

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2019:17) penelitian kuantitatif diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Positivisme adalah satu aliran filsafat yang menolak unsur metafisik dan teologik dari realitas sosial. Karena penolakannya terhadap unsur metafisik dan teologis, positivisme kadang-kadang dianggap sebagai sebuah varian dari materialisme (bila yang terakhir ini dikontraskan dengan idealisme).

Pembuatan desain penelitian dimaksudkan untuk mempermudah semua pihak dalam melakukan proses penelitian sehingga penelitian lebih terarah. Menurut Sugiyono (2018) menyatakan desain penelitian harus spesifik, jelas, dan rinci ditentukan secara mantap sejak awal, menjadi pegangan langkah demi langkah. Desain penelitian ini adalah kausalitas. Penelitian kausalitas memungkinkan peneliti untuk menyimpulkan apakah ada hubungan kausal (sebab-akibat) antara variabel independen dan dependen (Azwar, 2017). Adapun variabel independen dalam penelitian ini yaitu regulasi diri (X), sedangkan variabel dependennya yaitu resiliensi (Y).

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan merumuskan ulang definisi variabel secara operasional sehingga dapat diamati dan diukur (Azwar, 2019). Definisi operasional dari variabel yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel yaitu regulasi diri sebagai variabel bebas (variabel yang mempengaruhi) dan resiliensi sebagai variabel terikat (variabel yang dipengaruhi). Adapun penjabarannya kedua variabel tersebut adalah sebagai berikut:

a. Variabel Bebas (Independen variabel atau variabel X)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2018). Berdasarkan pengertian tersebut maka variabel bebas dalam penelitian ini adalah regulasi diri.

b. Variabel Terikat (Dependen Variabel Y)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2018). Berdasarkan pengertian tersebut, maka variabel terikat dalam penelitian ini adalah resiliensi.

2. Operasional Variabel

Berikut operasional variabel penelitian:

a. Regulasi Diri

Regulasi diri diukur menggunakan teori dari Schunk dan Zimmerman dalam Prasetyana dan Mariyati (2020) yang terdiri dari 5 aspek regulasi

diri yang meliputi *setting standards and goals*, *self observations*, *self evaluation*, *self reaction*, dan *self reflection* yang kemudian diturunkan menjadi 10 indikator.

b. Resiliensi

Resiliensi diukur menggunakan teori dari Reivich & Shatte dalam Nasution (2011) yang terdiri dari 7 aspek resiliensi yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kemampuan mengalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian yang kemudian diturunkan menjadi 14 indikator.

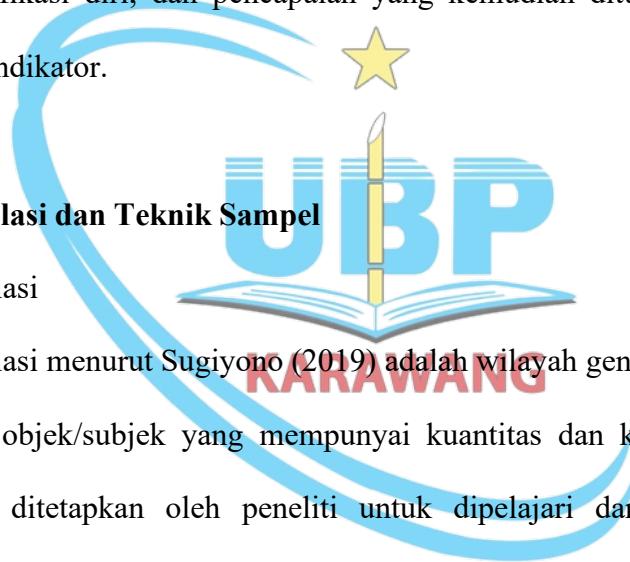
C. Populasi dan Teknik Sampel

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2019) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah Tenaga Kesehatan di Lingkungan Dinas Kesehatan Kabupaten Purwakarta yang bertugas melaksanakan program Gempungan pada tahun 2022. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 315 orang.

