

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran depresi pada remaja laki-laki di SMA Negeri DKI Jakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Kegiatan penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri DKI Jakarta dengan menggunakan sampel dari remaja laki-laki. Adapun perincian kegiatan pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1
Waktu Kegiatan Penelitian

No	Bulan	Kegiatan
	Januari - April 2016	Mendapatkan judul penelitian
	Mei – Juli 2017	Menyusun proposal penelitian
	Agustus 2017	Melakukan Seminar Proposal
	Januari 2018	Melakukan Penelitian
	Agustus 2018	Melakukan sidang skripsi

C. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini ialah metode survei dengan jenis deskriptif. Survei digunakan sebagai salah satu metode yang bertujuan untuk memperoleh gambaran umum tentang karakteristik populasi yang digambarkan oleh sampel. Survei merupakan suatu metode yang dirancang guna mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya mengenai keadaan nyata sekarang (Arikunto, Suharsimi. 2002). Sedangkan deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu gejala menurut apa adanya pada saat penelitian yang dilakukan (Arikunto, 2002). Tujuan dari metode penelitian deskriptif dengan jenis survei ini adalah untuk mengetahui gambaran depresi pada remaja laki-laki di SMA Negeri DKI Jakarta.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Sugiyono mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010). Maka populasi dalam penelitian ini adalah remaja laki-laki SMA Negeri DKI Jakarta yang tersebar di 42 kecamatan.

Tabel 3.2
Populasi Laki-laki di SMA Negeri DKI Jakarta

No .	Wilayah	Jumlah Kecamatan	Jumlah sekolah
1	Jakarta Pusat	8	14
2	Jakarta Timur	10	48
3	Jakarta Barat	8	23
4	Jakarta Utara	6	19
5	Jakarta Selatan	10	34
	Jumlah	42	138

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006). Maka dari itu, pengambilan sampel penelitian yang digunakan berdasarkan pendapat Arikunto yaitu 20% dari populasi. Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan sampel adalah bagian populasi yang hendak diteliti dan mewakili karakteristik populasi. Apabila populasi penelitian lebih dari 100 maka sampel dapat diambil antara 10 – 15 % atau 20 – 25 % atau lebih. Dalam penelitian ini diambil 30% dari populasi yang akan dijadikan sampel penelitian.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Pegambilan sampel pada penelitian ini diikuti dengan menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis *cluster sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan sumber data yang luas (Sugiono, 2007). Alasan peneliti menggunakan teknik *cluster sampling* karena besarnya jumlah populasi yang tersebar di beberapa wilayah DKI Jakarta, dan agar semua wilayah DKI Jakarta terwakili untuk menjadi sampel.

$$n = 30 \% \times N$$

Keterangan:

30% = Persentase pengambilan sampel

N = Populasi

Tabel 3.3
Sampel Penelitian

No.	Wilayah	Sampel	
		Kecamatan	Sekolah
1	Jakarta Pusat	$30\% \times 8 = 2,4 = 2$ Kecamatan	- Kec. Tanah Abang: $30\% \times 3 = 0,9 = 1$ (SMAN 24 Jakarta Pusat) - Kec. Sawah Besar: $30\% \times 3 = 0,9 = 1$

			(SMAN 1 Jakarta Pusat) Sub Sampel : 2 Sekolah
2	Jakarta Timur	30% x 10 = 3 Kecamatan	• Kec. Jatinegara: 30% x 4 = 1,2 = 1 (SMAN 54 Jakarta Timur) - Kec. Matraman: 30% x 2 = 0,6 = 1 (SMAN 22 Jakarta Timur) • Kec. Kramat Jati: 30% x 4 = 1,2 = 1 (SMAN 51 Jakarta Timur) Sub Sampel : 3 Sekolah
3	Jakarta Barat	30% x 8 = 2,4 = 2 Kecamatan	• Kec. Kalideres: 30% x 4 = 1,2 = 1 (SMAN 95 Jakarta Barat) • Kec. Kebon Jeruk: 30% x 2 = 0,6 = 1 (SMAN 65 Jakarta Barat) Sub Sampel : 2 Sekolah
4	Jakarta Utara	30% x 6 = 1,8 = 2 Kecamatan	• Kec. Tanjung Priok: 30% x 4 = 1,2 = 1 (SMAN 80 Jakarta Timur) • Kec. Kelapa Gading: 30% x 2 = 1,2 = 1 (SMAN 45 Jakarta Utara)

