

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rencana Penelitian

Rancangan penelitian dapat diartikan sebagai cara yang digunakan untuk mengatur latar penelitian supaya peneliti memperoleh data yang valid sesuai dengan ciri dari variabel dan tujuan penelitian¹. Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang menggunakan angka sebagai analisis data yang kemudian diolah menjadi statistika².

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian kuantitatif jenis analisis hubungan yang memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yang diteliti yaitu hubungan keberyukuran dengan kesejahteraan psikologis.

B. Populasi Sampel

Populasi merupakan penyamarataan objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diartikan menjadi kesimpulan³. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang bekerja pada masa pandemi.

¹ Ahmad Tanzeh, *Metode Penelitian Praktis*, (Yogyakarta: Teras, 2011), 132.

² Saifudin Azwar, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Pustaka Belajar, 2004), 5.

³ Sugiyono, *Skripsi, Tesis dan Disertasi*, (Bandung: Alfabet, 2013), 62.

Dengan kriteria:

1. Responden merupakan mahasiswa aktif Psikologi Islam IAIN Kediri angkatan 2018 dan 2019
2. Responden merupakan mahasiswa yang bekerja pada masa pandemi atau di tahun 2020-2021

Sampel adalah suatu prosedur pengambilan data, dimana hanya sebagian populasi saja yang diambil dan digunakan untuk menentukan sifat serta ciri yang dikehendaki dari suatu populasi⁴. Adapun teknik dalam pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik *Accidental Sampling* yaitu mengambil responden sebagai sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti di kampus dapat digunakan sebagai sampel, bila orang yang kebetulan ditemui cocok sebagai sumber data.⁵

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan hal penting dalam melaksanakan penelitian. Teknik ini merupakan strategi atau cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian⁶. Teknik yang digunakan peneliti dalam pengumpulan data sebagai berikut:

a. Angket

Kuesioner (angket atau skala) adalah daftar pertanyaan yang dibuat berdasarkan indikator-indikator dari variabel penelitian yang diberikan kepada responden. Kuesioner digunakan untuk mengukur persepsi, sikap ataupun perilaku⁷. Kuesioner atau angket ini digunakan dalam

⁴ Syofian Siregar, *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2017), 57.

⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), 221.

⁶ Widoyoko, *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), 33.

⁷ Widodo, *Metode Penelitian Populer & Praktis*, (Jakarta: Rasa Grafinfo Persada, 2017), 72.

rangka untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian yang bervariasi bersyukur dan kesejahteraan psikologis.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen pada sebuah penelitian sangat penting digunakan sebagai alat bantu mengukur pada variabel yang akan diteliti, sehingga jumlah instrumen penelitian tergantung dari jumlah variabel yang diteliti⁸. Adapun instrumen dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. Angket

Angket atau kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan beberapa pernyataan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk diberikan responden sesuai dengan permintaan pengguna. Angket ini bertujuan untuk memperoleh data yang dibutuhkan oleh peneliti berupa pertanyaan yang terkait dengan bersyukur dan kesejahteraan psikologis mahasiswa yang bekerja.

Penelitian ini menggunakan angket bersyukur dan kesejahteraan psikologis yang disusun menggunakan skala likert yang memiliki 4 kategori respon, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun dalam analisis skor data setiap itemnya yaitu:

Tabel 3.1
Skala Likert

⁸ Arikunto, *Metode Penelitian kualitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), 149.

Jawaban	Skor Item Pernyataan	
	Positif (Favorabel)	Negatif (Unfavorabel)
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

E. Analisis Data

Neong Muhadjir mengemukakan bahwa analisis data ialah upaya dalam mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain. Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman tersebut analisis perlu dilanjutkan dengan berupaya mencari makna⁹. Adapun teknik analisis penelitian ini sebagai berikut:

a. Persiapan

Langkah yang dilakukan dalam persiapan yaitu memilih data yang sedemikian rupa sehingga banyak data yang terpakai dan yang tertinggal.

