

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan jenis kuantitatif karena data yang diperlukan dalam bentuk angka, yang kemudian data tersebut dianalisis dengan cara statistik. Sehingga sesuai dengan ciri-ciri yang dimiliki jenis penelitian kuantitatif antara lain; analisis data menggunakan angka (numerik) dan menguji hasil data menggunakan teori uji statistik.¹ Maka pendekatan kuantitatif menjadi salah satu jembatan peneliti dalam mencari data, dan menemukan hasil dari rumusan masalah yang dimilikinya.

Jenis pendekatan kuantitatif ini menggunakan desain korelasional, yang merupakan metode atau cara untuk melihat hubungan antar variabel (variabel yang dimaksud adalah variabel positif atau negatif), yang mana hal tersebut digunakan untuk melihat apakah ada koefisien korelasi atau dengan kata lain hubungan antara variabel positif atau negatif (prediktor dan kriteria) jika dalam statistika berupa r_{xy} , hal tersebutlah yang akan dijadikan landasan untuk menguji.² Maka jenis penelitian ini dipilih karena disesuaikan dengan tujuan peneliti yang mana ingin mengetahui apakah ada hubungan terkait antara tiga variabel yang akan diteliti.

¹ Muhajirin, Risnita, & Asrulla. Pendekatan Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif Serat Tahapan Penelitian. *Journal Genta Mulia*. Vol. 15, No. 1, (2024).

² Erik Saut H. Hutahean. *Metode Penelitian Kuantitatif: Untuk Mahasiswa Psikologi*. Yogyakarta: PT. Pena Persada, (2020), 5.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian merupakan tempat atau objek untuk diadakan penelitian guna mendapatkan data dari fenomena yang ada. Penelitian ini berada di Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) *Friendship Plus* di Kediri. Dengan variabel yang akan diteliti yakni, *Self Compassion* (X1), *Resiliensi* (X2), dan Kualitas Hidup (Y).

3. Data Penelitian dan Sumber Data

a. Data Penelitian

Data penelitian adalah segala hal entah berupa fakta ataupun angka untuk dijadikan landasan penyusunan informasi yang mana dikatidakan jika data yang dimiliki peneliti memiliki hasil yang tidak sesuai maka instrumen yang digunakan dianggap kurang unggul untuk menjelaskan keadaan secara fakta,³ Penelitian ini menggunakan jenis data berupa data kuantitatif, data tersebut akan diukur dengan menggunakan skala numerik, hasil dari data numerik bisa berupa data interval maupun rasio.⁴

Penggunaan data tersebut sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan peneliti. Selain itu, peneliti juga menggunakan kuesioner dalam mencari informasi sehingga data yang didapatkan akan berbentuk interval, dan memungkinkan jika peneliti menemukan perbandingan secara langsung pada hasil yang didapatkan sehingga akan berbentuk rasio. Maka

³ *Ibid.*, hlm. 39.

⁴ *Ibid.*, hlm. 41.

penggunaan data tersebut akan membantu peneliti dalam mendapatkan hasil akhir yang sesuai dengan fakta atau kenyataan.

b. Sumber Data

Sumber data sendiri memiliki fungsi untuk menentukan teknik pengumpulan data, ada dua macam data yang digunakan :

- 1) Data primer, dikumpulkan langsung dari ODHA yang berada di Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) *Friendship Plus* Kediri yang dijadikan sampel penelitian.
- 2) Data sekunder, dihasilkan dari beberapa literatur seperti jurnal, buku, literatur yang relevan, wawancara, observasi, dan data yang menunjukkan terkait subjek.

A. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono, populasi merupakan sekumpulan objek atau subjek yang dapat digeneralisasikan yang memiliki karakteristik dan jumlah yang sama, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji agar dapat ditarik kesimpulannya.⁵ Dalam penelitian kuantitatif, makna generalisasi memiliki makna sebagai upaya yang dilakukan untuk mendapatkan gambaran akan sebuah keadaan dari populasi yang diteliti. Adapun populasi terdiri dari banyak objek yang bisa menjadi responden karena memiliki besaran kuantitas tertentu dan memiliki karakteristik yang sesuai dengan karakter objek yang akan diteliti.⁶

⁵ Sugiyono. *Op. cit.*, hlm. 126.

⁶ Dr erik (2020). *Op.cit.*, hlm. 27.