			Sub Sampel : 2 Sekolah
5	Jakarta Selatan	30% x 10 = 3 Kecamatan	• Kec. Kebayoran Baru: 30% x 4 = 1,2 = 1 (SMAN 46 Jakarta Selatan) • Kec. Tebet: 30% x 3 = 1,2 = 1 (SMAN 37 Jakarta Selatan) • Kec. Setiabudi: 30% x 3 = 0,9 = 1 (SMAN 43 Jakarta Selatan) Sub Sampel : 3 Sekolah
		12 Kecamatan	12 Sekolah

E. Teknik Pengumpulan Sampel

1. Definisi Konseptual

Depresi merupakan gangguan mood, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang, muncul perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan yang disertai perasaan sedih, kehilangan minat dan kegembiraan, berkurangnya energi yang menuju kepada meningkatnya keadaan mudah lelah yang sangat nyata dan berkurangnya aktivitas.

2. Definisi Operasional

Depresi merupakan skor salah satu bentuk sindrom gangguan keseimbangan alam perasaan (*mood*), yang diukur melalui empat bentuk manifestasi depresi yang dikembangkan oleh Beck (2008) yaitu manifestasi kognitif, motivasi, emosi, vegetatif dan gangguan fisik.

3. Instrumen Penelitian

Alat ukur depresi yang dipakai dalam penelitian ini adalah The Beck Depression Inventory (BDI) (Burns, 1998). Skala BDI terdiri dari 21 kelompok item yang menggambarkan 21 kategori sikap dan gejala depresi, yaitu: sedih, pesimis, merasa gagal, merasa tidak puas, merasa bersalah, merasa dihukum, perasaan benci pada diri sendiri, menyalahkan diri sendiri, kecenderungan bunuh diri, menangis, mudah tersinggung, menarik diri dari hubungan sosial, tidak mampu mengambil keputusan, merasa dirinya tidak menarik secara fisik, tidak mampu melaksanakan aktivitas, gangguan tidur, merasa lelah, kehilangan selera makan, penurunan berat badan, preokupasi somatik, kehilangan libido seks (dalam Lestari 2013). BDI tampil dalam bentuk skala yang berkisar dari 0 sampai 3. Angka 0 menunjukkan sangat tidak setuju sedangkan 3 menunjukkan sangat setuju.

Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2010). Kuesioner ini akan diberikan kepada remaja SMA Negeri DKI Jakarta untuk mendapatkan data mengenai gambaran depresi pada remaja laki-laki. Kuesioner atau angket yang dibagikan terdiri dari 21 pernyataan yang didapat dari instrumen yang telah dikembangkan oleh Beck pada kuesioner depresi. Di mana skor tertinggi yang diperoleh bernilai 3 dan skor terendah bernilai 0, dengan maksimum skor 63 dan minimum skor adalah 1. Berikut kategorisasi tingkat depresi menurut Beck berdasarkan skor yang diperoleh dari setiap individu.

