

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian yang Digunakan

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi karena penelitian ini bertujuan untuk mencari seberapa besar hubungan variable bebas. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menguji teori tertentu secara deduktif dengan cara meliputi hubungan antar variable yang digunakan. Data dari penelitian yang berbentuk angka atau metode ini menggunakan statistika (Creswell, 2007).

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini mengenai hubungan kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada mahasiswi yang memiliki variable penelitian sebagai berikut:

1. Variable Tergantung : Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa
2. Variable Bebas : Kontrol Diri

3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Pada setiap penelitian, sangatlah penting menghindari interpretasi dalam suatu pengertian variable. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

1. Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa

Gaya hidup hedonisme adalah sikap hidup yang dimiliki oleh mahasiswa yang menuntut ilmu di perguruan tinggi, dimana mahasiswa tersebut berorientasi pada mencari kesenangan maupun kebahagiaan serta menghindari penderitaan dan juga kesengsaraan dilihat dari kegiatan yang menghabiskan waktu serta uang. Mahasiswa termasuk pada remaja akhir atau akan memasuki dewasa awal yang biasanya adalah suatu titik awal dimana orang muda memasuki masa

dewasa ditentukan oleh pilihan-pilihan seperti harus melanjutkan akademik, karir, pasangan dan identitas diri (Siswoyo dalam Lastry & Rahayu, 2018). Gaya hidup hedonis diukur dengan menggunakan skala gaya hidup hedonisme yaitu aktivitas, minat (*interest*), dan pendapat (*Opini*). Semakin tinggi skor hedonisme yang diperoleh, maka semakin tinggi gaya hidup hedonisme yang dimiliki, begitupula sebaliknya.

2. Kontrol Diri

Kontrol diri adalah upaya yang dilakukan secara sadar oleh individu untuk mengatur, membatasi, serta menahan tingkah laku dan pikirannya sendiri dari perilaku yang beresiko dan tidak sesuai dengan norma yang berkembang di lingkungannya. Kemampuan kontrol diri akan disusun menggunakan aspek-aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Kontrol diri diperoleh melalui Skala Kontrol Diri. Semakin tinggi skor kontrol diri yang diperoleh maka semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki, begitupula dengan sebaliknya.

3.4. Subjek Penelitian

3.4.1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang berisi subjek maupun objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan untuk mendapatkan hasil penelitian. Dari populasi juga dapat diambil suatu data untuk memecahkan permasalahan dalam penelitian Sugiyono, (2015). Adapun populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang saat itu berada di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang dan Jendela Café . Dengan kriteria populasi sebagai berikut:

1. Minimal 3 kali dalam satu minggu mengunjungi *coffeeshop*.
2. Minimal 2 kali dalam satu minggu membeli barang yang hanya menarik perhatian mata.
3. Selalu menggunakan barang-barang "*branded*".

3.4.2. Teknik Sampling

Pengambilan sampling pada penelitian ini yaitu menggunakan sampling insidental. Sampling insidental yaitu teknik pengambilan sampel secara kebetulan, dengan mengambil responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Sugiono, 2011)

3.5. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan skala Likert sebagai alat dalam pengumpulan data karena mengukur secara keseluruhan suatu pengalaman. Skala ini diberikan langsung oleh peneliti kepada subjek/responden dan bersifat rahasia. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu Skala Gaya Hidup Hedonisme dan Skala Kontrol Diri. Adapun sekala tersebut ialah:

1. Skala Gaya Hidup Hedonisme

Item-item yang terdapat pada skala ini dibuat berdasarkan aspek-aspek gaya hidup hedonisme.

- a. Aktivitas
- b. Minat
- c. Opini

Dalam skala ini terdapat dua jenis item, yaitu item yang mendukung (*favorable*) dan item yang tidak mendukung (*unfavorable*). Pada skala ini terdapat empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor pada item favorable meliputi skor

4 Sangat Sesuai (SS), 3 Sesuai (S), 2 Tidak Sesuai (TS), 1 Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan pada item unfavorable meliputi skor 1 Sangat Sesuai (SS), skor 2 Sesuai (S), skor 3 (Tidak Sesuai), skor 4 Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 1. Blue Print Gaya Hidup Hedonisme

Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Aktivitas	5	5	10
Minat	5	5	10
Opini	5	5	10
Jumlah	15	15	30

2. Skala Kontrol Diri

Item-item yang terdapat pada skala ini dibuat berdasarkan aspek-aspek kontrol diri:

- a. Kontrol perilaku
- b. Kontrol kognitif
- c. Kontrol keputusan

Dalam skala ini terdapat dua jenis item, yaitu item yang mendukung (*favorable*) dan item yang tidak mendukung (*unfavorable*). Pada skala ini terdapat empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor pada item favorable meliputi skor 4 Sangat Sesuai (SS), 3 Sesuai (S), 2 Tidak Sesuai (TS), 1 Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan pada item unfavorable meliputi skor 1 Sangat Sesuai (SS), skor 2 Sesuai (S), skor 3 (Tidak Sesuai), skor 4 Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 2. Blue Print Kontrol Diri

Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Kontrol perilaku	5	5	10
Kontrol kognitif	5	5	10
Kontrol kepuasan	5	5	10
Jumlah	15	15	30

3.6. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur

Menurut Sugiono (2011) validitas adalah kemampuan instrument atau tes pada pengumpulan data untuk mengukur sejauh mana instrument dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Peneliti menggunakan teknik analisis *Pearson Product Moment Correlation* karena bertujuan untuk menguji korelasi kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa. Bila telah diketahui koefisien validitas item, maka proses selanjutnya menggunakan analisis korelasi *Part-Whole*. Peneliti menghitung menggunakan bantuan program *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for Windows* untuk menghemat waktu tanpa menghitung manual dan hasil yang diperoleh akurat (Azwar,2015).

Reliabilitas adalah suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik dan sudah dapat dikatakan konsisten (Arikunto, 2013). Untuk mengetahui reliabilitas skala gaya hidup hedonisme pada mahasiswa dengan kontrol diri digunakan teknik koefisien *Alpha Cronbach*.

3.7. Metode Analisis Data

Sugiyono (2015) dan Azwar (2016) menjelaskan bahwa analisis data dilakukan setelah data dari seluruh subjek/responden maupun sumber lain terkumpul. Metode analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dari *Karl Pearson* karena bertujuan untuk menguji korelasi gaya hidup hedonismes dengan kontrol diri.