

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis desain penelitian asosiasif. Metode penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan datanya menggunakan instrumen penelitian, analisis data yang dilakukan oleh peneliti yaitu secara statistik, yang mana tujuannya untuk mendeskripsikan atau menggambarkan serta menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Metode kuantitatif ini merupakan metode ilmiah dikarenakan telah memenuhi kaidah ilmiah yaitu konkret, rasional, obyektif, empiris, terukur, serta sistematis. Metode kuantitatif ini dapat menjelaskan suatu masalah tetapi juga dapat di generalisasikan.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sugiyono (2018) mengemukakan bahwa suatu variabel penelitian merupakan sebuah atribut atau nilai dari suatu obyek dari orang, organisasi, maupun kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang mana telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan disimpulkan hasil penelitiannya. Ada dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain, yaitu:

1. Variabel Independen atau variabel bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab atas perubahan atau timbulnya variabel terikat atau variabel dependen (Sugiyono, 2018). Di dalam penelitian ini, variabel independen atau

variabel bebas yaitu efikasi diri.

2. Variabel Dependen atau variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi suatu akibat dari adanya variabel bebas (Sugiyono, 2018). Di dalam penelitian ini variabel dependen atau variabel terikatnya adalah *psychological well-being*.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan sebuah definisi untuk variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik yang dapat diamati dari variabel tersebut (Azwar, 2017). Berdasarkan definisi tersebut dapat diartikan bahwa Definisi operasional memberikan batasan masalah sehingga tidak terlalu luas cakupannya.

Adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang ada penelitian ini diantaranya, yaitu :

1. *Psychological well-being*

psychological well-being yaitu kondisi psikologis seseorang yang sehat serta memiliki perasaan yang sejahtera sebagai pencapaian penuh dari potensi seseorang yang ditandai dengan sikap positif pada diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitar, mampu untuk bertumbuh dan berkembang secara terus menerus, memiliki tujuan, mampu mengatur kehidupannya secara efektif serta memiliki prinsip dalam hidupnya.

Tinggi atau rendahnya kesejahteraan psikologis akan diungkap dengan skala baku dari *Scale of Psychological Well-Being* yang telah disusun oleh Ryff (1989) dengan dimensi antara lain yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), penguasaan terhadap

lingkungan (*enviromtmental mastery*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Dimensi tersebutlah yang akan dipergunakan peneliti dalam melakukan penelitian.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri adalah keyakinan serta penilaian individu mengenai kemampuannya dalam melakukan kontrol terhadap fungsi diri individu itu sendiri dan kejadian dalam lingkungannya serta menghasilkan pencapaian yang positif.

Tinggi atau rendahnya efikasi diri yang dimiliki akan diungkap dengan menggunakan skala efikasi diri yang disusun peneliti berdasarkan dimensi yang dikemukakan oleh Bandura (1997) diantaranya yaitu tingkatan (*level*), *strength* (kekuatan), dan *generality* (generalisasi). Apabila hasil dari skala mendapatkan skor yang tinggi maka menunjukkan *self-efficacy* yang tinggi, sebaliknya apabila skor rendah maka menunjukkan *self-efficacy* yang rendah.

D. Populasi dan Teknik Sampel

Populasi didefinisikan sebagai suatu kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2018). Adapun populasi penelitian disini yaitu Guru di SMP Negeri 1 Karawang Barat. Karakteristik yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu :

- a. Guru yang mengajar secara daring atau *online* selama Pandemi COVID-19 berlangsung.
- b. Guru yang memiliki anak usia sekolah.

Sampel adalah sebagian dari subjek populasi (Azwar, 2018). Jika populasi terlalu besar, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Kesimpulan yang didapatkan akan di generalisasikan pada populasi untuk itu sampel yang diambil harus betul-betul *representatif* atau mewakili (Sugiyono, 2018).

Dalam penelitian ini sampel yang akan diambil adalah seluruh guru di SMP Negeri 1 Karawang Barat yang memenuhi karakteristik dengan jumlah 36 orang. Menurut Arikunto (2007) jika subjek penelitian kurang dari 100, maka seluruh populasi digunakan sebagai sampel penelitian. Sampel sebanyak 36 orang layak untuk digunakan dalam penelitian ini karena ukuran sampel yang layak dalam penelitian statistik atau kuantitatif adalah antara 30 sampai dengan 500 (Sugiyono, 2012).

Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa teknik sampel merupakan sebuah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian dan terdapat beberapa macam teknik sampling yang digunakan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan sensus atau *sampling total*. Menurut Sugiyono (2018) sensus atau *sampling total* adalah teknik pengembalian sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel seluruhnya, sehingga seluruh anggota dalam populasi dijadikan sebagai responden dan pemberi informasi. Jika sampel yang diambil merupakan seluruh populasi yang ada dalam penelitian, maka data yang didapatkan dianggap berdistribusi normal dan homogeny (Sudjana, 2002).

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data memiliki peran yang cukup signifikan terhadap

penelitian, sehingga dalam penelitian harus dilakukan secara tepat. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengumpulan data yaitu metode kuantitatif dengan skala sebagai alat pengumpul data. Skala yaitu suatu perangkat pernyataan yang telah disusun untuk mengungkapkan suatu atribut melalui respon terhadap pertanyaan (Azwar, 2019) Skala tersebutlah yang akan disebar dalam bentuk kuisisioner melalui *google form*. Menurut Sugiyono (2018) kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi rangkaian atau sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab oleh responden. Kuisisioner cocok digunakan dalam penelitian ini dikarenakan jumlah responden berjumlah cukup besar.

Skala likert merupakan pengukuran yang akan digunakan dalam penelitian ini. Menurut Sugiyono (2018) skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, dan pendapat seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena sosial. Aitem-aitem yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk pernyataan. Jawaban untuk aitem-aitem dalam skala *psychological well-being* yaitu menggunakan skala *likert* dengan tujuh pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), agak setuju (AS), sedikit setuju (SS), tidak keduanya (TK), sedikit tidak setuju (STS), agak tidak setuju (ATS), dan sangat tidak setuju (STS). Sedangkan untuk skala efikasi diri menggunakan skala *likert* dengan lima pilihan jawaban, yaitu Sangat sesuai (SS), setuju (S), cukup setuju (CS), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Setiap pilihan jawaban tersebut memiliki nilai atau skor yang berbeda-beda pada masing-masing aitem yaitu aitem *unfavorabl* dan *favorable*. Aitem *favorable* merupakan aitem yang memiliki fungsi sebagai pendukung teori dari atribut yang mana akan diukur peneliti dalam skala, sementara aitem *unfavorable* merupakan aitem yang berfungsi untuk bertolak

belakang dengan teori dari atribut yang akan diukur oleh peneliti. Berikut ini merupakan tabel skor untuk skala *Psychological well-being* dan efikasi diri yaitu:

Tabel 3.1 Tabel Skor Skala *Psychological well-being*

Pilihan jawaban	<i>Favorable</i>	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	7	1
Agak Setuju (AS)	6	2
Sedikit Setuju (SS)	5	3
Tidak Keduanya (TK)	4	4
Sedikit Tidak Setuju (STS)	3	5
Agak Tidak Setuju (ATS)	2	6
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	7

Tabel 3.2 Tabel Skor Skala Efikasi Diri

Pilihan jawaban	<i>Favorable</i>	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Cukup Setuju (CS)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Skala yang dipergunakan dalam penelitian ini yaitu skala efikasi diri dan skala *psychological well-being*. Peneliti membuat blueprint sebagai pedoman dalam penelitian sebelum menyusun skala. Berikut ini adalah *blueprint* pada setiap variabel penelitian :

1. *Blueprint* Skala Efikasi Diri

Skala ini akan mengungkapkan efikasi diri guru SMP Negeri 1 Karawang Barat di masa pandemi COVID-19. Skala ini merupakan skala yang disusun dan dikembangkan sendiri oleh peneliti dengan merujuk pada teori yang dikembangkan

oleh Albert Bandura. Dalam Skala efikasi diri akan dibuat indikator-indikator yang acuannya didapatkan dari dimensi efikasi diri menurut Bandura (1997) diantaranya adalah level Tingkatan (*Level*), kekuatan (*Strength*), dan generalisasi (*Generality*).

Berdasarkan dimensi dan indikator dari teori efikasi diri, maka disusunlah *blueprint* aitem skala efikasi diri yang terdiri dari 20 aitem. *Blueprint* dari efikasi diri diantaranya sebagai berikut:

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Efikasi Diri

No.	Dimensi	Indikator	Sebaran Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1.	Tingkatan (Level)	Mampu mengerjakan tugas atau pekerjaan mulai dari yang mudah hingga sulit serta memiliki pandangan positif terhadap pekerjaan.	1, 12, 19	7, 13	5
		Mampu mengambil keputusan untuk hal-hal yang harus dikerjakan.	2	8	2
2.	Kekuatan (Strenght)	Memiliki keyakinan kuat untuk menyelesaikan pekerjaannya.	3, 14, 9	15	4
		Individu semangat dan berusaha dengan keras dalam menghadapi hambatan.	4, 16	20	4
3.	Generalisasi (Generality)	Mampu mengerjakan pekerjaan atau tugas dalam berbagai situasi.	5, 10	17	3
		Mampu mengerjakan berbagai tugas dan kegiatan dalam lingkup yang lebih luas.	6, 18	11	3
TOTAL			20		

2. *Blueprint* Skala *Psychological well-being*

Skala ini akan mengungkap *psychological well-being* guru SMP Negeri 1 Karawang Barat di masa pandemi COVID-19. Adapun blue print skala *psychological*

well-being menggunakan skala baku dari *Scale of Psychological Well-Being* (SPWB) yang disusun oleh Ryff (1989).

