

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Tipe Penelitian

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode ini sebagai metode ilmiah karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit atau empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Metode ini digunakan untuk penelitian pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2014).

3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Kerlinger (1973, dalam Sugiyono, 2014) menyatakan bahwa variabel adalah konstruk atau sifat yang akan dipelajari. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah konsep diri. Variabel dependen sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini hanya menggunakan satu variabel, yaitu *psychological well-being*.

3.2.1. Definisi Konseptual

Psychological well-being merupakan suatu kondisi dimana individu dapat menerima apa adanya diri, dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang-lain, mandiri atas hidupnya, dapat mengatur lingkungan sesuai dengan dirinya, mempunyai tujuan hidup, serta dapat mengembangkan dirinya.

3.2.2. Definisi Operasional

Dalam penelitian ini, *psychological well-being* yang ada pada perempuan karier baik yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak dilihat dari skor total variabel dan juga skor perdimensi pada instrumen *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) yang disusun oleh Carol Ryff pada tahun 1995. *Psychological well-being scale* (PWBS) merupakan suatu alat ukur psikologis yang terdiri dari enam dimensi, yaitu otonomi (*autonomy*), penguasaan atas lingkungan (*environmental mastery*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), Tujuan hidup (*purpose in life*), dan penerimaan diri (*self-acceptance*).

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014).

Populasi dalam penelitian ini adalah perempuan dewasa muda yang bekerja sebagai karyawan dengan rentang usia 20-40 tahun di Jakarta.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah populasi (Sugiyono, 2014). Sampel yang diharapkan dapat diperoleh adalah sampel yang representatif dan mencerminkan ciri-ciri populasinya. Dengan demikian, kesimpulan yang diambil berdasarkan kondisi sampel sesuai dengan kondisi populasinya (Rangkuti, 2013).

Subjek dalam penelitian ini adalah perempuan dewasa muda bekerja dengan status belum menikah dan menikah dan memiliki anak dengan karakteristik sebagai berikut :

- a. Perempuan bekerja sebagai karyawan
- b. Lokasi tempat kerja di Jakarta
- c. Usia 20-40 tahun untuk subyek menikah dan memiliki anak

- d. Usia 20-40 tahun untuk subyek belum menikah
- e. Pendidikan minimal SMU

3.3.3 Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *non probability sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2014). Jenis teknik yang digunakan adalah *sampling purposive*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi dimana alat ukur ini mengukur atribut non-kognitif berupa pernyataan, dimana respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban yang benar atau salah (Azwar, 2013). Alat ukur tersebut berupa kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk menjawabnya. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila penulis tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Selain itu, kuesioner juga cocok digunakan apabila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas. Kuesioner dapat berupa pertanyaan atau pernyataan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet (Sugiyono, 2014).

Penulis memberikan kuesioner kepada sampel secara langsung dan juga melalui internet. Penelitian ini hanya menggunakan satu alat ukur, yaitu *Psychological Well-Being Scale* (PWBS).

3.4.1 Psychological Well-Being Scale

Untuk mengukur *psychological well-being* dalam penelitian ini menggunakan instrumen *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) yang disusun oleh Carol Ryff pada tahun 1995 yang didasari oleh enam dimensi, yaitu otonomi (*autonomy*), penguasaan atas lingkungan (*environmental mastery*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), Tujuan hidup (*purpose in life*), dan penerimaan diri (*self-acceptance*). Skala PWBS ini terdiri dari 42 aitem dengan rentang skor 1 sampai 6.

Penulis menggunakan instrumen PWBS dari Ryff yang telah diadopsi oleh Ajrina R. Alat ukur ini telah dilakukan *back translation* di lembaga translator yang telah memiliki sertifikasi. Penulis melakukan adaptasi alat ukur tersebut dengan mengurangi salah satu aitem karena terdapat kesamaan makna antara aitem tersebut dengan satu aitem lainnya. Penulis juga memecah dua aitem menjadi empat aitem, jadi total keseluruhan aitem pada PWBS yang diadaptasi adalah 43 aitem.

