

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

##### **1. Rancangan Penelitian**

Sugiyono menyebutkan bahwa variabel dalam penelitian merupakan suatu atribut atau sifat, objek, ataupun kegiatan yang bervariasi yang kemudian ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.<sup>1</sup> Variabel dalam sebuah penelitian merujuk pada konstruk mengenai atribut atau karakteristik suatu objek baik dari individu atau kelompok yang dapat diamati dan dapat diukur menggunakan skala yang telah ditetapkan untuk diteliti. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang dikategorikan ke dalam variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) yaitu sebagai berikut :

##### **a. Variabel Bebas**

Variabel bebas adalah variabel yang dapat mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan dari variabel terkait (Y). Pada penelitian ini yang merupakan variabel bebas (X) Penyesuaian Diri.

##### **b. Variabel Terkait**

Sedangkan variabel terkait Sedangkan variabel terkait (Y) merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (X) yang artinya variabel menjadi akibat adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang termasuk variabel terkait (Y) yaitu Resiliensi.

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), Hlm. 61

## B. Populasi Dan Sampel

Sugiyono menyatakan bahwa populasi merupakan subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk kemudian diamati dan dipelajari, lalu ditarik kesimpulan mengenai populasi tersebut berdasarkan hasil penelitian.<sup>2</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh relawan bencana alam di Rumah Zakat Kediri yang berjumlah 37 relawan.

**Tabel 3.1**  
**Populasi dan Sampel**

<b>Tabel jumlah relawan bencana alam Rumah Zakat Kediri</b>		
<b>Relawan Rumah Zakat</b>		<b>Jumlah</b>
perempuan	Laki-laki	
22	15	37

Menurut Sugiyono, 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 sampel yang diambil dari populasi itu peneliti dapat menggunakan semua sampel.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non probability sampling* (teknik sampling jenuh), yaitu teknik penentuan sampel yang mana semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasinya relatif kecil, kurang dari 30 orang. Sampel jenuh disebut juga dengan istilah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.<sup>3</sup>

## C. Teknik Pengumpulan Data

1. Angket atau Kuisisioner

<sup>2</sup> *ibid*

<sup>3</sup> Garaika, Darmanah, *Metodologi Penelitian*, (Lampung Selatan: Hira Tech, 2019), Hlm. 60.

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan apabila jumlah subjek yang diteliti merupakan kelompok besar dan memiliki kuantitas. Teknik pengambilan data dengan menggunakan angket dilakukan dengan memberikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan dalam bentuk tertulis untuk dijawab oleh subjek. Angket sesuai digunakan pada penelitian dimana peneliti mengetahui secara pasti variabel apa saja yang akan diteliti.<sup>4</sup>

Dalam penelitian ini, angket atau kuisioner disusun berdasarkan variabel yang telah ditetapkan oleh peneliti yaitu variabel resiliensi dan penyesuaian diri. Oleh karena itu, perlu adanya penyusunan skala berkaitan dengan variabel yang telah ditetapkan tersebut. Angket atau kuisioner akan diberikan kepada subjek yang telah ditentukan sebagai sampel penelitian dengan kriteria yang telah disebutkan di atas.

## 2. Wawancara

Dalam penelitian ini, wawancara digunakan untuk menggali lebih jauh mengenai variabel-variabel penelitian kepada subjek untuk memperkuat hasil penelitian. Wawancara juga dilakukan sebagai langkah awal bagi peneliti untuk menemukan sebuah fenomena yang akan dikaji. Menurut Sugiyono, wawancara tidak terstruktur sering digunakan dalam penelitian pendahuluan dimana peneliti berusaha menemukan informasi awal mengenai permasalahan atau fenomena yang terjadi sehingga penelitian dapat menentukan variabel yang akan diteliti lebih jauh.<sup>5</sup>

## D. Instrumen Penelitian

---

<sup>4</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2012), Hlm. 142.

<sup>5</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2012), Hlm. 140.

Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data agar penelitiannya lebih mudah untuk dilakukan dan mendapatkan hasil yang akurat dan baik. Suatu instrumen bisa dikatakan baik jika memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas.<sup>6</sup>

Dalam penelitian ini menggunakan jenis skala *linkert* yang berfungsi mengukur pendapat serta sikap individu atau kelompok terhadap variabel penelitian. Skala likert memiliki dua jawaban yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Item *favourable* memberi skor 4 ketika menjawab sangat setuju (SS), skor 3 ketika menjawab setuju (S), skor 2 ketika menjawab tidak setuju (TS), dan skor 1 ketika menjawab sangat tidak setuju (STS). Sedangkan untuk item *unfavourable* memiliki skor yang berlawanan, dimana ketika memilih jawaban sangat setuju (SS) memiliki skor 1, jawaban setuju (S) memiliki skor 2, jawaban tidak setuju (TS) memiliki skor 3, dan jawaban sangat tidak setuju (STS) memiliki skor 4.<sup>7</sup>

**Tabel 3.2**  
**Skala Linkert**

Bentuk Jawaban	Nilai	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

a. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri disusun berdasarkan pendapat Albert dan Emmons bahwasannya penyesuaian diri terdiri dari 4 aspek sebagai berikut:

<sup>6</sup> Supranto, *Statistik Teori Dan Aplikasi*, (Jakarta: Erlangga, 2008), Hlm. 51.

