

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel tergantung : Kesejahteraan Psikologis (Y)

Variabel bebas : Kebersyukuran (X)

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kesejahteraan Psikologis

Psychological well being (kesejahteraan psikologis) merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang dalam penerimaan diri sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna. Variabel kesejahteraan psikologis akan diungkap dengan skala kesejahteraan psikologis yang berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis.

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran adalah suatu bentuk perasaan dan apresiasi yang diungkapkan seseorang dalam rasa terimakasih atas segala kebaikan yang diterima dari Tuhan dan sesama di seluruh perjalanan hidup. Variabel kebersyukuran akan diungkap dengan skala kebersyukuran yang berdasarkan aspek-aspek kebersyukuran.

C. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah fisioterapis, sedangkan sampel dalam penelitian ini yaitu fisioterapi di kota Surakarta sebanyak 78 orang.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* ini

karena sesuai untuk penelitian kuantitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi (Sugiyono, 2016). Ditentukan sampel pada penelitian ini adalah fisioterapis yang telah bekerja minimal selama 2 tahun.

D. Teknik Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah berupa skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini meliputi skala kebersyukuran dan skala kesejahteraan psikologis.

Menurut Sugiyono (2017), skala pengukuran adalah kesepakatan yang digunakan sebagai pedoman untuk menentukan panjang pendeknya interval dalam alat ukur, sehingga apabila digunakan dalam pengukuran alat ukur akan menghasilkan data kuantitatif. Penelitian ini, teknik yang digunakan untuk mengukur skor merupakan skala likert. Menurut Sugiyono (2019) skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala Likert merupakan suatu skala yang dapat digunakan dalam kuisisioner, angket yang bersifat survei deskriptif kuantitatif.

Penyusunan aitem dalam skala ini dikelompokkan menjadi aitem *favourable* dan aitem *unfavourable* dibuat dalam empat alternatif jawaban. Cara penyekorannya adalah sebagai berikut:

Tabel 2.

Penilaian Pernyataan *Favourable* dan *Unfavourable*

Kategori Jawaban	Penilaian Aitem	
	<i>Favourable</i> (F)	<i>Unfavourable</i> (UF)
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

a) Skala kebersyukuran

Skala kebersyukuran merupakan skala yang digunakan untuk mengukur seberapa besar rasa syukur yang dimiliki oleh fisioterapis. Skala kebersyukuran yang akan digunakan pada penelitian ini adalah skala *The Gratitude Questionnaire-Six Item Form (GQ-6)* oleh McCullough yang berjumlah 6 aitem. Skala tersebut disusun berdasarkan aspek-aspek kebersyukuran yang diungkapkan oleh McCullough, Emmons, dan Tsang (2002) berupa Intensitas, frekuensi, rentang, dan keterikatan.

Skala kebersyukuran terdiri dari 6 aitem yaitu 4 aitem favorable dan 2 aitem unfavorable. Skala kebersyukuran menggunakan skala rating. Skor pada aitem favorable bergerak dari angka 7 sampai 1, sedangkan pada aitem unfavorable bergerak dari angka 1 sampai 7.

Tabel 3
Blue Print Skala Kebersyukuran

No.	Aspek	Indikator	Butir Aitem		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1.	Intensitas	Seberapa kuat rasa syukur	1		1
2.	Frekuensi	Seberapa sering bersyukur	2		1
3.	Rentang	Merasa bersyukur setiap waktu		3	1
4.	Keterikatan	Objek rasa syukur	4, 5	6	3
TOTAL			4	2	6

b) Skala kesejahteraan psikologis

Skala kesejahteraan psikologis merupakan skala yang digunakan untuk mengukur seberapa besar kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh fisioterapis. Skala kesejahteraan psikologis yang akan digunakan pada penelitian ini disusun oleh Reza Malik Akbar yang berjumlah 32 aitem. Skala tersebut disusun berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang diungkapkan oleh Ryff (1989) berupa *self-acceptance, positive relations, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth*.

Skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian sedikit berbeda dengan skala milik Akbar (2018) dikarenakan setelah dianalisis ulang oleh peneliti ditemukan 2 yaitu aitem 24 dan aitem 32 sama, sehingga aitem ke 32 dihilangkan. Sehingga skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini memiliki 31 aitem yang terdiri dari 20 aitem *favorable* dan 11 aitem *unfavourable*. Skala kesejahteraan psikologis ini juga menggunakan lima alternative pilihan jawaban berupa sangat

setuju (SS), setuju (S), Netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Penilaian aitem Favorable dengan skor untuk masing- masing pilihan jawaban adalah sangat tidak setuju (SS=5), setuju (S=4), Netral (3), tidak setuju (TS=2), dan sangat tidak setuju (STS=1). aitem *unfavorable* skor untuk masing-masing pilihan jawaban adalah sangat setuju (SS=1), setuju (S=2), Netral (3), tidak setuju (TS=4), dan sangat tidak setuju (STS=5)

Table 4
Blue Print Skala kesejahteraan psikologis

No.	Aspek	Butir Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorabel	
1.	<i>Self-acceptance</i>	5, 10, 18	13, 22	5
2.	<i>Positive Relations</i>	4, 17, 20,31	8, 26	6
3.	<i>Autonomy</i>	1, 6, 19, 28	14, 23	6
4.	<i>Environmental Mastery</i>	2, 15, 29	11, 24	5
5.	<i>Purpose in Life</i>	9, 21, 27	12	4
6.	<i>Personal Growth</i>	7, 16, 25	3, 30	5
TOTAL		20	11	31

E. Metode Analisis Data

1. Validitas instrument penelitian

Validitas adalah tingkat kemampuan instrumen dalam mengukur atribut yang seharusnya diukur (Azwar, 2003). Uji validitas didasarkan pada validitas isi, yakni telaah dan revisi butir pernyataan berdasarkan pendapat profesional (*professional judgement*).

2. Reliabilitas instrumen penelitian

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:

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan formula *Alpha Cronbach* yaitu dengan membelah aitem-aitem sebanyak dua atau tiga bagian, sehingga setiap belahan berisi aitem dengan jumlah yang sama banyak (Azwar, 2005). Teknik *Alpha* yang dikembangkan *Cronbach* dipilih untuk mengukur reliabilitas antaritem, karena teknik ini dinilai mampu menunjukkan indeks konsistensi yang cukup sempurna. Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25.

3. Uji hipotesis

Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis yaitu untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada fisioterapis dalam penelitian ini adalah analisis regresi, untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis. Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25.

4. Analisis Data

Metode analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Analisis regresi linear sederhana adalah hubungan secara linear antara satu variabel independent (X) dengan variabel dependen (Y). Analisis ini untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independent dengan variabel dependen apakah positif atau negatif dan untuk memprediksi nilai dari variabel dependen apabila nilai variabel independent mengalami kenaikan atau penurunan. Data yang digunakan biasanya berskala interval atau rasio (Mulyono, 2019). Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25.