Tabel 3.1. Blueprint *Psychological Well-Being Scale*

No	Dimensi	Indikator	Fav (+)	Unfav (-)	Jumlah
1.	Penerimaan Diri (SA)	a. Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	6, 12, 43, 24	36	8
		b. Mengakui dan menerima aspek-aspek baik maupun buruk dalam diri	42	18, 30	

No	Dimensi	Indikator	Fav (+)	Unfav (-)	Jumlah
2.	Hubungan Positif dengan Orang Lain (PR)	a. Mampu membangun hubungan yang hangat, memuaskan, dan penuh kepercayaan	22	10, 16, 34	8
		b. Memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antar manusia	4, 28, 35, 40		
3.	Otonomi (A)	a. Kemampuan dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri	7	31	7
		b. Memiliki ketahanan terhadap tekanan social	1, 25	13, 19	
		c. Evaluasi diri dengan standar pribadi	37		

No.	Dimensi	Indikator	Fav (+)	Unfav (-)	Jumlah
4.	Penguasaan Lingkungan (EM)	a. Memiliki kemampuan untuk mengatur lingkungan	2, 20	26	7
		b. Memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi	8, 38	14, 32	
5.	Tujuan Hidup (PL)	a. Memiliki tujuan hidup dan keinginan untuk menjalaninya	11, 29	5, 23	
		b. Memahami makna hidup pada masa kini dan masa lalu	41	17	6
6.	Pertumbuhan Pribadi (PG)	a. Memiliki rasa ingin tumbuh dan berkembang yang berkelanjutan	9, 33	39	7
		b. Terbuka pada pengalaman-pengalaman baru		3, 27	
		c. Menyadari perbaikan diri dan perilaku dari waktu ke waktu	21	15	
Jumlah			24	19	43

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert yang terdiri dari enam pilihan jawaban yang terdiri dari SS (Sangat Setuju), S (Setuju), AS (Agak Setuju), ATS (Agak Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Penilaian instrumen *Psychological Well-Being Scale* (PWBS) dilakukan dengan cara berikut:

Tabel 3.2. Penilaian PWBS

Kategori Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	6	1
Setuju	5	2
Agak Setuju	4	3
Agak Tidak Setuju	3	4
Tidak Setuju	2	5
Sangat Tidak Setuju	1	6

3.5 Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen dilakukan untuk menemukan validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Uji reliabilitas digunakan untuk melihat kestabilan alat ukur bila digunakan berkali-kali. Sedangkan uji validitas digunakan untuk melihat apakah alat ukur tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2014). Uji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan Model *Rasch*.

Penggunaan Model *Rasch* karena skor yang dihasilkan merupakan skor murni (*true skor*) yang bebas dari *error*. Pemodelan Rasch telah memenuhi pengukuran yang obyektif dan menghasilkan data yang terbebas dari pengaruh jenis subyek, karakteristik penilai (*rater*) dan karakteristik alat ukur (Suminto & Wahyu, 2014). Uji Reliabilitas pada penelitian ini menggunakan beberapa kriteria yang berlaku pada Model *Rasch* berikut ini:

Tabel 3.3. Kaidah Reliabilitas Model Rasch

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
$> 0,94$	Istimewa
0,91-0,94	Bagus Sekali
0,81-0,90	Bagus
0,67-0,80	Jelek
$< 0,67$	Lemah

Uji validitas menggunakan beberapa kriteria Model Rasch yang berlaku menurut Sumintoro & Wahyu (2014) antara lain:

- Menggunakan nilai INFIT MNSQ dari setiap *aitem* dan dibandingkan dengan jumlah S.D dan MEAN. Jika nilai INFIT MNSQ lebih besar dari jumlah S.D dan MEAN maka *aitem* tersebut tidak dapat digunakan.
- Nilai Outfit Mean Square (MNSQ) yang diterima: $0.5 < \text{MNSQ} < 1.5$
- Nilai Outfit Z-Standar (ZSTD) yang diterima: $-2.0 < \text{ZSTD} < +2.0$
- Nilai Point Measure Correlation (Pt Mean Corr): $0.4 < \text{Pt Measure Corr} < 0.85$

Uji validitas pada penelitian ini menggunakan kriteria a, yaitu menggunakan nilai INFIT MNSQ dari setiap *aitem* dan dibandingkan dengan jumlah S.D dan MEAN. Jika nilai INFIT MNSQ lebih besar dari jumlah MEAN dan S.D, maka *aitem* tersebut tidak dapat digunakan. Uji coba instrument dilakukan pada 100 responden yang didapat dari kuesioner *online* dengan karakteristik sebagai berikut:

- Perempuan bekerja sebagai karyawan
- Lokasi tempat kerja di Jakarta
- Usia 20-40 tahun untuk subyek menikah dan memiliki anak
- Usia 20-40 tahun untuk subyek belum menikah