Tabel 3.4
Kategorisasi Tingkat Depresi

Nilai Total	Tingkat Depresi
1 - 10	Naik turunnya perasaan ini tergolong wajar
11 – 16	Gangguan “ <i>mood</i> ” atau rasa murung yang ringan

17 – 20	Garis batas depresi klinis
21 – 30	Depresi sedang
31 – 40	Depresi parah
40 ke atas	Depresi ekstrim

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen Depresi

Variabel	Aspek	Deskriptor	Nomor item	Jml item
Depresi	Emosi	a) Perasaan kesal dan patah hati (<i>dejected mood</i>). b) Perasaan negatif terhadap diri sendiri. c) Hilangnya rasa puas, kehilangan kepuasan yang atas apa yang dilakukan. d) Hilangnya keterlibatan emosional dalam melakukan pekerjaan atau hubungan dengan orang lain e) Kecenderungan ingin menangis diluar kemauan. f) Hilangnya respon terhadap humor.	1, 4, 7, 10, 11, 12	6
	Kognitif	a) Rendahnya evaluasi diri. b) Citra tubuh yang terdistorsi. c) Harapan yang negatif. d) Menyalahkan dan mengkritik diri sendiri.	5, 6, 8, 13, 14	5
	Motivasional	a) sifat regresif motivasi b) menarik diri dari aktivitas yang menuntut adanya suatu tanggung	2, 3, 9,	4

		jawab c) tidak adanya inisiatif bertindak atau energy yang kuat.	15	
	Gangguan fisik	a) nafsu makan b) gangguan tidur c) kehilangan libido d) kelelahan yang sangat.	16, 17, 18, 19, 20, 21	6
Jumlah Items				21

a. Tahapan Adaptasi Instrumen

Adaptasi instrumen psikologis adalah tugas yang rumit yang memerlukan perencanaan yang cermat mengenai pemeliharaan: isinya, psikometri sifat, dan validitas umum untuk populasi yang dimaksudkan.

Secara umum, literatur menunjukkan bahwa instrumen adaptasi memerlukan lima tahap penting: (1) instrument terjemahan dari bahasa sumber ke dalam bahasa sasaran, (2) sintesis versi terjemahan, (3) analysis dari versi disintesis oleh hakim ahli, (4) terjemahan kembali, dan (5) studi percontohan (Herdman, Fox-Rushby, & Badia, 1997) (Sireci, Yang, Harter, & Ehrlich, 2006).

1) Instrumen Terjemahan ke dalam Bahasa Baru

Ketika mengadaptasi instrumen, kita harus terlebih dahulu mempertimbangkan terjemahan dari bahasa sumber ke dalam bahasa sasaran, yaitu bahasa yang versi baru akan digunakan. Ini adalah proses yang kompleks dan sangat membutuhkan ketelitian untuk memastikan bahwa versi final tidak hanya cocok untuk konteks baru tapi juga konsisten dengan versi aslinya. Pada tahap ini, Peneliti meminta ahli untuk menerjemahkan instrumen *Beck Depression Inventory 21 Items* ke dalam Bahasa Indonesia dengan penerjemah yang memiliki latar belakang lulusan sastra inggris di Universitas Kristen Indonesia. Berikut adalah instrumen asli BDI (*The Beck Depression Inventory*) dan hasil terjemahan instrumen asli ke dalam bahasa Indonesia.

Tabel 3.6
Instrumen Asli *The Beck Depression Inventory*

No.	Pernyataan	
1.	0	I do not feel sad
	1	I feel sad

	2	I feel sad all the time and I can't snap out of it
	3	I am so sad and unhappy that I can't stand it
2.	0	I am not particularly discouraged about the future
	1	I feel discouraged about the future
	2	I feel I have nothing to look forward to.
	3	I feel the future is hopeless and that things cannot improve.
3.	0	I do not feel like a failure.
	1	I feel I have failed more the average person
	2	As I look back on my life, all I can see is a lot of failures
	3	I feel I am complete failure as a person
4.	0	I get as much satisfaction out of things as I used to.
	1	I don't enjoy things the way I used to
	2	I don't get real satisfaction out of anything anymore
	3	I am dissatisfied or bored with everything
5.	0	I don't feel particularly guilty
	1	I feel guilty a good part of the time
	2	I feel quite guilty most of the time
	3	I feel guilty all of the time
6.	0	I don't feel I am being punished
	1	I feel I may be punished
	2	I expect to be punished
	3	I feel I am being punished