Penelitian ini menggunakan subjek Orang dengan HIV/AIDS (ODHA), dimana subjek juga berada pada Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) sebagai wadah atau tempat mendukung dan membantu. Untuk memperoleh sasaran populasi yang disasar oleh peneliti, maka peneliti melibatkan Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) yang berada di Kota Kediri, dengan jumlah populasi sebanyak 766 Orang dengan HIV/AIDS yang masuk data Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) *Friendship Plus* di Kota Kediri.⁷

2. Sampel

Menurut Sugiyono, sampel adalah bagian dari populasi yang mencerminkan karakteristik dan ukuran populasi. Peneliti menggunakan metode *nonprobability sampling* dalam pemilihan sampel, dimana hal tersebut menjelaskan jika tidak semua ODHA dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih. Pemilihan sampel ini sendiri dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*, karena peneliti ingin mengumpulkan data dari responden yang memiliki kesesuaian dengan kriteria tertentu.

Kriteria yang digunakan peneliti yakni ODHA yang telah menjalani terapi *Antiretroviral* selama lebih dari satu tahun, karena pada umumnya sudah melewati fase adaptasi awal, sehingga kondisi fisik dan psikologisnya lebih stabil. Berusia antara 20-35 tahun yang mana menurut Erikson, usia 20–35 tahun berada pada tahap *Intimacy vs Isolation*, yaitu masa ketika individu mulai membangun hubungan

⁷ Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus, *Data Aplikasi HIV/AIDS di Kota Kediri*, data tidak dipublikasikan, Kediri, (2024).

dekat, regulasi emosi lebih matang, dan stabilitas psikologis meningkat.⁸ Terdaftar di data Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) *Friendship plus* Kota Kediri. Selain itu, hanya ODHA yang berdomisili di Kota Kediri yang diikutsertakan dalam penelitian ini. Dengan populasi sebesar 766 ODHA, peneliti menemukan sebanyak 109 ODHA dengan kriteria yang sudah disesuaikan.

B. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner atau biasa disebut angket. Teknik tersebut digunakan peneliti karena menjadi salah satu metode pengumpulan data yang efisien atau baik ketika peneliti ingin mengetahui atau memahami dengan baik variabel yang akan diukur dan juga untuk mengetahui apa yang diharapkan responden. Kuesioner adalah bentuk penjabaran variabel-variabel yang terlibat dalam tujuan penelitian dan hipotesis. Selain itu penelitian ini memiliki sampel penelitian yang cukup besar, sehingga dapat memudahkan peneliti untuk mengumpulkan data melalui kuesioner tersebut.⁹

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan media yang digunakan untuk melakukan kegiatan penelitian, terutama sebagai pengukuran dan pengumpulan data.¹⁰ Penelitian ini menggunakan pertanyaan kuesioner atau angket sebagai media mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini ada tiga, yakni skala *Self*

⁸ Mitchell, Lauren L., Lodi-Smith, Jennifer, Baranski, Erica N., & Whitbourne, Susan K. "Implications of Identity Resolution in Emerging Adulthood for Intimacy, Generativity, and Integrity Across the Adult Lifespan" *Psychology and Aging*, Vol. 36, No. 5 (2021)

⁹ Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Friendship Plus. *Op. cit.* hlm.199.

¹⁰ *Ibid.*, hlm. 102.

Compassion, skala *Resiliensi*, dan skala Kualitas Hidup dengan skala *likert*. Skala *likert* atau dengan nama lain skala yang pilihannya bertingkat, digunakan untuk mengukur sikap pendapat, dan persepsi mengenai fenomena sosial. Menurut Rensis Likert terdapat 5 tingkatan yang digunakan untuk mengukur intensitas sikap, antara lain; a) Sangat setuju, b) Setuju, c) Netral, d) Tidak setuju, e) Sangat Tidak Setuju.

Tabel 3. 2 Skor Skala Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

a. *Blue Print Skala Self Compassion*

Berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Neff, dengan skala *Self Compassion Scale* (SCS) yang diadaptasi dari Cristiani Miru dan Siswanto, menghasilkan blue print *Self Compassion* sebagai berikut:¹¹

Tabel 3. 3 Blue Print Skala Self Compassion

No	Aspek	Indikator	Jumlah Item	Nomor Item	Jumlah
1	Self-Kindness vs Self-Judgement	Self-kindness	Favorable = 5	5, 12, 19, 23, 26	10
		Self-Judgement	Unfavorable = 5	1, 8, 11, 16, 21	
2	Common	Common	Favorable = 4	3, 7, 10, 15	8

¹¹ Miru & Siswanto (2023). *Op. cit.*, hlm. 20.

	humanity vs isolation	humanity			
		Isolation	Unfavorable = 4	4, 13, 18, 25	
3	Mindfulness vs over-identification	Mindfulness	Favorable = 4	9, 14, 17, 22	8
		Over-identification	Unfavorable = 4	2, 6, 20, 24	
Jumlah Item					26

Sumber : Blue print hasil adaptasi

b. *Blue Print Skala Resiliensi*

Berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson, peneliti menggunakan dasar skala *Resiliensi* yang mana akan dimodifikasi sesuai dengan keperluan peneliti, antara lain:

