 %
6. Pertumbuhan pribadi	<ul style="list-style-type: none"> a. Adanya keinginan untuk berkembang b. Terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru c. Merubah sikap dengan berpikir dari pengalaman 	39, 42 43 47	44 46 48	7	14,58 %
Total				48	99,99 %

3.5 Uji Validitas

Validitas adalah tingkat kemampuan instrumen dalam mengukur atribut yang seharusnya diukur (Azwar, 2003). Indeks daya diskriminasi aitem merupakan indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem total. Uji validitas didasarkan pada validitas isi, yakni telaah dan revisi butir pernyataan berdasarkan pendapat profesional (*professional judgement*), yaitu pembimbing. Langkah selanjutnya adalah mencari korelasi antara tiap-tiap skor aitem dengan skor total aitemnya yang disebut dengan model uji validitas internal (Suryabrata, 2004). Uji validitas internal dalam penelitian ini menggunakan teknik *Bivariate Pearson* atau sering disebut sebagai korelasi *Product Moment Pearson*, yaitu dengan cara mengkorelasikan masing-masing skor aitem dengan skor total (Priyatno, 2009). Batasan mengenai besarnya nilai daya diskriminasi yakni apabila nilai indeks diskriminasi kurang dari 0,3 aitem dinyatakan gugur, sedangkan lebih dari 0,3 aitem dinyatakan valid (Priyatno, 2009).

3.6 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk menguji tingkat kestabilan hasil suatu pengukuran. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Batasan mengenai besarnya nilai koefisien reliabilitas yakni apabila nilai koefisien reliabilitas

kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima, dan di atas 0,8 adalah baik (Priyatno, 2009). Penelitian ini menggunakan batasan reliabilitas menurut Arikunto (2007) bahwa reliabilitas suatu skala dikatakan baik jika memiliki nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,6$. Penentuan kriteria indeks reliabilitas sebagai berikut:

3.6 Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dianalisis menggunakan analisis korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS versi 23.0 *for windows*. Hasil analisis tersebut akan digunakan untuk mengetahui korelasi antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.