

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan penelitian ini adalah metode kuantitatif. Azwar (2015) mengungkapkan penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menganalisis data angka yang kemudian diolah menggunakan statistika. Pendekatan kuantitatif digunakan pada penelitian yang pengujiannya menggunakan hipotesis atau sering disebut dengan penelitian inferensial. Selain itu penelitian kuantitatif juga dapat memberikan kesimpulan dari hasil penelitian pada probabilitas kesalahan pada hipotesis nihil.

#### **3.2 Identifikasi Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini satu variabel yang ada tidak hanya berkaitan dengan satu variabel yang lain namun bisa saling mempengaruhi variabel yang lain. Oleh sebab itu, perlu dilakukannya identifikasi variabel penelitian yang berfungsi untuk penetapan variabel utama pada penelitian dan fungsinya masing-masing (Azwar, 2015). Berdasarkan tujuan dan landasan teori yang telah disusun sebelumnya, maka variabel yang digunakan pada penelitian ini:

- Kesejahteraan psikologis sebagai variabel tergantung (Y),
- Persepsi Peran ganda sebagai variabel bebas (X1)
- Kesehatan mental sebagai variabel bebas (X2)

### 3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional merupakan definisi perumusan variabel yang dibuat berdasarkan karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2015). Definisi operasional variabel penelitian ini sebagai berikut:

#### 1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologi wanita karir adalah sebuah kondisi seorang perempuan yang ditandai atau dimaknai dari perasaan yang bahagia dalam memenuhi kepuasan hidup dengan cara bekerja diluar tugasnya sebagai ibu rumah tangga dan menerapkan peran keterlibatannya dalam merealisasikan ilmu yang dimiliki dengan baik. Kesejahteraan psikologis wanita karir dapat diukur melalui aspek penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, penguasaan diri terhadap sekitar, tujuan hidup, dan aktualisasi diri. Semakin tinggi nilai skala kesejahteraan psikologis maka semakin baik kesejahteraan psikologis wanita karir, begitupun sebaliknya.

#### 2. Persepsi Peran Ganda

Persepsi peran ganda adalah sebuah penafsiran atau cara pandang mengenai kewajiban yang dijalankan seseorang dengan status lebih dari satu yang berakibat memikul tanggung jawab yang lebih dengan konsep dualisme kultural. Aspek pengukuran peran ganda adalah konasi, kognisi, dan afeksi. Semakin tinggi nilai skala persepsi peran ganda maka semakin baik persepsi peran ganda wanita karir, begitupun sebaliknya.

### **3. Kesehatan Mental**

Kesehatan mental adalah komponen yang membentuk dan menjaga baik relasi sosial maupun produktivitas dalam keseimbangan suatu kebutuhan hidup. Kesehatan mental dapat dilihat dari keadaan pada diri seseorang yang menerima dirinya sendiri baik kelemahan maupun kekurangan, dan mampu menghadapi setiap masalah dalam hidup serta memiliki kepuasan (kebahagiaan) hidup. Aspek pengukuran kesehatan mental adalah perasaan positif, kepuasan diri, rasa cinta, dan rasa bahagia. Semakin tinggi nilai skala kesehatan mental maka semakin baik kesehatan mental wanita karir, begitupun sebaliknya.

#### **3.4 Subjek Penelitian**

##### **3.4.1 Populasi**

Populasi pada penelitian ini adalah wanita karir bekerja di perkantoran (Bank) dengan lama bekerja minimal 3 tahun yang berada di Kota Semarang dengan rentang usia 27 – 40 tahun yang telah menikah dan memiliki anak. Badan Pusat Statistik (2006) mengatakan usia 27 – 40 tahun merupakan usia produktif seorang wanita dalam berkarir. Usia 27 – 40 juga merupakan usia dimana seorang perempuan telah memilih untuk menikah dan berkeluarga, sehingga rentang usia 27 – 40 dianggap dapat menjadi populasi dalam penelitian ini. Suatu populasi harus memiliki karakteristik pada kelompok subjek yang diteliti agar dapat membedakan dengan kelompok subjek yang lain (Azwar, 2015). Sugiyono (2015) mengungkapkan populasi adalah suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kualitas dan

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik menjadi kesimpulan.

