

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis Penelitian**

Peneliti melakukan penelitian ini dengan jenis penelitian kuantitatif. Azwar (2017) menjelaskan penelitian kuantitatif sebagai suatu penelitian yang mempergunakan angka pada data penelitiannya, lalu menganalisis data tersebut menggunakan teknik statistika. Secara lebih spesifik, peneliti melakukan penelitian kuantitatif korelasional yang dijelaskan oleh Creswell (2014) sebagai suatu teknik yang menggunakan statistik korelasional dalam mengukur hubungan antara dua atau lebih variabel.

#### **3.2 Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### **3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang peneliti teliti, meliputi :

Variabel Tergantung : Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa

Variabel Bebas : Tujuan Hidup

##### **3.2.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian**

###### **1. Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa**

Kesejahteraan subjektif merupakan suatu evaluasi secara afektif dan kognitif mengenai kehidupan yang didasarkan dari pengalaman hidup secara keseluruhan yang dialami individu yang sedang belajar di perguruan tinggi. Kesejahteraan subjektif dapat muncul pada diri individu

ketika individu lebih sering mendapati adanya afeksi positif dibandingkan afeksi negatif, serta mengalami kepuasan hidup yang tinggi. Peneliti mengukur kesejahteraan subjektif pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata menggunakan skala kesejahteraan subjektif berdasarkan konsep Akbar (2016) dan Seligman (2002). Peneliti membuat skala tersebut berdasarkan komponen yang didalamnya mencakup kepuasan hidup, emosi positif dan emosi negatif. Semakin tinggi skor skala kesejahteraan subjektif maka semakin tinggi juga tingkat kesejahteraan subjektif pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata begitu juga sebaliknya.

## 2. Tujuan Hidup

Tujuan hidup adalah serangkaian nilai yang berarti dan penting untuk kehidupan individu secara personal yang berfungsi menjadi pengarah untuk berbagai kegiatan yang dijalankannya. Peneliti mengukur tujuan hidup menggunakan skala tujuan hidup yang dilandasi unsur-unsur tujuan hidup berdasarkan konsep Frank (dalam Bastaman, 2007) yang meliputi kebebasan berkehendak, hasrat hidup bermakna, dan makna hidup. Semakin tinggi skor skala tujuan hidup artinya semakin jelas tujuan hidup individu. Berlaku juga sebaliknya, semakin rendah skor skala tujuan hidup artinya semakin kabur tujuan hidup individu.

### **3.3 Subjek Penelitian**

#### **3.3.1 Populasi**

Menurut Azwar (2017) Populasi merupakan sekelompok subjek yang dapat berguna untuk dijadikan generalisasi pada hasil penelitian. Peneliti menggunakan populasi dengan karakteristik sebagai berikut :

- a. Mahasiswa di Universitas Katolik Soegijapranata.
- b. Mahasiswa jurusan psikologi yang berada di semester 1-4.

#### **3.3.2 Teknik Pengambilan Sampel**

Azwar (2017) menjelaskan bahwa sampel merupakan sebagian dari jumlah karakteristik atas populasi yang telah ditentukan. Pengukuran sampel merupakan sebagian dari populasi yang dapat digunakan untuk menentukan besarnya sampel yang diambil dalam melaksanakan penelitian. Sampel yang dipilih harus menunjukkan segala karakteristik keadaan populasi atau mewakili (representatif). Peneliti memilih untuk mempergunakan teknik *snowball* dalam mengambil sampel pada penelitian ini. Teknik Snowball menggunakan kriteria populasi yang dapat peneliti temukan, kemudian beberapa sampel diminta untuk menyebarluaskan alat ukur yang sesuai dengan kriteria populasi penelitian kepada sampel yang lain (Priyono, 2016).

Pada penelitian ini, peneliti memilih untuk berfokus pada Mahasiswa aktif jurusan Psikologi, artinya peneliti mencari subjek-subjek yang sesuai dengan karakteristik tersebut untuk meminta tolong subjek mengisi skala penelitian dan membantu peneliti di dalam penyebaran skala penelitian kepada subjek lain yang

memiliki karakteristik tersebut. Peneliti memilih untuk menggunakan teknik snowball sampling dikarenakan peneliti merasa bahwa teknik tersebut bersifat efektif dan efisien dalam pengambilan sampel pada data penelitian.

### **3.4 Metode Pengumpulan Data**

#### **3.4.1 Alat Pengumpulan Data**

Terdapat dua skala penelitian dalam penelitian ini, yakni kesejahteraan subjektif dan tujuan hidup. Pada variabel kesejahteraan subjektif peneliti mengukur menggunakan skala kesejahteraan subjektif dengan penyusunan yang dilandaskan komponen kesejahteraan subjektif menurut Akbar (2016) dan Seligman (2002) yang meliputi kepuasan hidup, serta emosi positif dan emosi negatif. Lalu pada skala tujuan hidup disusun berdasarkan unsur tujuan hidup menurut Frank (dalam Bastaman, 2007) yang meliputi kebebasan berkehendak, hasrat hidup secara bermakna, dan makna hidup itu sendiri.