<sup>7</sup> Supranto, *Statistik Teori Dan Aplikasi*, (Jakarta: Erlangga, 2008), Hlm. 52

**Tabel 3.3**  
**Skala penyesuaian diri**

Aspek	Indikator	Item	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<i>Self knowledge</i>	Mampu mengenal kelebihan dan kekurangan diri	1,3	2,4
<i>Self acceptance</i>	Mampu memahami keadaan diri sebagaimana adanya	5,7,9	6,8,10
<i>Self control</i>	Mampu menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah positif	11,13,15	12,14,16
<i>satisfaction</i>	Adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan	17,19	18,20
<b>Jumlah</b>		10	10

b. Skala Resiliensi

Skala resiliensi berdasarkan definisi resiliensi yang telah di paparkan sebelumnya oleh Reivich dan Shatte adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.5**  
**Skala Resiliensi**

Aspek	Indikator	Item	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1. <i>Emotion Regulation</i>	Mengontrol emosi, memusatkan perhatian dan perilaku	1,3	2,4
2. <i>Impuls Control</i>	Pengendalian emosi, pikiran dan perilaku	5,7	6,8
3. <i>Optimism</i>	Melihat masa depan cemerlang, percaya akan perubahan yang lebih baik dan disertai usaha	9,11	10,12
4. <i>Causal analysis</i>	Fleksibel, mampu menganalisis penyebab masalah, tidak menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuat	13,15	14,16
5. <i>Empathy</i>	Mampu membaca kondisi emosional dan psikologi orang lain, peka terhadap tanda – tanda	17,19	18,20

	non verbal, mampu menempatkan diri pada posisi orang lain		
6. <i>Self Efficacy</i>	Mampu mengatur dan melaksanakan tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan, mampu memecahkan masalah	21,23	22,24
7. <i>Reaching Out</i>	Mampu meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melihat kesempatan dalam hidup	25,27	26,28
Jumlah		14	14

### E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasional dengan uji korelasi product moment. Teknik analisis korelasional merupakan salah satu teknik statistic yang bertujuan untuk mencari pengaruh atau hubungan antara dua variabel atau lebih. Ada dua variabel yang dianalisis dalam teknik analisis korelasional yaitu variabel dependen (variabel terikat) dan variabel independen (variabel bebas). Sementara uji *korelasi product moment* merupakan salah satu jenis uji korelasi yang bertujuan untuk mengetahui tingkat atau derajat eratnya suatu hubungan antara dua variabel yang memiliki skala rasio atau interval. Uji *korelasi product moment* memiliki kisaran nilai koefisien korelasi antara -1, 0, dan 1. Nilai -1 memiliki arti adanya korelasi negatif antar variabel yang artinya terdapat hubungan negatif yang sangat erat antar variabel. Nilai 1 memiliki arti adanya korelasi positif antar variabel yang artinya terdapat hubungan positif yang sangat erat antar variabel. Sementara nilai 0 menunjukkan tidak adanya hubungan antar variabel. Analisis dengan uji *korelasi product moment* dilakukan dengan mengkorelasikan jumlah skor faktor dengan skor total, apabila koefisien

korelasi positif maka item tersebut dinyatakan valid.<sup>8</sup> Berikut tahapan dan penjabaran analisis data dalam penelitian ini:

### **1. Uji Instrument**

Dalam tahap uji instrumen, terdapat beberapa langkah yang ditempuh oleh peneliti, yaitu:

#### **a. Uji Validitas**

Uji validitas merupakan langkah yang digunakan untuk menguji akurasi skala terhadap suatu data yang dihasilkan, sehingga terdapat kesesuaian antara alat ukur dengan subjek yang diukurnya. Uji validitas ini dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor yang diperoleh dari masing-masing pertanyaan ataupun pernyataan dari semua responden dengan skor total dari pernyataan responden. Uji validitas yang digunakan peneliti ialah uji validitas konstruksi.

