

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel tergantung : Kesejahteraan Psikologis

Variabel bebas : Konsep Diri

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi psikologis individu untuk dapat menerima kekuatan dan kelemahan dirinya, memiliki tujuan dalam hidupnya, mampu mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain, mampu mengendalikan lingkungannya serta menjadi pribadi yang mandiri dan terus menerus berkembang.

2. Konsep Diri

Konsep diri merupakan suatu kondisi dimana individu menilai tentang dirinya sendiri yang berasal dari pemikirannya sendiri, identitas, kekurangan, serta anggapan orang lain tentang dirinya. Konsep diri ini tercipta dari pengalaman serta hubungan interaksi dengan orang lain atau lingkungannya

C. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Strata-1 Universitas Sahid Surakarta, sedangkan sampel dalam penelitian ini yaitu

mahasiswa dari 9 Program Studi di Universitas Sahid Surakarta sebanyak 100 orang.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Sumber Data

Data yang diperoleh secara langsung dari subjek penelitian dan merupakan data utama dalam penelitian. Data penelitian tersebut diperoleh dari skala psikologi yang digunakan dalam penelitian, yaitu skala konsep diri dan skala kesejahteraan psikologis.

2. Metode Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini diperoleh dari alat pengumpulan data berupa skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini meliputi skala konsep diri dan skala kesejahteraan psikologis.

Menurut Sugiyono (2013) skala pengukuran adalah kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada di dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengukur skor adalah dengan skala likert. Sugiyono (2013) berpendapat bahwa 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 suvei deskriptif kuantitatif.

Penyusunan aitem dalam skala ini dikelompokkan menjadi aitem *favourable* dan aitem *unfavourable* dibuat dalam lima 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) Konsep Diri

Konsep diri dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala konsep diri yang telah dimodifikasi pada tata bahasa, penempatan aitemnya baik di indikator ataupun letak *favorable* juga *unfavorablenya*, dan memiliki lima alternatif jawaban. Modifikasi ini dari penelitian Asih Setiya Rini (2010) berdasarkan aspek-aspek konsep diri yang dikemukakan oleh Calhoun dan Acocella (Gufon dan Risnawita, 2012), yaitu aspek: pengetahuan, harapan, dan penilaian. Jumlah aitem total skala konsep diri ini sebanyak 40 aitem yang terdiri dari 20 aitem *favourable* dan 20 aitem *unfavourable*.

Skala konsep diri ini merupakan skala model Likert, terdiri atas pernyataan-pernyataan dengan menggunakan lima pilihan jawaban, yaitu

sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Penilaian aitem *favourable* bergerak dari skor 5 (sangat setuju), 4 (setuju), 3 (netral), 2 (tidak setuju), 1 (sangat tidak setuju). Penilaian aitem *unfavourable* bergerak dari skor 1 (sangat setuju), 2 (setuju), 3 (netral), 4 (tidak setuju), 5 (sangat tidak setuju). Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial subjek tersebut, dan sebaliknya.

Tabel 3.

***Blue Print* Skala Konsep Diri**

No.	Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Aitem		Jumlah (Persen)
			F	UF	
1.	Pengetahuan	Menggambarkan diri sendiri	3,5,6	19,22,23,24	7 (17,5%)
		Potensi yang dimiliki	1,2,4,20	21,25,26,27	8 (20%)
2.	Harapan	Mengetahui harapan tentang dirinya	7	28,29,30,31	5 (12,5%)
		Keinginan di masa depan	8,9,10	32,33,34,35	7 (17,5%)
3.	Penilaian	Penilaian terhadap kemampuannya	17,18,15	36,37	5 (12,5%)
		Penilaian tentang dirinya	11,12,13, 14,16,38	39,40	8 (20%)
Jumlah			20	20	40
(Persen)			(50%)	(50%)	(100%)

b) Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang dimodifikasi pada tata bahasa, penempatan aitemnya baik di indikator ataupun letak *favorable* juga *unfavorablenya*, dan memiliki lima alternatif jawaban. Modifikasi ini dari penelitian Reza Hasbi (2020) berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff (2014), yaitu aspek: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Jumlah aitem total skala konsep diri ini sebanyak 30 aitem yang terdiri dari 12 aitem *favourable* dan 18 aitem *unfavourable*.

Skala kesejahteraan psikologis ini merupakan skala model Likert, terdiri atas pernyataan-pernyataan dengan menggunakan lima pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Penilaian aitem *favourable* bergerak dari skor 5 (sangat setuju), 4 (setuju), 3 (netral), 2 (tidak setuju), 1 (sangat tidak setuju). Penilaian aitem *unfavourable* bergerak dari skor 1 (sangat setuju), 2 (setuju), 3 (netral), 4 (tidak setuju), 5 (sangat tidak setuju). Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial subjek tersebut, dan sebaliknya.

Tabel 4.**Blue Print Skala Kesejahteraan Psikologis**

No.	Aspek	Indikator Perilaku	Nomor Aitem		Jumlah (Persen)
			F	UF	
1.	Penerimaan diri	Untuk menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki	20,25,30	1,6,11	6 (20%)
2.	Hubungan positif dengan orang lain	Untuk menjalin hubungan yang nyaman atau hubungan baik dengan orang lain	5,10	22,13,15	5 (16,6%)
3.	Otonomi atau kemandirian	Kemampuan pengambilan keputusan untuk kehidupannya		2,3,8	3 (10%)
4.	Penguasaan lingkungan	Pengelolaan terhadap lingkungan baik keluarga, tempat tinggal dan kerja	9,18	12,16,17	5 (16,6%)
5.	Tujuan hidup	Untuk menentukan visi dalam hidup	7,14,21	19,23,26	6 (20%)
6.	Pertumbuhan pribadi	Kemampuan untuk menggali suatu potensi yang ada didalam dirinya	74,28	24,27,29	5 (16,6%)
Jumlah			12	18	30
(Persen)			(56,2%)	(43,8%)	(100%)

E. Metode Analisis Data

1. Validitas Instrumen Penelitian

Validitas merupakan 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*). Langkah selanjutnya adalah mencari korelasi antara tiap-tiap skor aitem dengan skor total aitemnya yang disebut dengan model uji validitas internal (Suryabrata, 2004).

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 antaraitem, 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 konsep diri dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Universitas Sahid Surakarta dalam penelitian ini adalah analisis korelasi, untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan kesejahteraan psikologis. Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25.

4. Analisis Data

Metode analisis korelasi dengan menggunakan analisis *product moment* dan *regresi linear sederhana* untuk mengetahui pengaruh serta keeratan antara variabel independen dengan variabel dependen. Analisis *product moment* ini digunakan untuk menjawab rumusan masalah. Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25.