

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yaitu variabel independen dan variabel dependen.

1. Variabel independent (variabel bebas / X), dalam penelitian ini variabel independennya adalah Dukungan sosial
2. Variabel dependent (variabel tergantung/ Y) dalam penelitian ini variabel dependennya adalah *Psychological Well Being* atau kesejahteraan psikologis.

B. Definisi Operasional

1. Dukungan sosial

Dukungan sosial adalah pemberian dukungan yang berupa kenyamanan, perhatian, penghargaan atau dorongan untuk individu lain untuk membantu memperbaiki daya tahan terhadap pengaruh yang kurang baik. Aspek – aspek dukungan keluarga, dukungan teman dan dukungan orang yang istimewa. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin baik dukungan sosial, dan sebaliknya.

2. *Psychological Well Being* atau kesejahteraan psikologis

Psychological Well Being atau kesejahteraan psikologis adalah keadaan seseorang yang tidak hanya bebas dari masalah mental dan tekanan namun akan lebih dari itu, kondisi yang memiliki kemampuan penerimaan diri atas kelebihan dan kelemahannya serta dapat berdamai dengan kehidupan masa lalunya. Aspek – aspek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Tingkat *Psychological Well Being* atau kesejahteraan psikologis dapat dilihat dari skor yang diperoleh dari hasil pengisian skala. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi *Psychological Well Being* atau kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Azwar (2019) populasi adalah kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi untuk mendapatkan hasil penelitian. Populasi

mempunyai beberapa ciri khusus dan karakteristik yang membedakannya dari kelompok subjek lainnya. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang Universitas Setia Budi Surakarta yang sedang mengerjakan tugas akhir.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir angkatan 2016, 2017, 2018 dan 2019 dengan jumlah 554 berikut adalah rincian mahasiswa yang digunakan

Tabel 1.
Populasi Penelitian Deskripsi populasi penelitian

No	Angkatan	Jumlah
1	2016	67
2	2017	78
3	2018	110
4	2019	299
Total		554

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah serta karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Penelitian ini cara menentukan sampel dengan menggunakan rumus Slovin. Berikut gambaran rumus Slovin :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Gambar 1 Rumus Slovin

Keterangan :

n : Jumlah sampel.

N : Jumlah populasi.

e^2 : Presentase kelonggaran ketelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat diterima atau diinginkan.

Ketentuan pada rumus Slovin (Nalendra, et al., 2021), sebagai berikut :

Nilai e : 0,1 (10%) untuk populasi dalam jumlah besar.

Nilai e : 0,2 (20%) untuk populasi dalam jumlah kecil.

Peneliti kemudian menentukan jumlah sampe dari jumlah populasi dan presentase toleransi kesalahan yang dipergunakan yaitu 10%. Dengan demikian sampel di penelitian ini sejumlah 85 mahasiswa. Berikut perhitungannya menggunakan rumus Slovin :

$$n = \frac{554}{1 + 554(0,1)^2}$$

$$n = \frac{554}{1 + 554 \times 0,01}$$

$$n = \frac{554}{6,54}$$

$$n = 84,704 \text{ (85)}$$

3. Teknik Sampling

Teknik sampling atau cara penentuan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling* dan teknik *random sampling*. Menurut (Sugiyono, 2018) *purposive sampling* adalah teknik pengambilan data sampel berdasarkan ciri-ciri atau kriteria yang telah diketahui sebelumnya dari jumlah sample yang akan diteliti. Sedangkan teknik *random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata populasi penelitian (Sugiyono, 2018).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara peneliti untuk mendapatkan data penelitian. Tujuan metode pengumpulan data untuk menentukan fakta mengenai suatu variabel yang diteliti melalui cara yang efisien dan akurat. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala *likert*. Skala *likert* adalah pertanyaan yang menyatakan sikap, opini dan persepsi terkait fenomena yang ditetapkan sebagai variabel penelitian (Sugiyono, 2018).

Penelitian ini mengumpulkan data dengan menyebarkan kuesioner *online* melalui *Google Form* untuk mempermudah mendapatkan hasil dan waktu yang terjangkau. Kuesioner ini menanyakan tentang data diri responden serta berisi pertanyaan – pertanyaan yang harus di jawab oleh responden. Skala *likert* ini dibagi menjadi dua kelompok item atau sikap, yaitu item *favorable* bersifat positif atau mendukung aspek variable penelitian dan *unfavorable* bersifat negatif atau tidak mendukung aspek variabel penelitian (Azwar, 2019). Skala *likert* pada penelitian ini memiliki 4 alternatif jawaban antara lain Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS), dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 2.
Alternatif jawaban skala penelitian

Item Favorable	Skor	Item Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	Sangat Tidak Setuju (STS)
Setuju (S)	3	Tidak Setuju (TS)
Tidak Setuju (TS)	2	Setuju (S)
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Setuju (SS)

1. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial digunakan untuk mengukur sebuah variable yang akan digunakan atau diteliti pada subjek dan dikemas dalam bentuk pertanyaan. Skala dukungan sosial pada penelitian ini diadopsi dari skala yang telah disusun oleh Ahmad Rizki Fadilah (2022), mengacu pada aspek dukungan sosial menurut Zimet. Skala ini mempunyai konsisten alat ukur yang baik dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,813. Skala ini sesuai kriteria penelitian yaitu untuk mahasiswa.