7.	0	I don't feel disappointed in myself
	1	I am disappointed in myself
	2	I am disgusted with myself
	3	I hate myself
8.	0	I don't feel I am any worse than anybody else
	1	I am critical of myself for my weaknesses or mistakes
	2	I blame myself all the time for my faults
	3	I blame myself for everything bad that happens
9.	0	I don't have any thoughts of killing myself
	1	I have thoughts of killing myself, but I would not carry them out.
	2	I would like to kill myself
	3	I would kill myself if I had the chance.
10.	0	I don't cry anymore than usual
	1	I cry more than I used to
	2	I cry all the time
	3	I used to be able to cry, but now I can't even though I want to
11.	0	I am not more irritated by things than I ever was
	1	I am slightly more irritated now than usual
	2	I am quite annoyed or irritated a good deal of the time
	3	I feel irritated all the time
12.	0	I have not lost interest in other people

	1	I am less interested in other people than I used to be
	2	I have lost most my interest in other people
	3	I have lost all of my interest in other people
13.	0	I make decisions about as well as I ever could
	1	I put off making decisions more than I used to
	2	I have greater difficulty in making decisions more than I used to
	3	I cant make decisions at all anymore
14.	0	I don't feel that I look any worse than I used to
	1	I am worried that I am looking old or unattractive
	2	I feel there are permanent changes in my appearance that make me look unattractive
	3	I believe that I look ugly
15.	0	I can work about as well as before
	1	It takes an extra effort to get started at doing something
	2	I have to push myself very hard to do anything
	3	I can't do any work at all
16.	0	I can sleep as well as usual
	1	I don't sleep as well as I used to
	2	I wake up 1-2 hours earlier than usual and find it hard to get back to sleep
	3	I wake up several hours earlier than I used to and cannot get back to sleep
17.	0	I don't get more tired than usual

	1	I get tired more easily than I used to
	2	I get tired from doing almost anything
	3	I am too tired do anything
18.	0	My appetite is no worse than usual
	1	My appetite is not as good as it used to be
	2	My appetite is much worse now
	3	I have no appetite at all anymore
19.	0	I haven't lost much weight, if any, lately
	1	I have lost more than five pounds
	2	I have lost more than ten pounds
	3	I have lost more than fifteen pounds
20.	0	I am no more worried about my health than usual
	1	I am worried about physical problems like aches, pains, upset stomach, or constipation
	2	I am very worried about physical problems and its hard to think of much else
	3	I am so worried about my physical problems that I cannot think of anything else
21.	0	I have not noticed any recent change in my interest in sex
	1	I am less interested in sex than I used to be
	2	I have almost no interest in sex
	3	I have lost interest in sex completely

Tabel 3.7
Hasil Terjemahan *The Beck Depression Inventory*
Asli ke Bahasa Indonesia

No.	Pernyataan	
1.	0	Saya tidak merasa sedih
	1	Saya merasa sedih
	2	Sepanjang waktu saya sedih dan tidak bisa menghilangkan perasaan itu
	3	Saya demikian sedih atau tidak bahagia sehingga saya tidak tahan lagi rasanya
2.	0	Saya tidak terlalu berkecil hati mengenai masa depan
	1	Saya merasa kecil hati mengenai masa depan
	2	Saya merasa bahwa tidak ada suatu pun yang dapat saya harapkan
	3	Saya merasa bahwa masa depan saya tanpa harapan dan bahwa semuanya tidak akan dapat membaik
3.	0	Saya tidak menganggap diri saya sebagai orang yang gagal
	1	Saya merasa bahwa saya telah gagal lebih dari pada kebanyakan orang
	2	Saat saya menengok masa lalu, maka yang terlihat oleh saya hanyalah kegagalan
	3	Saya merasa bahwa saya adalah seorang yang gagal total
4.	0	Saya memperoleh banyak kepuasan dari hal-hal yang saya lakukan, sama seperti sebelumnya