2. Teknik Sampel

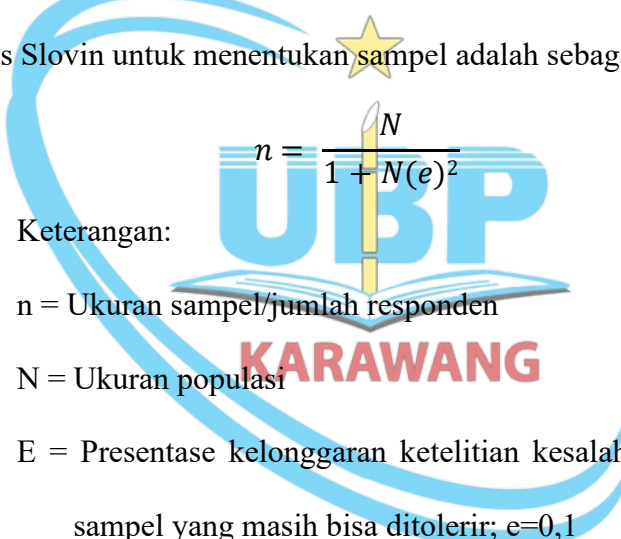
Menurut Sugiyono (2019) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi,



misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan populasi yaitu 315 orang dan menghitung ukuran sampel yang dilakukan dengan menggunakan teknik Slovin menurut Sugiyono (2019). Adapun penelitian ini menggunakan rumus Slovin karena dalam penarikan sampel, jumlahnya harus representatif agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannya pun tidak memerlukan tabel jumlah sampel, namun dapat dilakukan dengan rumus dan perhitungan sederhana.

Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut :



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

Keterangan:

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

E = Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir; $e=0,1$

Dalam rumus Slovin ada ketentuan sebagai berikut:

Nilai $e = 0,1$ (10%) untuk populasi dalam jumlah besar

Nilai $e = 0,2$ (20%) untuk populasi dalam jumlah kecil

Maka untuk mengetahui sampel penelitian, dengan perhitungan sebagai berikut:

$$n = \frac{315}{1 + 315(0.05)^2}$$

$$n = 176.22 = 177 \text{ orang}$$

Dari hasil 176,22 di atas merupakan pecahan, menurut Sugiyono (2019:143) pada perhitungan yang menghasilkan pecahan (terdapat koma) sebaiknya dibulatkan ke atas. Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 177 orang responden.

Pengambilan sampel ini dilakukan dengan teknik insidental, seperti yang dikemukakan Sugiyono (2018), bahwa sampling insidental adalah penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti maka dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Karakteristik dari responden yang akan di ambil adalah sebagai berikut:

- a. Tenaga kesehatan yang melaksanakan program Gempungan di lingkungan Dinas Kesehatan Purwakarta.
- b. Tenaga Kesehatan yang bertugas di program Gempungan sekurang-kurangnya selama 1 tahun sejak masa pandemi COVID-19.

D. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala

Menurut Sugiyono (2018) skala merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Pengumpulan data yang dilakukan

dengan cara menyebarkan suatu daftar pernyataan tertutup yang disediakan alternative jawabannya diberikan kepada 177 orang responden. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala pengukuran *Likert* yang dijelaskan pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.1
Kriteria Skala *Likert*

Skala <i>Likert</i>	Bobot/Nilai
STS: Sangat Tidak Sesuai	5
TS : Tidak Sesuai	4
N : Netral	3
S : Sesuai	2
SS: Sangat Sesuai	1

a. Skala Regulasi Diri

Skala yang digunakan menggunakan teori dari Schunk dan Zimmerman dalam Prasetyana dan Mariyati (2020) yang terdiri dari 5 aspek regulasi diri yang meliputi *setting standards and goals*, *self observations*, *self evaluation*, *self reaction*, dan *self reflection* yang kemudian diturunkan menjadi 10 indikator. Aitem pada skala ini berjumlah 20 yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. Berikut rancangan *blue print* dan skor pemberian nilai:

Tabel 3.2
***Blueprint* Skala Regulasi Diri**

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah	Bobot
			Favo	Unfavo		
1	<i>Setting Standards and Goals</i>	Menetapkan standar dalam mencapai tujuan	1, 6	11, 16	4	20%
2	<i>Self Observation</i>	Mengetahui kekurangan dan kelebihan diri	2, 7	12, 17	4	20%
3	<i>Self Evaluation</i>	Menilai dan mengevaluasi diri	3, 8	13, 18	4	20%

4	<i>Self Reaction</i>	Melakukan kritik diri untuk perubahan perilaku	4, 9	14, 19	4	20%
5	<i>Self Reflection</i>	Merenungkan tujuan yang telah ditetapkan	5, 10	15, 20	4	20%
Total			10	10	20	100%

b. Skala Resiliensi

Skala yang digunakan menggunakan teori dari Reivich & Shatte dalam Nasution (2011) yang terdiri dari 7 aspek resiliensi yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kemampuan mengalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian yang kemudian diturunkan menjadi 14 indikator. Aitem pada skala ini berjumlah 28 yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. Berikut rancangan *blue print* dan skor pemberian nilai:

