

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian Kuantitatif

Pengertian penelitian atau *research* ialah mencari kembali. *Re* artinya kembali dan *to search* ialah mencari. Dapat dikatakan kembali karena hasil penelitian yang sebelumnya belum tentu benar selamanya. Sebab itu objek, lokasi, dan waktu berbeda dari yang dilakukan penelitian sebelumnya. Tujuan dari penelitian kuantitatif adalah menguji teori yang telah dilakukan peneliti sebelumnya apakah benar atau salah (Sarmanu, 2017). Menurut Azwar (dalam Ambarini, 2019) pendekatan dengan metode kuantitatif lebih mengarah pada data dalam bentuk numerik atau angka yang dilakukan sesuai prosedur pengukuran kemudian dilanjutkan dengan metode analisis statistika. Metode kuantitatif korelasional akan memperoleh bukti signifikan dalam hubungan antar variabel yang terlibat.

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah resiliensi, sedangkan variabel tergantung dalam penelitian ini adalah stres pada orang indigo.

a. Variabel bebas : Resiliensi

b. Variabel Tergantung : Stres Pada Orang Indigo

3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.3.1. Stres pada Orang Indigo

Stres pada orang indigo respon karena adanya tekanan yang diakibatkan karena ketidakmampuan dalam menghadapi tuntutananya dan adanya rasa tidak nyaman akan lingkungan di sekitar terhadap individu yang memiliki indra ke-enam. Stres diukur menggunakan skala stres yang disusun melalui aspek stres, yaitu: gejala perilaku, gejala emosi, gejala fisik, dan gejala kognitif. Semakin tinggi skor skala stres, menandakan bahwa individu memiliki stres yang tinggi. Begitupun dengan sebaliknya.

3.3.2. Resiliensi

Resiliensi adalah bagaimana kemampuan seseorang ketika menghadapi dan mengatasi suatu masalah yang ada di kehidupan sehari-hari maupun di lingkungan sekitar serta mampu mengendalikan diri ketika berada dalam penderitaan. Resiliensi diukur menggunakan skala resiliensi yang disusun berdasarkan aspek resiliensi, yaitu: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, *self efficacy*, *causal analysis*, empati, dan *reaching out*. Semakin tinggi skor skala resiliensi, membuktikan bahwa individu tersebut memiliki resiliensi yang tinggi, begitupun sebaliknya.

3.4. Subjek Penelitian

3.4.1. Populasi

Populasi ialah suatu kelompok individu yang akan diteliti dengan jumlah yang banyak dan pengambilannya melalui generalisasi (Winarsunu, 2002). Populasi dalam penelitian ini ialah komunitas indigo Kota Semarang.

3.4.2. Teknik Pengambilan Sampling

Teknik pengambilan yang dipilih dalam penelitian ini adalah teknik *Incidental Sampling*. Teknik *Incidental Sampling* ialah teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti ketika secara tidak sengaja menjumpai individu yang dirasa sesuai dengan kriteria penelitiannya tersebut (Idrus, 2009).

3.5. Teknik Pengumpulan Data

3.5.1. Alat Ukur

Pada penelitian ini peneliti mengumpulkan data yang berhubungan dengan resiliensi dan stres, menggunakan skala psikologi. Alat yang akan digunakan pada penelitian ini ialah Skala Likert. Menurut Supratiknya (dalam Ambarini, 2019) Skala Likert ialah bentuk skala yang digunakan untuk melihat dan mengukur sikap subjek pada atribut psikologis tertentu atau tentang kepemilikan subjek pada atribut psikologis tertentu. Menurut Supratiknya (dalam Ambarini, 2019) Skala Likert terdapat dua jenis item di dalamnya, ialah item *favorable* yang berisi tentang pernyataan yang sifatnya mendukung dan positif, dan item *unfavorable* yang berisi tentang pernyataan yang sifatnya mengingkari dan negatif.