	1	Saya tidak lagi menikmati berbagai hal, seperti yang pernah saya rasakan dulu
	2	Saya tidak memperoleh kepuasan sejati dari apa pun lagi
	3	Saya tidak puas dan bosan dengan segalanya
5.	0	Saya tidak terlalu merasa bersalah
	1	Saya merasa bersalah di hampir seluruh waktu
	2	Saya agak merasa bersalah di sebagian besar waktu
	3	Saya merasa bersalah sepanjang waktu
6.	0	Saya tidak merasa seolah saya sedang dihukum
	1	Saya merasa mungkin saya sedang dihukum
	2	Saya pikir saya akan dihukum
	3	Saya merasa bahwa saya sedang dihukum
7.	0	Saya tidak merasa kecewa terhadap diri saya sendiri
	1	Saya kecewa dengan diri saya sendiri
	2	Saya muak terhadap diri saya sendiri
	3	Saya membenci diri saya sendiri
8.	0	Saya tidak merasa lebih buruk dari pada orang lain
	1	Saya cela diri saya sendiri karena kelemahan-kelemahan atau kesalahan saya
	2	Saya menyalahkan diri saya sepanjang waktu karena kesalahan-kesalahan saya
	3	Saya menyalahkan diri saya untuk semua hal buruk yang terjadi
9.	0	Saya tidak punya sedikit pun pikiran untuk bunuh diri

	1	Saya mempunyai pikiran-pikiran untuk bunuh diri, namun saya tidak akan melakukannya
	2	Saya ingin bunuh diri
	3	Saya akan bunuh diri jika saja ada kesempatan
10.	0	Saya tidak lebih banyak menangis dibandingkan biasanya
	1	Sekarang saya lebih banyak menangis dari pada sebelumnya
	2	Sekarang saya menangis sepanjang waktu
	3	Biasanya saya mampu menangis, namun kini saya tidak lagi dapat menangis walaupun saya menginginkannya
11.	0	Saya tidak lebih terganggu oleh berbagai hal dibandingkan biasanya
	1	Kini saya sedikit lebih pemarah dari pada biasanya
	2	Saya agak jengkel atau terganggu di sebagian besar waktu saya
	3	Kini saya merasa jengkel sepanjang waktu
12.	0	Saya tidak kehilangan minat saya terhadap orang lain
	1	Saya agak kurang berminat terhadap orang lain dibandingkan biasanya
	2	Saya kehilangan hampir seluruh minat saya pada orang lain
	3	Saya telah kehilangan seluruh minat saya pada orang lain
13.	0	Saya mengambil keputusan-keputusan hampir sama baiknya dengan yang biasa saya lakukan
	1	Saya menunda mengambil keputusan-keputusan lebih sering dari yang biasa saya lakukan
	2	Saya mengalami kesulitan lebih besar dalam mengambil keputusan-keputusan dari pada biasanya

	3	Saya sama sekali tidak dapat mengambil keputusan-keputusan lagi
14.	0	Saya tidak merasa bahwa keadaan saya tampak lebih buruk dari yang biasanya
	1	Saya khawatir saya tampak tua atau tidak menarik
	2	Saya merasa bahwa ada perubahan-perubahan yang permanen dalam penampilan saya sehingga membuat saya tampak tidak menarik
	3	Saya yakin bahwa saya tampak jelek
15.	0	Saya dapat bekerja sama baiknya dengan waktu-waktu sebelumnya
	1	Saya membutuhkan suatu usaha ekstra untuk mulai melakukan sesuatu
	2	Saya harus memaksa diri sekuat tenaga untuk melakukan sesuatu
	3	Saya tidak mampu mengerjakan apa pun lagi
16.	0	Saya dapat tidur seperti biasa
	1	Tidur saya tidak menyenangkan biasanya
	2	Saya bangun 1-2 jam lebih awal dari biasanya dan merasa sukar sekali untuk bisa tidur kembali
	3	Saya bangun beberapa jam lebih awal dari pada biasanya serta tidak dapat tidur kembali
17.	0	Saya tidak merasa lebih lelah dari biasanya
	1	Saya merasa lebih mudah lelah dari biasanya
	2	Saya merasa lelah setelah melakukan apa saja
	3	Saya terlalu lelah untuk melakukan apapun