Berdasarkan dimensi dan indikator dari teori *psychological well-being*, maka disusunlah *blueprint* aitem skala *psychological well-being* yang terdiri dari 18 aitem.

Blueprint dari *psychological well-being* diantaranya sebagai berikut:

Tabel 3.4 *Blueprint Psychological Well-Being*

No.	Dimensi	Indikator	Sebaran Aitem		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penerimaan diri (<i>Self-acceptance</i>)	Bentuk sikap positif terhadap diri, menerima berbagai pengalaman hidup.	1, 2	5	3
2	Hubungan positif dengan orang lain (<i>Positive relation with others</i>)	Peduli terhadap kesejahteraan orang lain, memberikan kasih sayang, empati, menerima hubungan antar manusia.	13	6,16	3
3	Kemandirian (<i>Autonomy</i>)	Kemampuan melawan tekanan sosial, mengatur diri, menentukan sikap dan pengambilan keputusan.	17, 18	15	3
4	Penguasaan terhadap lingkungan (<i>Environmental Mastery</i>)	Bentuk untuk mengontrol aktivitas eksternal memiliki rasa penguasaan untuk mengelola lingkungan.	8, 9	4	3
5	Tujuan hidup (<i>Purpose in life</i>)	Memiliki tujuan hidup terarah, adanya kesadaran makna hidup saat ini.	3	7, 10	3
6	Pertumbuhan Pribadi (<i>Personal growth</i>)	Kemampuan untuk terbuka dengan pengalaman baru, menyadari potensi diri dan menggalinya, melakukan perbaikan agar terus berkembang.	11,12	14	3
TOTAL			18		

F. Metode Analisis Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas dipergunakan untuk menunjukkan seberapa tepat antara data yang sebenarnya terjadi pada objek dengan data yang telah dikumpulkan oleh peneliti (Sugiono, 2018). Skor aitem dengan total aitem-aitem tersebut akan dikorelasikan untuk mencari validitas sebuah aitem. Validitas sendiri dibedakan menjadi tiga yaitu validitas isi (*content validity*), validitas berdasarkan kriteria (*criterion related validity*), dan validitas konstruk (*construct validity*). Jenis yang akan digunakan dalam penelitian adalah validitas isi.

Perhitungan yang digunakan untuk mengukur validitas isi aitem-aitem berdasarkan data empirik dalam penelitian ini yaitu menggunakan validitas isi *Lawshe's CVR (Content Validity Ratio)*. Dalam perhitungan ini data yang akan digunakan untuk menghitung CVR bisa diperoleh dari hasil penelitian sekelompok yang disebut dengan *Subject Matter Expert* atau biasanya disingkat dengan SME, yang mana SME itu sendiri harus menilai apakah aitem dalam skala esensial atau tidak. Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$CVR = \left(\frac{2Ne}{N^2} \right) - 1$$

Keterangan :

Ne: Banyaknya Subject Matter Experts (SME) yang menilai aitem esensial

N : Banyaknya SME yang melakukan penilaian

Angka CVR bergerak antara -1.00 sampai dengan +1.00, jika CVR= 0,00 berarti 50% dari SME dalam panel menyatakan aitem adalah esensial dan karenanya valid. Setelah selesai, maka tahap selanjutnya adalah mengujicobakan instrumen dan

dianalisis dengan analisis aitem atau uji beda.

2. Uji Analisis Aitem

Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis data Korelasi *Product Moment Pearson* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) for windows versi 22.0. Menurut Azwar (2019) item akan dikatakan valid jika nilai $R_{1X} \geq 0,30$. Jika dibawah angka tersebut, maka aitem dinyatakan gugur atau tidak valid. Bila jumlah aitem belum mencukupi batas kriteria maka 0,30 dapat dilakukan penuruan hingga menjadi 0,25. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kriteria valid sebesar 0,25 agar jumlah aitem yang valid dapat memenuhi kriteria indikator dari setiap variabel, sehingga setiap indikator dapat terwakili oleh aitem-aitem.