#### **3.4.2 Blueprint dan Cara Penilaian**

Berikut merupakan penjelasan dari dua skala yang telah disebutkan di atas :

1. Skala Kesejahteraan Subjektif

Peneliti menyusun skala kesejahteraan subjektif yang mengacu terhadap komponen kesejahteraan subjektif yang mencakup aspek kepuasan hidup, serta emosi positif dan emosi negatif. Dalam skala ini, peneliti menggunakan beberapa item pernyataan yang bersifat positif dan menunjang (*favorable*) serta bersifat negatif dan tidak mendukung (*unfavorable*).

Pada bagian pengisian skala, peneliti meminta responden untuk mengisi alternatif pilihan yang diberikan dalam setiap pernyataan yang sudah dibuat. Alternatif pilihan tersebut mencakup kategori Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Dalam setiap item yang bersifat positif (*favorable*) Sangat Sesuai (SS) beroleh skor 4, Sesuai (S) beroleh skor 3, Tidak Sesuai (TS) beroleh skor 2, serta Sangat Tidak Sesuai (STS) beroleh skor 1. Sementara untuk menilai setiap item yang komponennya bersifat negatif (*unfavorable*) mencakup penilaian yang sebaliknya. Jawaban Sangat Sesuai (SS) beroleh skor 1, Sesuai (S) beroleh skor 2, Tidak Sesuai (TS) beroleh skor 3, serta Sangat Tidak Sesuai (STS) beroleh skor 4. Di bawah ini merupakan Blueprint pada Skala Kesejahteraan Subjektif dan Skala Tujuan Hidup yang ditentukan peneliti dalam penelitian ini :

**Tabel 3. 1. Blueprint Skala Kesejahteraan Subjektif**

Komponen Kesejahteraan Subjektif	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Kepuasan Hidup	2,3	1,4	4
Emosi Positif	5,7	6,8	4
Emosi Negatif	10,12	9,11	4
Total			12

## 2. Skala Tujuan Hidup

Penyusunan skala tujuan hidup yang disusun oleh peneliti didasarkan pada unsur tujuan hidup yang meliputi kebebasan berkehendak, hasrat hidup bermakna, serta makna hidup itu sendiri. Peneliti membuat beberapa item pernyataan pada skala ini, baik item-item pernyataan yang sifatnya positif dan menunjang (*favorable*) maupun item-item pernyataan yang tidak mendukung (*unfavorable*).

**Tabel 3. 2. Blueprint Skala Tujuan Hidup**

Unsur-Unsur Tujuan Hidup	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Kebebasan dalam berkehendak	13,15	14,16	4
Hasrat untuk hidup bermakna	17,19	18,20	4
Makna Hidup	21,23	22,24	4
Total			12

### 3.5 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

#### 3.5.1 Validitas Alat Ukur

Azwar (2017) mengungkapkan Validitas sebagai suatu kemampuan yang dimiliki alat ukur ketika digunakan dalam mengukur pada saat itu. Suatu alat ukur dapat dikatakan menghasilkan data yang valid apabila adanya kesesuaian dari objek pengukuran dengan deskripsi dari setiap variabelnya. Penelitian ini menggunakan uji validitas pada alat ukur dengan *teknik analisis korelasi pearson product moment* yang dikorelasi dengan *part-whole*.

### 3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2017) reliabilitas lebih cenderung mengacu pada tingkat konsistensi dari hasil pengukuran melalui penggunaan alat ukur yang digunakan. Konsistensi sendiri dijelaskan sebagai bagian dari indikator akurasi dalam suatu alat ukur, karena item yang valid merupakan item yang reliabel. Sebuah alat ukur yang reliabel harus memiliki tingkat koefisien reliabilitas yang lebih mendekati angka 1. Peneliti pada penelitian ini menggunakan teknik pengujian reliabilitas dengan teknik *Alpha Cronbach*.

### 3.6 Teknik Analisis Data

Peneliti menerapkan metode kuantitatif untuk mengidentifikasi hubungan antara tujuan hidup dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa. Peneliti meneliti dengan menerapkan teknik korelasi menurut *Karl Pearson*. Peneliti menggunakan teknik tersebut untuk menjawab hipotesis penelitian dan meneliti apakah variabel tujuan hidup bersifat saling berhubungan dengan variabel kesejahteraan subjektif pada mahasiswa psikologi. Peneliti menggunakan analisis korelasional dengan program *SPSS ver 26*.