18.	0	Nafsu makan saya tidak lebih buruk dari biasanya
	1	Nafsu makan saya tidak sebaik biasanya
	2	Nafsu makan saya kini jauh lebih buruk
	3	Saya tidak nafsu makan lagi
19.	0	Berat badan saya tidak turun banyak, atau bahkan tetap, akhir-akhir ini
	1	Berat badan saya turun lebih dari lima pon
	2	Berat badan saya turun lebih dari sepuluh pon
	3	Berat badan saya turun lebih dari lima belas pon
20.	0	Saya tidak lebih cemas mengenai kesehatan saya dari pada biasanya
	1	Saya cemas mengenai masalah-masalah fisik seperti rasa sakit dan tidak enak badan, atau perut mual atau sembelit
	2	Saya sangat cemas mengenai masalah-masalah fisik dan sukar untuk memikirkan banyak hal lainnya
	3	Saya begitu cemas mengenai masalah-masalah fisik saya sehingga tidak dapat berpikir tentang hal lainnya
21.	0	Saya tidak melihat adanya perubahan dalam minat saya terhadap seks
	1	Saya kurang berminat di bidang seks dibandingkan biasanya
	2	Kini saya sangat kurang berminat terhadap seks
	3	Saya telah kehilangan minat terhadap seks sama sekali

2) Sintesis Versi Diterjemahkan

Setelah proses penerjemahan instrumen dari bahasa sumber ke dalam bahasa sasaran, peneliti harus memiliki minimal dua versi dari instrumen tersebut yang telah diterjemahkan. Pada tahap ini, proses meringkas kedua versi dimulai. Meringkas versi instrumen dilakukan oleh para ahli (*expert judgement*) yaitu membandingkan terjemahan yang berbeda dan menilai semantik, idiomatik, konseptual, perbedaan bahasa dan kontekstual mereka, dengan tujuan utama membuat satu versi. Berdasarkan masukan para ahli, peneliti melakukan revisi, hasil revisi ini kemudian dilakukan *back translation* (Indonesia-Inggris) dengan penerjemahan yang memiliki latar belakang lulusan sastra Inggris di Universitas Kristen Indonesia. Berikut adalah hasil terjemahan kembali instrumen BDI (*The Beck Depression Inventory*) ke dalam bahasa asli (Inggris).

Tabel 3.8

**Hasil Terjemahan Kembali The Beck Depression Inventory ke dalam
Bahasa Asli (Indonesia-Inggris)**

No.	Pernyataan	
1.	0	I do not feel sad
	1	I feel sad
	2	I was sad and could not get rid of that feeling all the time
	3	I'm so sad or unhappy that I can not stand it anymore
2.	0	I'm not too discouraged about the future
	1	I feel discouraged about the future
	2	I feel that there is nothing I can expect
	3	I feel that my future is hopeless and everything will not improve
3.	0	I did not consider myself as a failure person
	1	I feel that I have failed more than most people
	2	When I look at the past, all I see is failure
	3	I feel that I am a total failure
4.	0	I get a lot of satisfaction from the things I do, just as before
	1	I am not longer enjoy things, as I once felt
	2	I did not get any real satisfaction from anything else
	3	I am not satisfied and bored with everything
5.	0	I do not really feel guilty