Tabel 3. 4 Blue Print Skala Resiliensi

Aspek	Indikator	Butir Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kompetensi pribadi, standar yang tinggi, dan keuletan	Menunjukkan sikap tenang dan tidak mudah putus asa	5, 8	18, 20	4
Kepercayaan dalam naluri seseorang dan toleransi terhadap efek yang negatif	Percaya diri, mudah melakukan coping terhadap stres, berpikir secara hati-hati dan tetap fokus sekalipun menghadapi tekanan.	9, 14	3, 7	4
Penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang baik dengan orang lain	Mampu menemukan makna dan tujuan dari pengalaman tersebut serta mengapresiasi pengalaman yang telah didapatkan.	2, 6,	11, 16	4
Kontrol diri	Memiliki harapan dan menunjukkan usaha serta kerja keras serta memiliki cara untuk memberikan dan mendapatkan bantuan orang lain.	4, 15	10, 12,	4
Pengaruh spiritual	Memiliki keyakinan yang kuat	13, 19	1, 17	4
Total item				20

c. *Blue Print* Skala Kualitas Hidup

Berdasarkan aspek *World Health Organization* (WHO), peneliti menggunakan dasar skala Kualitas Hidup pada WHOQOL BREF, yang mana akan dimodifikasi sesuai dengan keperluan peneliti, antara lain:

Tabel 3. 5 Blue Print Skala Kualitas Hidup

Aspek	Indikator	Butir Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	

Kesehatan Fisik	Kualitas tidur dan istirahat yang dimiliki	4, 17	3, 16	8
	Rasa sakit dan ketidaknyamanan yang dimiliki	18, 19	10, 21	
Kesehatan Psikologis	Kepuasan hidup secara menyeluruh	2, 12	1, 7	12
	Tingkat stress dan kecemasan yang dimiliki	6, 13	5, 26	
	Kemampuan untuk berkonsentrasi	11, 30	14, 28	
Hubungan Sosial	Kualitas hubungan dengan orang lain	15, 32	22, 35	8
	Dukungan sosial yang dimiliki	20, 33	23, 29	
Hubungan Lingkungan	Kemampuan fisik dan finansial	8, 27	25, 36	8
	Akses terhadap pelayanan dan informasi kesehatan	24, 34	9, 31	
Total				36

1. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data proses pengelompokkan, tabulasi, penyajian, dan perhitungan data dalam menjawab pertanyaan penelitian dan menguji hipotesis yang telah dirumuskan oleh peneliti setelah seluruh data terkumpul.

a. Tabulasi Data

Tabulasi data adalah proses menyajikan data yang telah diberi kode ke dalam format tabel untuk memudahkan peneliti

dalam observasi dan evaluasi. Tabel yang dihasilkan memberikan gambaran mengenai temuan penelitian, kemudian peneliti bertugas untuk memberikan penjelasan atas data yang diperoleh.¹²

d. Uji Instrumen

1) Uji validitas

Validitas item merupakan salah satu uji instrumen data yang berfungsi untuk mengetahui seberapa cermat suatu item dalam mengukur apa yang ingin diukur. Item biasanya berupa pertanyaan atau pernyataan yang ditujukan kepada responden dengan menggunakan bentuk kuesioner.¹³

Adapun pengambilan pengujian signifikan dilakukan dengan kriteria menggunakan r tabel pada tingkat signifikansi 0,05 dengan uji 2 sisi, yakni:¹⁴

- a. Jika nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka aitem dinyatakan valid.
- b. Jika nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka aitem dinyatakan tidak valid.

2) Uji reliabilitas

Reliabilitas adalah konsisten, ketepatan, kestabilan, dan keandalan alat ukur. Instrumen penelitian memiliki nilai atau tingkat reliabilitas tinggi, apabila hasil tes

¹² I. H. Yakin. “*Metodologi Penelitian (Kuantitatif & Kualitatif)*.” Garut: CV. Aksara Global Akademia, (2023), 159.

¹³ Fidia Astuti. *Statistika Psikologi Analisis Data dengan SPSS*.(Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Group, 2024), 6.

¹⁴ *Ibid.* hlm 4.

instrument memiliki hasil atau nilai yang stabil terhadap alat ukur yang akan diukur.¹⁵ Adapun makna lain reliabilitas adalah acuan yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan, jika alat ukur yang dipakai dua kali – untuk mengukur gejala yang sama dengan hasil pengukuran relatif konsisten maka alat pengukuran tersebut reliabel.¹⁶

Adapun dasar pengambilan keputusan terkait reliabilitas menurut Kaplan dan Saccuzo adalah :¹⁷

- a. Jika *Alpha* antara 0.700-0.900 maka reliabilitas tinggi
 - b. Jika nilai *Alpha* 0.500-0.700 maka reliabilitas sedang.
 - c. Jika nilai *Alpha* > 0.500 maka reliabilitas rendah.
- e. Uji Asumsi Klasik
- 1) Uji Normalitas Residual

Uji normalitas residual merupakan model regresi yang digunakan untuk menguji apakah nilai residu yang dihasilkan dari regresi berdistribusi secara normal atau tidak, dimana model regresi yang baik adalah yang memiliki nilai residual dengan distribusi normal. Adapun dasar keputusan uji normalitas dengan metode One Sample Kolmogorov-Smirnov, adalah:¹⁸

¹⁵ I. H. Yakin (2023). *Op.cit.*, hlm. 105.