### 3.4.2 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *incidental sampling*, dimana sampel ini dilakukan dengan menentukan sampel berdasarkan sebuah kebetulan. Individu yang tidak sengaja bertemu dan memiliki peluang dengan peneliti dan dapat digunakan sebagai sampel bila dipandang cocok dan memenuhi kriteria yang diperlukan sesuai dengan penelitian yang bersangkutan (Sugiyono, 2015).

### 3.5 Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini perlu adanya metode pengumpulan data yang berguna untuk mengungkap sebuah fakta yang berkaitan dengan variabel yang diteliti. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah metode survey dengan cara menyebarkan kuesioner berupa *link* yang menggunakan *google form* kepada para perempuan yang menjalankan peran ganda dalam hidupnya (bekerja & berkeluarga). Penelitian ini menggunakan kuesioner *online* karena diharapkan sampel yang didapatkan akan lebih luas dan dapat mencakup hasil dari kuesioner. Distribusi *link* kuesioner dilakukan dengan cara menghubungi kerabat dan orang-orang terdekat penulis yang memenuhi kriteria pada subjek penelitian. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode skala.

Skala merupakan sebuah alat ukur yang digunakan untuk memperoleh konstruk psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar,

2008). Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah pengumpulan data penelitian yang dilakukan menggunakan metode skala dengan Metode Likert, yang menjelaskan pernyataan sikap menggunakan distribusi respons sebagai dasar penentu nilai skala. Menurut Sugiyono (2014) skala Likert dapat mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial khususnya wanita karir dengan 5 tingkat jawaban: 1 (sangat tidak setuju-STS), 2 (tidak setuju-TS), 3 (setuju-S), 4 (sangat setuju-SS). Adapula pilihan jawaban Netral (N) atau Ragu-ragu (R) karena menjadi alternatif jawaban dengan kecenderungan subjek untuk menjawab netral dan memiliki makna ganda (Sukardi, 2013).

Berikut merupakan Blue-print terkait pada skala penelitian kesejahteraan psikologis wanita karir ditinjau dari persepsi peran ganda dan kesehatan mental.

**Tabel 1. Blue-Print Skala Kesejahteraan Psikologis**

| <b>Aspek Kesejahteraan Psikologi</b> | <b>Favorable</b> | <b>Unfavorable</b> | <b>Total</b> |
|--------------------------------------|------------------|--------------------|--------------|
| Penerimaan diri                      | 2                | 2                  | 4            |
| Hubungan positif                     | 2                | 2                  | 4            |
| Penguasaan diri                      | 2                | 2                  | 4            |
| Tujuan hidup                         | 2                | 2                  | 4            |
| Aktualisasi diri                     | 2                | 2                  | 4            |
| <b>Total</b>                         | <b>10</b>        | <b>10</b>          | <b>20</b>    |

Tabel 1 merupakan blue print jumlah pernyataan/item dari kesejahteraan psikologis, dimana terdapat aspek kesejahteraan psikologis seperti, penerimaan diri, hubungan positif, penguasaan diri, tujuan hidup, dan aktualisasi diri. Setiap aspek kesejahteraan psikologis terdapat 2 item favorable dan 2 item

unfavorable, sehingga jumlah total item pada aspek kesejahteraan psikologis adalah 20 item.