	1	I feel guilty most of the time
	2	I feel a little guilty most of the time
	3	I feel guilty all the time
6.	0	I do not feel like I'm being punished
	1	I feel like I'm being punished
	2	I thought I would be punished
	3	I feel that I am being punished
7.	0	I was not disappointed with myself
	1	I'm disappointed with myself
	2	I'm sick of myself
	3	I hate myself
8.	0	I do not feel worse than others
	1	I blame myself for my weaknesses or mistakes
	2	I blame myself all the time for the mistakes
	3	I blame myself for all the bad things that happened
9.	0	I have not the slightest idea of suicide
	1	I have thoughts for suicide, but I will not do it
	2	I want to kill myself
	3	I would kill myself if only there was a chance
10.	0	I do not cry more than usual
	1	Now I cried more than before
	2	Now I am crying all the time

	3	Usually I can cry, but now I can no longer cry even though I want it
11.	0	I am no more troubled by things than usual
	1	Now I'm a little more grumpy than usual
	2	I am somewhat annoyed or disturbed in most of my time
	3	Now I feel annoyed all the time
12.	0	I did not lose my interest to others
	1	I am a bit less interested to others than usual
	2	I lost most of my interest in others
	3	I have lost all my interest in others
13.	0	I make decisions almost as good as I usually do
	1	I delayed making decisions more often than I used to do
	2	I am experiencing greater difficulty in making decisions than usual
	3	I can not make any decisions at all
14.	0	I do not feel that my situation looks worse than usual
	1	I'm afraid I look old or unattractive
	2	I feel that there are permanent changes in my appearance that make me look unattractive
	3	I am sure that I look ugly
15.	0	I can work equally as well as the previous times
	1	I need an extra effort to start doing something
	2	I had to force myself to do something

	3	I can not do anything else
	0	I can sleep as usual
	1	My sleep is not as good as usual
	2	I woke up 1-2 hours earlier than usual, and found it very difficult to get back to sleep
	3	I bag a few hours earlier than usual then can not sleep again
17.	0	I do not feel more tired than usual
	1	I feel more tired than usual
	2	I feel tired after doing anything
	3	I am too tired to do anything
18.	0	My appetite is no worse than usual
	1	My appetite is not as good as usual
	2	My appetite is now much worse
	3	I have no appetite yet
19.	0	My weight does not go down much, or even fixed, lately
	1	My weight dropped more than five pounds
	2	My weight dropped over ten pounds
	3	My weight dropped more than fifteen pounds
20.	0	I am not more worried about my health than usual
	1	I am concerned about physical issues such as pain and discomfort, or nausea or constipation
	2	I am very anxious about physical problems and hard to think of many other things

	3	I was so anxious about my physical problems that I could not think of anything else
21.	0	I do not see any change in my interest in sex
	1	I am less interested in sex than usual
	2	Now I am very less interested in sex
	3	I have lost interest in sex altogether

3) Evaluasi Versi Disintesis Oleh Ahli

Setelah sintesis diterjemahkan versi telah selesai, peneliti masih harus bergantung pada bantuan dari komite ahli di bidang evaluasi psikologis atau pada orang-orang dengan pengetahuan khusus tentang apa yang dikaji instrument (*expert judgement*). Pada tahap ini instrument yang telah di terjemahkan diberikan kepada komite ahli di bidang psikologi untuk dilakukan evaluasi.

4) Evaluasi Oleh Populasi Sasaran

Tahap ini bertujuan untuk memverifikasi apakah item, skala respon dan petunjuk dapat dipahami oleh populasi sasaran. Dengan demikian, prosedur ini bertujuan untuk menyelidiki apakah instruksi yang jelas, apakah hal yang ditemukan dalam instrumen yang sesuai, apakah ekspresi sesuai dengan yang digunakan oleh kelompok, dan aspek

lainnya. Pada tahap ini peneliti melakukan uji coba lapangan dengan menyebarkan instrumen yang telah dikaji oleh *expert judgement*.