Adapun langkah-langkah persiapan pemilihan data sebagai berikut:

- (i) Mengecek identitas pengisi atau responden.
- (ii) Mengecek kelengkapan dan memeriksa isi instrumen pengumpulan data.

b. Tabulasi Data

⁹ Ahmad Rijali, "Analisis Data Kualitatif", *Jurnal Alhadharah*, 17(33) (2018), 84

Tabulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan pemberian poin (*scoring*) untuk setiap pertanyaan yang muncul pada tabel. Data yang sudah terkumpul disajikan dalam format tabel. Adapun proses penyajian data dalam bentuk tabel disebut tabulasi. Tabulasi digunakan untuk mempermudah pembacaan data dalam sebuah penelitian.

Tabulasi data adalah proses penilaian dengan skala satu sampai sepuluh sesuai dengan pedoman penilaian pada alat penilaian, yang termasuk dalam konteks tabulasi data, antara lain:

- (i) Memberikan skor (*Scoring*) terhadap item-item yang perlu diberi skor.
- (ii) Mengubah jenis data, menyesuaikan dengan teknik analisis yang akan digunakan.
- (iii) Memberikan kode dalam hubungan dengan pengolahan data jika menggunakan komputer¹⁰.

c. Uji Validitas

Validitas adalah komponen kunci dari setiap penelitian yang benar-benar dilakukan¹¹. Validitas juga dikenal sebagai kesahihan, dimana ia dapat menunjukkan sejauh mana alat ukur yang telah digunakan tersebut dapat mengukur yang diharapkan¹². Peneliti melakukan uji validitas ini menggunakan aplikasi program SPSS versi 24. Dengan rumus korelasi *Product Moment*.

¹⁰ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 239.

¹¹ Etta Mamang Sangadji dan Sopiah, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Andi Yogyakarta, 2010), 147.

¹² Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi Dengan Perbandingan Perhitungan Manual Dan SPSS*, (Jakarta: Kencana, 2017), 46.

Item yang valid saat menggunakan r_{hitung} dibandingkan dengan r_{tabel} . Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa item yang digunakan masih valid. Namun, jika $r_{hitung} \leq r_{tabel}$, dapat disimpulkan bahwa item yang digunakan tidak valid¹³.

d. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan guna mengetahui sejauh mana hasil dari pengukuran yang dilakukan tetap konsisten. Hal ini apabila perlakuan dilakukan pada pengukuran kedua kali atau lebih dengan gejala yang sama dan penggunaan alat ukur yang sama pula¹⁴. Uji reliabilitas dalam data penelitian dilakukan menggunakan metode dari *Cronbach's Alpha*. Penggunaan metode ini, instrumen angket dikatakan sudah reliabel ketika nilai dari *Cronbach's Alpha* \geq dari 0,60¹⁵.

e. Deskripsi Data

Deskripsi data merupakan cara untuk memperlihatkan agar data tersebut dapat dipaparkan secara baik dan diinterpretasikan secara mudah¹⁶.

f. Uji Normalitas

Uji normalitas dibuat agar mengerti suatu model regresi memiliki data yang berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan program SPSS versi 24. Selain itu uji normalitas data juga digunakan untuk

¹³ Ibid, 13.

¹⁴ Ibid, 55

¹⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2015), 173.

¹⁶ Asep Saefudin dkk, *Statistik Dasar*, (Jakarta: Grasindo, 2009), 29.

memilih statistik parametrik atau non-parametrik yang digunakan untuk menguji hipotesis data. Statistik parametrik digunakan untuk data yang berdistribusi normal sedangkan jika tidak normal akan menggunakan statistik non-parametrik¹⁷.

g. Uji Hipotesis Korelasi

Setelah diketahui normalitas datanya, langkah selanjutnya yakni menentukan rumus yang dipakai. Dalam penelitian ini menggunakan *Pearson produk moment* digunakan untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel independen dengan variabel dependen¹⁸. Adapun variabel independen dalam penelitian ini adalah kebersyukuran sedangkan variabel dependen yaitu kesejahteraan psikologis.

¹⁷ Ali Anwar, *Statistik Untuk Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya dengan SPSS dan Excel*, (Kediri: IAIT Press, 2009), 155.

¹⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian*, 215