Semakin tinggi koefisien korelasi positif antara skor aitem dengan skor skala berarti maka semakin tinggi pula konsistensi anatara aitem tersebut dengan skala secara keseluruhan yang berarti semakin tinggi daya bedanya (Azwar, 2019).

3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah suatu metode untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran bersifat konsisten, apabila dilakukan pengukuran sebanyak dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama pula. Uji reliabilitas intrumen yang digunakan oleh peneliti yaitu menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan program SPSS for windows versi 22.0.

Tinggi atau rendahnya reliabilitas instrumen ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas. Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas

dalam rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, apabila koefisien semakin mendekati 0 maka semakin rendah reliabilitasnya. Menurut Guilford (dalam Jihad dan Haris, 2013) terdapat beberapa klasifikasi koefisien reliabilitas diantaranya yaitu:

Tabel 3.5 Klasifikasi Koefisien Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas (r)	Interpretasi
$0,00 \leq r < 0,20$	Sangat Rendah
$0,20 \leq r < 0,40$	Rendah
$0,40 \leq r < 0,60$	Sedang
$0,60 \leq r < 0,80$	Tinggi
$0,80 \leq r < 1,00$	Sangat Tinggi

G. Teknik Analisis Data

Setelah data-data terkumpul, hal yang selanjutnya dilakukan adalah analisis data menggunakan teknik pengelolaan data. Analisis data merupakan sebuah kegiatan setelah data dari responden terkumpulkan. Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan statistik. Statistik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan statistik inferensial karena peneliti ingin membuat kesimpulan yang berlaku untuk populasi. Dalam teknik analisis data, akan dilakukan uji asumsi prasyarat berupa uji normalitas dan uji linieralitas. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) for windows versi 22.0.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dari variabel yang diteliti berdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* pada

program SPSS *for versi windows* 22. Apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal, sedangkan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data tidak berdistribusi secara normal.

2. Uji Linearitas

Uji linieritas digunakan untuk menguji apakah kedua variabel memiliki hubungan atau tidak. Pada penelitian ini uji linieritas menggunakan *Anova* dengan menggunakan program SPSS *for windows* versi 22.0. Kaidah yang digunakan untuk menentukan linearitas yaitu apabila nilai *Deviation from Linearity Sig* >0,05, maka terdapat hubungan linear secara signifikan antar variabel, sedangkan apabila nilai *Deviation from Linearity Sig* < 0,05 maka data tidak terdapat hubungan yang linear.

3. Uji Hipotesis

Hipotesis merupakan sebuah jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2017). Perhitungan uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis uji regresi linear sederhana yang bertujuan untuk mengetahui besarnya suatu pengaruh yang dihasilkan dari variabel terikat dengan menggunakan program SPSS *for windows* versi 22.0.

Menurut Sugiyono (2017), persamaan umum regresi linier sederhana yaitu:

$$Y=a+bX$$

Keterangan:

Y = Variabel dependen (variabel terikat).

X = Variabel independent (variabel bebas).

a = Konstanta (nilai dari Y apabila X = 0).

b = Koefisien regresi (pengaruh positif atau negatif).

Pengambilan keputusan dalam uji regresi linear sederhana adalah apabila nilai signifikansi yang muncul tidak melebihi nilai probabilitas sebesar 0,05, hal itu menunjukkan bahwa variabel bebas mempunyai pengaruh terhadap variabel terikat. Sebaliknya, jika nilai signifikansi terhitung lebih besar dari nilai probabilitas sebesar 0,05 maka variabel bebas tidak memiliki pengaruh terhadap variabel terikat.

4. Uji Koefisien Determinasi

Nilai dari koefisien determinasi menunjukkan besarnya pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Menurut Sugiyono (2017), rumus yang digunakan untuk menghitung nilai koefisien determinasi yaitu sebagai berikut::

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan :

KD: Koefisien determinasi.

R : Koefisien korelasi.

5. Uji Kategorisasi

Uji Kategorisasi ditujukan agar dapat menempatkan individu ke dalam kelompok yang posisinya berjenjang menurut kontinum yang berdasarkan atribut yang diukur. Kategorisasi tersebut dihitung berdasarkan standar deviasi, satuan mean dan nilai

hitung rresponden dengan menggunakan bantuan program SPSS *for windows versi*

22.0. Kontinum dari tiga kategori, antara lain yaitu :

1) Rendah : $X < (\mu - 1,0 \sigma)$

2) Sedang : $(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$

3) Tinggi : $(\mu + 1,0\sigma) \leq X$

Dengan rumus : $\mu + 1,0\sigma \geq X \geq \mu - 1,0\sigma$