**Tabel 2. Blue-Print Skala Persepsi Peran Ganda**

| <b>Aspek Persepsi Peran Ganda</b> | <b>Favorable</b> | <b>Unfavorable</b> | <b>Total</b> |
|-----------------------------------|------------------|--------------------|--------------|
| Konasi                            | 2                | 2                  | 4            |
| Kognitif                          | 2                | 2                  | 4            |
| Afeksi                            | 2                | 2                  | 4            |
| <b>Total</b>                      | <b>6</b>         | <b>6</b>           | <b>12</b>    |

Tabel 2 merupakan blue print jumlah pernyataan/item dari peran ganda, dimana terdapat aspek peran ganda seperti, konasi, kognisi, dan afeksi.. Setiap aspek peran ganda terdapat 2 item favorable dan 2 item unfavorable, sehingga jumlah total item pada aspek peran ganda adalah 12 item.

**Tabel 3. Blue-Print Skala Kesehatan Mental**

| <b>Aspek Kesehatan Mental</b> | <b>Favorable</b> | <b>Unfavorable</b> | <b>Total</b> |
|-------------------------------|------------------|--------------------|--------------|
| Perasaan positif              | 2                | 2                  | 4            |
| Kepuasan diri                 | 2                | 2                  | 4            |
| Rasa cinta                    | 2                | 2                  | 4            |
| Rasa bahagia                  | 2                | 2                  | 4            |
| <b>Total</b>                  | <b>8</b>         | <b>8</b>           | <b>16</b>    |

Tabel 3 merupakan blue print jumlah pernyataan/item dari kesehatan mental, dimana terdapat aspek kesehatan mental seperti, perasaan positif, kepuasan diri, rasa cinta, dan rasa bahagia. Setiap aspek kesehatan mental terdapat 2 item favorable dan 2 item unfavorable, sehingga jumlah total item pada aspek kesejahteraan psikologis adalah 16 item.

### 3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

#### 3.6.1 Validitas Alat Ukur

Validitas alat ukur adalah sebuah keabsahan dan ketelitian akar ukur yang digunakan dalam sebuah penelitian (Ihsan, 2014). Pada penelitian ini, validitas alat ukur yang digunakan adalah logical validity atau yang kerap disebut dengan validitas kosntruksi. Jika dalam konstruksi teoritik yang membahas mengenai suatu ciri gejala dapat menghasilkan dan melahirkan sebuah definisi yang logik dan jelas, maka setiap items yang dibahas akan ditulis menurut logik koform dengan definisi yang sama (Hadi dalam Ihsan, 2014). Penelitian ini menggunakan aplikasi bernama SPSS (Statistical Packages for Social Sciences) dalam melakukan perhitungan nilai Corrected Item Total Corelation dimana item pertanyaan dengan nilai yang negatif dan lebih kecil dari r tabel akan dikatakan tidak valid.

#### 3.6.2 Reliabilitas Alat Ukur

Ihsan (2014), mengatakan reliabilitas hasil pengukuran yang dikomparasi terhadap subjek. Reliabilitas digunakan untuk melihat konsistensi pengukuran dengan berbagai pertanyaan dan waktu yang ditentukan (Nasution & Usman, 2006). Pada penelitian ini agar data yang dihasilkan reliabel maka skala akan diuji reliabilitasnya dengan menggunakan metode Cronbach's Alpha dan akan diolah menggunakan aplikasi SPSS (Statistical Packages for Social Sciences).

### 3.7 Metode Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan mengolah data yang diperoleh berdasarkan pengelompokan data pada variabel dan jenis responden, metabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, dilakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis (Sugiyono, 2008).

Metode analisis data *konkordansi kendall* digunakan untuk uji statistik pada hipotesis 1: Terdapat hubungan antara persepsi peran ganda dan kesehatan mental dengan kesejahteraan psikologis wanita karir, sedangkan Hipotesis 2: Terdapat hubungan positif antara persepsi peran ganda dengan kesejahteraan psikologis wanita karir, hipotesis 3: Terdapat hubungan positif antara kesehatan mental dengan kesejahteraan psikologis wanita karir menggunakan metode analisis *spearman rho*.