Skala psikologis yang digunakan peneliti terdiri dari empat alternatif pilihan jawaban yang dapat dipilih oleh subjek penelitian, berikut adalah pilihan jawaban yang digunakan ialah; SS (sangat sesuai), apabila pertanyaan sangat sesuai dengan kondisi yang dialami subjek; S (sesuai), apabila pertanyaan sesuai dengan kondisi yang dialami subjek; TS (tidak sesuai), apabila pertanyaan tidak sesuai dengan kondisi yang dialami subjek; STS (sangat tidak sesuai), apabila pertanyaan sangat tidak sesuai dengan kondisi yang dialami subjek.

Dalam penelitian ini sistem penilaian pada setiap item akan menggunakan cara berikut ini: pertanyaan favorable jawaban STS (sangat tidak sesuai) akan diberi skor 1, jawaban TS (tidak sesuai) akan diberi skor 2, jawaban S (sesuai) akan diberi skor 3, jawaban SS (sangat sesuai) akan diberi skor 4, sedangkan untuk unfavorable jawaban SS (sangat sesuai) akan diberi skor 1, jawaban S (sesuai) akan diberi skor 2, jawaban TS (tidak sesuai) akan diberi skor 3, jawaban STS (sangat tidak sesuai) akan diberi skor 4. .

3.5.2. Blue Print

3.5.2.1. Skala Stres pada Orang Indigo

Skala stres pada orang indigo berjumlah 20 item pernyataan yang terdiri dari pernyataan *favorable*. Gejala – gejala yang akan dipakai yaitu gejala perilaku, gejala emosi, gejala kognitif, dan gejala fisik. Rancangan skala stres pada orang indigo dapat dilihat pada tabel 3.1.

Tabel 3.1. Blueprint skala stres pada orang indigo

No	Aspek	Item
1.	Perilaku	5
2.	Emosi	5
3.	Kognitif	5
4.	Fisik	5
Total		20

3.5.2.2. Skala Resiliensi

Skala resiliensi berjumlah 42 item pernyataan yang terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Aspek – aspek yang akan digunakan adalah regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, *self efficacy*, *causal analysis*, empati, dan *reaching out*. Rancangan skala stres pada orang indigo dapat dilihat pada tabel 3.2.

Tabel 3.2. Blueprint skala resiliensi

No	Aspek	Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Regulasi Emosi	3	3	6
2.	Pengendalian Impuls	3	3	6
3.	Optimisme	3	3	6
4.	<i>Self - Efficacy</i>	3	3	6
5.	<i>Causal Analysis</i>	3	3	6
6.	Empati	3	3	6
7.	<i>Reaching Out</i>	3	3	6
Total		21	21	42

3.6. Validitas dan Realibilitas Alat Ukur

Menurut Supratiknya (dalam Ambarini, 2019) validitas ialah kualitas esensial yang dilihat dari sejauh mana suatu instrumen baik berupa non-tes maupun tes sebagai metode asesmen psikologi dapat mengukur sebuah atribut psikologi dengan benar untuk sasaran atau objek yang hendak diukur. Tidak hanya itu, validitas mempunyai pengertian lain ialah sebuah taraf yang mengarahkan sejauh mana bukti empiris maupun teoritis pada dukungan penafsiran skor tes sesuai dengan tujuan yang digunakan tes.alat ukur yang dianggap valid apabila mampu memberikan data yang tepat dan mampu memberikan gambaran tentang data tersebut.

Pada penelitian ini, korelasi Product Moment dari Karl Pearson supaya mendapatkan koefisien korelasi dan mampu menguji kesahan alat ukur, kemudian diperbaiki ulang melalui teknik *Part-Whole* agar mendapat skor yang murni validitas item.

Realibilitas ialah hasil suatu pengukuran yang hendak dilakukan dan dipercaya serta dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya. Teknik tinggi rendahnya reliabilitas alat ukur diartikan sebagai koefisien reliabilitas. *Alpha Cronbach* adalah teknik yang dapat digunakan saat menguji reliabilitas.

3.7. Metode Analisis Data

Pada penelitian ini akan menggunakan metode statistika, karena data yang diperoleh berupa *number* / angka. Metode statistik yang akan digunakan pada penelitian ini ialah Teknik korelasi Spermán. Korelasi Spermán yang akan digunakan dalam mencari ada atau tidaknya hubungan antara resiliensi sebagai variabel bebas dan stres pada orang indigo sebagai variabel tergantung.