Berdasarkan hasil uji coba yang telah dilakukan oleh peneliti pada 313 siswa remaja laki-laki di SMK Paramitha Jakarta Timur, didapatkan hasil sebanyak delapan pernyataan yang tidak valid, maka pernyataan tersebut harus diubah dengan pernyataan yang lebih sesuai dengan keadaan atau pemahaman siswa di lapangan.

5) Back Translation/Terjemahan Kembali

Terjemahan kembali (ke bahasa asli/sumber) juga disarankan sebagai pemeriksaan kontrol kualitas tambahan (Sireci, 2005). Dari sudut pandang kami, prosedur ini harus mengikuti semua prosedur penyesuaian semantik dan idiomatik karena instrumen harus "siap" untuk evaluasi akhir oleh penulis asli. Terjemahan kembali mengacu menerjemahkan versi disintesis dan revisi instrumen ke dalam bahasa sumber. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi sejauh mana versi yang diterjemahkan mencerminkan isi item versi asli. Dalam tahap ini peneliti menerjemahkan kembali instrument yang telah dilakukan uji coba dari hasil *expert judgement*.

F. Pengujian Persyaratan Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2010). Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan data atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2002). Proses ini merupakan proses uji coba apakah instrumen yang akan digunakan sebagai skala pengukur tersebut tepat dalam mengukur dan dapat menjalankan fungsi ukurannya, serta memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dan tujuan dari pengukuran tersebut. Suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila instrumen tersebut dapat mengukur apa yang ingin diukur, mengungkapkan data secara tepat, serta memberikan gambaran data dengan cermat.

Suatu skala atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila instrument tersebut menjalankan fungsi ukurannya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Sedangkan validitas yang memiliki validitas rendah akan menghasilkan yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran.

Pengertian lain dari validitas adalah aspek kecermatan pengukuran. Suatu instrumen yang valid tidak hanya mengungkapkan data secara tepat, tetapi juga memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut. Instrumen ini disusun dengan jumlah pernyataan yang mengacu kepada indikator-indikator perilaku prososial.

Pada penelitian ini, pengujian validitas akan dilakukan dengan menggunakan teknik *Product Moment Pearson* dengan bantuan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 20.0. Peneliti melakukan uji instrumen berjumlah 21 pernyataan mengenai depresi kepada peserta didik laki-laki di sekolah SMK Paramitha Jakarta Timur sebanyak 30 siswa.

Hasil perhitungan tersebut didapatkan 13 pernyataan yang valid dan delapan pernyataan yang tidak valid.

Tabel 3.9
Butir valid dan Tidak Valid

Valid	Tidak Valid
1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 12, 13, 14, 15, 20, 21	2, 6, 9, 11, 16, 17, 18, 19

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataannya, maka berapa kali pun diambil, tetap akan sama. Reliabilitas menunjuk pada tingkatan keterandalan sesuatu. Reliabel artinya, dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Ungkapan yang mengatakan bahwa instrumen harus reliabel sebenarnya mengandung arti bahwa instrumen tersebut cukup baik sehingga mampu mengungkap data yang bisa dipercaya. Pengujian reliabilitas dalam instrumen penelitian ini akan menggunakan *Alpha Cronbach* dengan bantuan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 21.0. Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* diperoleh sebesar **0,739** maka instrumen yang digunakan peneliti dinyatakan reliabel.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan interpretasi dari *Beck Depression Inventory*, sebelum perhitungan persentase terlebih dahulu membuat kategorisasi yang dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 3.10
Kategorisasi Tingkat Depresi

Nilai Total	Tingkat Depresi
1 - 10	Naik turunnya perasaan ini tergolong wajar
11 – 16	Gangguan “mood” atau rasa murung yang ringan
17 – 20	Garis batas depresi klinis
21 – 30	Depresi sedang
31 – 40	Depresi parah
40 ke atas	Depresi ekstrim