Tabel 3.
Blue Print Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1	Dukungan keluarga	<ul style="list-style-type: none"> Memperoleh pemecahan masalah melalui keluarga Memperoleh bantuan dan dukungan emosional dari keluarga Dapat berbagi keluh kesah pada keluarga 	1 4, 5 7	3 6 8	7
2	Dukungan teman	<ul style="list-style-type: none"> Mendapatkan bantuan dari teman Berbagi suka dan duka kepada teman 	9, 11 12, 13	10	5
3	Dukungan significant other	<ul style="list-style-type: none"> Memiliki seseorang yang selalu ada saat dibutuhkan Memiliki seseorang yang membuat individu merasa nyaman dan diperhatikan 	15, 17 18, 20	16 19	6
Jumlah			18		18

2. Skala Psychological Well Being

Skala *Psychological Well Being* ialah alat ukur yang digunakan peneliti untuk mengukur sebuah variabel yang akan digunakan atau diteliti pada subjek dan dikemas dalam bentuk pertanyaan. Skala *Psychological Well Being* ini diadopsi dari skala yang telah disusun oleh Asmika Tranggono (2022), mengacu pada aspek Ryff, yaitu aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi, skala ini memiliki konsistensi alat ukur yang baik dengan koefisien reliabilitas 0,855. Skala yang digunakan telah sesuai dengan responden mahasiswa. Berikut tabel *blue print Psychological Well Being*.

Tabel 4.
Blue print Psychological Well Being

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1	Penerimaan diri	Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri Menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk	4, 19 14	26 10	5
2	Hubungan Positif dengan orang lain	Memiliki kepercayaan satu sama lain Memiliki hubungan yang hangat	22, 27 1, 15, 30	- -	5
3	Penguasaan Lingkungan	Menguasai dan mengontrol lingkungan Mengontrol kegiatan luar yang kompleks	9, 20 -	6, 17 12	5
4	Kemandirian	Mengarahkan diri dan mandiri Mengatur tingkah laku sendiri	5 2, 11	25 8	5
5	Pertumbuhan pribadi	Merasakan ada pengembangan potensi yang berkelanjutan Terbuka terhadap pengalaman baru	3, 21 7	28 24	5
6	Tujuan hidup	Memiliki tujuan dan arah hidup Merasakan adanya arti hidup baik kini atau lampau	18, 23 29	16 11	5
Total			19	11	30

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas dipergunakan sebagai pengukuran valid atau tidaknya suatu kuesioner yang akan dipergunakan saat penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti. Skala yang mempunyai validitas yang tinggi akan menghasilkan error yang kecil, dapat diartikan bahwa skor setiap subjek tidak ada bedanya dengan skor yang aslinya (Azwar, 2019). Validitas yang rendah diartikan bahwa skala yang dipergunakan menghasilkan data yang tidak relevan.

Validitas umumnya memiliki 3 yaitu validitas isi, validitas konstruk dan validitas kriteria. Yang dipergunakan dalam penelitian ini menggunakan validitas isi, yaitu validitas yang mengarahkan sejauh mana aitem – aitem di skala mencakup semua kawasan isi subjek yang hendak diukur (Azmi, 2019).

2. Reliabilitas

Menurut Azwar (2019) reliabilitas adalah konsistensi, keterandalan, kepercayaan, kestabilan ataupun keajegan. Pengukuran dikatakan reliabel jika mendapatkan hasil yang sama di dalam berulang kali pengukuran terhadap sekelompok subjek.

Reliabilitas kedua variabel di penelitian ini adalah dukungan sosial dan *psychological well being* akan diuji menggunakan teknik reliabilitas *alpha cronbach*. Perhitungan ini menggunakan bantuan SPSS *for windows release 21.0 for windows release*.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data ialah cara menjawab rumusan permasalahan dan uji hipotesis penelitian sehingga mendapatkan hasil penelitian. Kegiatan analisis data ini antara lain pengelompokan data berdasarkan tabulasi data dari responden, variabel responden, penyajian data setiap variabel dari responden, penyajian data dari yang diteliti, menjawab rumusan masalah, dan perhitungan uji hipotesis yang digunakan (Sugiyono, 2018)

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti, ialah untuk melihat adanya korelasi atau hubungan satu variabel psikologis dengan variabel psikologis lainnya. Analisis yang dilakukan yaitu analisis regresi. Sebelum dilakukan analisis perlu di uji prasyarat dahulu, yaitu :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas ini untuk melihat data sampel berasal dari populasi yang mempunyai distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov* dibantu dengan SPSS 21,0 *for windows*. Data dikatakan normal jika signifikan lebih dari 0,05.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dipergunakan melihat adanya hubungan linear antara dua variabel. Dua variabel dikatakan linear jika nilai signifikasi kurang dari 0,05. Selanjutnya data akan dianalisis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana dan perhitungan selanjutnya menggunakan SPSS 21,0 *for windows*.