¹⁶ Fidia Astuti (2024). Hlm. 5.

¹⁷ *Ibid.* hlm. 6

¹⁸ *Ibid.*, hlm. 28.

- a. Jika nilai signifikan $> 0,05$, maka distribusi data normal.
- b. Jika nilai signifikan $< 0,05$, maka distribusi data tidak normal.

2) Uji Linieritas

Uji Linieritas memiliki fungsi untuk mengetahui linieritas data, yang mana apakah dua variabel memiliki hubungan yang linier atau tidak memiliki hubungan yang linier. Dengan dasar keputusan pada SPSS menggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikan 0,05 yakni :¹⁹

- a. Jika nilai Sig. $< 0,05$, maka variabel memiliki hubungan yang linier.
- b. Jika nilai Sig. $> 0,05$, maka variabel memiliki hubungan yang tidak linier.

3) Uji Multikolinieritas

Multikolinieritas yang memiliki makna adanya model regresi antara variabel independen yang memiliki hubungan linier sempurna atau mendekati sempurna. Model regresi yang baik tidak terjadinya korelasi yang sempurna atau mendekati sempurna diantara variabel bebasnya. Adapun konsekuensi adanya multikolinieritas adalah koefisien korelasi tidak menentu dan kesalahan bisa sangat besar sekali.

¹⁹ *Ibid.*, hlm, 32

Adapun dasar keputusan uji multikolinearitas, Dengan melihat nilai tolerance dan inflation factor (VIF) pada model regresi yakni:²⁰

- a. Jika nilai tolerance dan inflation factor (VIF) > 0,100 maka dinyatakan tidak terjadi multikolinieritas.
- b. Jika nilai tolerance dan inflation factor (VIF) < 0,100 maka dinyatakan terjadi multikolinieritas.

a. Uji Hipotesis

1) *Pearson Product Moment*

Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *pearson product moment* dalam program *SPSS*. Uji korelasi *product moment* ini digunakan dengan tujuan untuk mengobservasi korelasi antara dua variabel yaitu variabel *dependen* dan variabel *independen*. Dasar pengambilan keputusan berdasarkan taraf signifikan adalah sebagai berikut:²¹

- a. Jika $< 0,05$, maka H_a diterima, H_0 ditolak.
- b. Jika $> 0,05$, maka H_a ditolak, H_0 diterima.

Adapun rumus yang digunakan dalam uji korelasi *pearson product moment* sebagai berikut:

²⁰ *Ibid.* hlm. 36.

²¹ Rochmat Machali, *Pedoman Penelitian Karya Ilmiah*. (Bandung: Alfabeta, 2019), 79.

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n\sum x^2 - (\sum x)^2)(n\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi antara x dan y

n : Jumlah responden/sampel

x : Variabel bebas

y : Variabel terikat

Tabel 3. 6 Kategorisasi Kekuatan Hubungan

Nilai Korelasi	Kekuatan Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,200 – 0,399	Rendah
0,400 – 0,599	Sedang
0,600 – 0,799	Kuat
0,800 – 1,000	Sangat kuat

2) Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda biasanya menjadi salah satu metode untuk mencari pengaruh antara dua variabel bebas atau lebih (X) terhadap satu variabel terikat (Y).²² Namun pada penelitian ini, analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui hubungan simultan antara *Self Compassion* (X1) dan *Resiliensi* (X2) dengan Kualitas Hidup (Y). Analisis ini bertujuan untuk melihat sejauhmana kedua variabel tersebut secara simultan berhubungan dengan

²² Fidia Astuti (2024). *Op. cit.*, hlm. 175.

Kualitas Hidup, yang mana pada penelitian ini tidak menekankan pada pengaruh, regresi tetap relevan untuk memperkuat temuan korelasi.

Adapun menurut Sugiyono, regresi linier berganda dapat digunakan untuk melihat keeratan hubungan antar variabel dalam bentuk garis linier.²³ Dengan dasar keputusan untuk mengetahui arah dan besarnya pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y), antara lain :

- a. Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka keputusannya adalah terima H_0 dan menolak H_a
- b. Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka keputusannya adalah tolak H_0 dan terima H_a

²³ Sugiyono. (2019). *Op. cit.*, hlm. 275–277.