Tabel 3.3
Blueprint Skala Resiliensi

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah	Bobot
			Favo	Unfavo		
1	Regulasi Emosi	Tetap tenang meskipun berada di bawah tekanan	1, 8	15, 22	4	14,3%
2	Kontrol Impuls	Beradaptasi dalam menghadapi kesedihan	2, 9	16, 23	4	14,3%
3	Optimisme	Percaya akan kemampuan untuk mengatasi masalah	3, 10	17, 24	4	14,3%
4	Kemampuan Mengatasi Masalah	Mengenali penyebab dari permasalahan	4, 11	18, 25	4	14,3%
5	Empati	Memahami perasaan orang lain	5, 12	19, 26	4	14,3%
6	Efikasi Diri	Meyakini kemampuan diri untuk mencapai kesuksesan	6, 13	20, 27	4	14,3%
7	Pencapaian	Berani melakukan hal yang berada di luar batas kemampuan	7, 14	21, 28	4	14,3%
Total			14	14	28	100%

E. Metode Analisis Instrumen

1. Validitas Isi

Sebelum melakukan analisis data penelitian sesuai dengan model yang sudah dihipotesiskan, maka peneliti menguji terlebih dahulu validitas konstruk dari tiap instrumen penelitian yang digunakan. Menurut Sugiyono (2019) instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid. Valid artinya instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Pengujian validitas pada penelitian ini menggunakan *expert judgement* yaitu dosen pembimbing yang akan menilai dan menyarankan aitem-aitem yang akan diuji. Setelah peneliti menyusun dan memperbaiki aitem-aitem yang ada, kemudian dosen pembimbing telah mengatakan bahwa aitem pada variabel tersebut valid maka dapat dilakukan penelitian.

2. Analisis Aitem

Uji coba perlu dilakukan untuk menentukan apakah aitem tersebut valid atau tidak. Pengujian data dilakukan dengan diskriminasi aitem untuk melihat aitem yang gugur, yaitu membandingkan nilai *Corrected Item-Total Correlation* dengan 0,300. Aitem yang di atas 0,300 dapat dilanjutkan untuk penelitian selanjutnya. Sedangkan aitem yang di bawah 0,300 berarti tidak valid sehingga harus dikeluarkan atau tidak diproses lebih lanjut.

3. Uji Reliabilitas

Uji lainnya adalah uji reliabilitas. Payadnya dan I GusTi (2018) menjelaskan bahwa uji reliabilitas menunjukan indeks yang mengindikasikan suatu alat ukur

dapat dipercaya atau diandalkan. Dengan demikian suatu tes dapat dikatakan reliabel apabila tes tersebut dapat memberikan hasil yang tetap. pada penelitian ini pengujian realibilitas menggunakan program *SPSS 26.0 for Windows* serta kriteria untuk penafsiran reliabilitas, yaitu:

Tabel 3.4
Kriteria Uji Reliabilitas

Interval Koefisien Reliabilitas	Penafsiran
0,80-1,00	Sangat Reliable
0,60-0,799	Reliable
0,40-0,499	Cukup Reliable
0,20-0,399	Kurang Reliable
0,00-0,199	Tidak Reliable

Sumber : Riduwan & Sunarto, (2015)

E. Teknik Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan pada kedua variabel untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau mendekati normal. Jika analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu data berasal dari distribusi yang normal. Jika data tidak berdistribusi normal, atau jumlah sampel sedikit dan jenis data adalah nominal atau ordinal maka metode yang digunakan adalah statistik nonparametric. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah:

- 1) Jika sig. (signifikansi) $< 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal.
- 2) Jika sig. (signifikansi) $> 0,05$, maka data berdistribusi normal.

Pada penelitian ini uji normalitas dihitung dengan menggunakan uji One Sample Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi 0,05. Data dinyatakan

berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program *SPSS (Statistical Package for the Social Science)* versi 26.

2. Uji Regresi Linier Sederhana

Dalam penelitian ini terdapat satu variabel bebas yang akan diuji untuk mengetahui pengaruhnya terhadap variabel terikat, maka proses analisis regresi yang dilakukan adalah menggunakan analisis regresi sederhana. Menurut Sugiyono (2019) persamaan regresi berganda yang ditetapkan adalah sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = Resiliensi

a = Nilai Y bila $X=0$

b = Angka arah atau koefisien regresi, yang menunjukkan angka peningkatan ataupun penurunan variabel dependen

X = Regulasi Diri

3. Uji Koefisien Determinasi

Perhitungan koefisien Determinasi dapat dilakukan sebagai berikut :

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

Dimana :

KD = Koefisien Determinasi

r = Koefisien Korelasi Pearson