Langkah yang ditempuh peneliti untuk uji *validity construct* ialah uji coba instrument angket yang telah disusun. Hasil dari uji coba instrument tersebut kemudian akan di uji tingkat validitasnya dengan bantuan aplikasi SPSS for windows 25. Dalam uji validitas peneliti menggunakan rumus yang dikemukakan oleh Pearson yang dikenal dengan Product Moment. Untuk mempermudah dalam menganalisis data yang telah terkumpul maka peneliti menggunakan program SPSS 25 for windows.

#### **b. Uji reliabilitas**

---

<sup>8</sup> Supranto, *Statistik Teori Dan Aplikasi*, (Jakarta: Erlangga, 2008), Hlm. 53

Uji reliabilitas merupakan suatu langkah yang mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, dimana mengandung kecermatan pengukuran. Tujuannya adalah untuk mendapatkan skor yang konsisten pada data dan data dapat dipertanggung jawabkan. Tingginya tingkat reliabilitas dapat ditunjukkan melalui nilai koefisien reliabilitas.<sup>9</sup> Dalam penelitian ini, untuk menguji reliabilitas data peneliti menggunakan alat ukur dengan teknik pengukuran *Cronbach's Alpha*. Adapun dasar keputusan dalam uji reliabilitas ini adalah apabila nilai *Cronbach's Alpha* > 0,60. Maka kuisisioner atau angket tersebut dapat dipercaya. Begitupun sebaliknya, jika nilai *Cronbach's Alpha* < 0,60, maka kuisisioner atau angket tersebut tidak dapat dipercaya atau tidak *reliable*.

## 2. Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model korelasi ini (baik yang dependen ataupun independen) keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak, model korelasi yang baik adalah yang mempunyai distribusi normal atau mendekati normal.<sup>10</sup> Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *Kolmogorov Sminov* dengan bantuan program SPSS. Pedoman pengambilan keputusan dalam uji normalitas ialah sebagai berikut:

---

<sup>9</sup> Supranto, *Statistik Teori Dan Aplikasi*, (Jakarta: Erlangga, 2008), Hlm. 27

<sup>10</sup> Imam Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivarians dengan SPSS*. (Semarang: UNDIP, 2005), Hlm. 160



- 1) Nilai sig atau signifikan atau probabilitas  $< 0,05$  distribusi adalah tidak normal
- 2) Nilai sig atau signifikan atau probabilitas  $> 0,05$  distribusi adalah normal.

#### **b. Uji Linieritas**

Pengujian linieritas dimaksud untuk memperlihatkan bahwa rata-rata yang diperoleh dari kelompok data sampel terletak dalam garis-garis lurus. Uji ini bertujuan untuk mengetahui linier atau tidaknya. Disini peneliti menggunakan bantuan SPSS. Untuk dasar pengambilan keputusan yakni dengan melihat angka probabilitas sebagai berikut:

- a) Probabilitas  $\text{sig} > 0,05$  berarti tidak terdapat perbedaan kelinieran antara variabel bebas dengan variabel terikat.
- b) Probabilitas  $\text{sig} < 0,05$  berarti terdapat perbedaan kelinieran antara variabel bebas dengan variabel terikat.

### **3. Uji Hipotesis**

Uji hipotesis digunakan untuk mencari arah dan kekuatan hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y).<sup>11</sup> Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi Pearson *Product moment*. Analisis ini digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel, apakah ada atau tidaknya hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam hal ini peneliti menggunakan bantuan SPSS 26. Dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

---

<sup>11</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2012), Hlm. 76

- a. Jika nilai sig.F change < 0,05, maka berkorelasi.
- b. Jika nilai sig.F change > 0,05 maka tidak berkorelasi

Korelasi *Pearson Product Moment* juga digunakan peneliti untuk mengetahui arah dan keeratan hubungan antara variabel Resiliensi (X) dengan penyesuaian diri (Y) sebagaimana pendapat Syofian, bahwa korelasi *Pearson Product Moment* digunakan untuk mencari arah dan kekuatan hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dan data yang berbentuk interval dan rasio.<sup>12</sup>

Untuk mengetahui tingkat kekuatan hubungan, nilai koefisien korelasi berada di antara -1 dan 1, sedangkan untuk mengetahui arah, dinyatakan dalam bentuk positif (+) dan negative (-). Semakin mendekati 1 atau -1 berarti hubungan antara dua variabel semakin kuat, sebaliknya nilai mendekati 0 berarti hubungan antaradua variabel semakin lemah. Nilai positif menunjukkan hubungan searah (X naik maka Y naik) dan nilai negatif menunjukkan hubungan terbalik (X naik maka Y turun).<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Kencana, 2017), Hlm. 252-259

<sup>13</sup> *Ibid.*