3.5.1 Uji Coba Instrumen Psychological Well-Being Scale (PWBS)

Psychological Well-Being Scale merupakan sebuah instrument yang dibuat oleh Carol. D. Ryff. Instrumen ini memiliki nilai Alpha Cronbach 0,92 yang masuk dalam kategori Bagus Sekali, nilai reliabilitas orang 0,89 yang termasuk dalam kategori Bagus, nilai reliabilitas aitem 0,97 yang masuk dalam kategori Istimewa. Instrumen *Psychological Well-Being Scale* merupakan instrument unidimensi karena *raw variance* data sebesar 41,1%. Salah satu persyaratan unidimensi dalam model Rasch adalah minimal *raw variance* sebesar 20% (Sumintoro, 2014). Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas didapatkan butir-butir aitem yang gugur. Dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.4. Blueprint Uji Coba Instrumen *Psychological Well-Being Scale*

Dimensi	Indikator	Aitem	Aitem
		Dipertahankan	Gugur
Penerimaan Diri (SA)	a. Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	6, 12, 43, 24, 36	
	b. Mengakui dan menerima aspek-aspek baik maupun buruk dalam diri	42, 18, 30	

Dimensi	Indikator	Aitem Dipertahankan	Aitem Gugur
Hubungan Positif dengan Orang Lain (PR)	a. Mampu membangun hubungan yang hangat, memuaskan, dan penuh kepercayaan	22, 10, 16, 34	
	b. Memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antar manusia	4, 28, 35, 40	
Otonomi (A)	a. Kemampuan dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri	7, 31	
	b. Memiliki ketahanan terhadap tekanan social	1, 25, 13, 19	
	c. Evaluasi diri dengan standar pribadi	37	
Penguasaan Lingkungan (EM)	a. Memiliki kemampuan untuk mengatur lingkungan	2, 20, 26	
	b. Memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi	38, 14, 32	8*

Dimensi	Indikator	Aitem	Aitem
		Dipertahankan	Gugur
Tujuan Hidup (PL)	a. Memiliki tujuan hidup dan keinginan untuk menjalaninya	11, 29, 23	5*
	b. Memahami makna hidup pada masa kini dan masa lalu	17	41*
Pertumbuhan Pribadi (PG)	a. Memiliki rasa ingin tumbuh dan berkembang yang berkelanjutan	9, 33, 39	
	b. Terbuka pada pengalaman-pengalaman baru	27	3*
	c. Menyadari perbaikan diri dan perilaku dari waktu ke waktu	21, 15	
Jumlah		39	4

**aitem* yang gugur

Berdasarkan tabel 3.4, *aitem* yang dapat dipertahankan berjumlah 39 *aitem* sedangkan *aitem* yang gugur berjumlah 4 *aitem* yaitu *aitem* dengan nomor 3, 5, 8, dan 41. Berikut merupakan *blueprint* instrument final *Psychological Well-Being Scale*:

Tabel 3.5. Blueprint Final Instrumen *Psychological Well-Being Scale*

No	Dimensi	Indikator	Fav (+)	Unfav (-)	Jumlah
1.	Penerimaan Diri (SA)	a. Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri	6, 12, 43, 24	36	8
		b. Mengakui dan menerima aspek-aspek baik maupun buruk dalam diri	42	18, 30	
2.	Hubungan Positif dengan Orang Lain (PR)	a. Mampu membangun hubungan yang hangat, memuaskan, dan penuh kepercayaan	22	10, 16, 34	8
		b. Memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antar manusia	4, 28, 35, 40		
3.	Otonomi (A)	a. Kemampuan dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri	7	31	7
		b. Memiliki ketahanan terhadap tekanan social	1, 25	13, 19	
		c. Evaluasi diri dengan standar pribadi	37		

No	Dimensi	Indikator	Fav (+)	Unfav (-)	Jumlah
4.	Penguasaan Lingkungan (EM)	a. Memiliki kemampuan untuk mengatur lingkungan	2, 20	26	
		b. Memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi	38	14, 32	6
5.	Tujuan Hidup (PL)	a. Memiliki tujuan hidup dan keinginan untuk menjalaninya	11, 29	23	
		b. Memahami makna hidup pada masa kini dan masa lalu		17	4
6.	Pertumbuhan Pribadi (PG)	a. Memiliki rasa ingin tumbuh dan berkembang yang berkelanjutan	9, 33	39	6
		b. Terbuka pada pengalaman-pengalaman baru		27	
		c. Menyadari perbaikan diri dan perilaku dari waktu ke waktu	21	15	
Jumlah			22	17	39

3.6 Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan bantuan model Rasch melalui aplikasi winsteps versi 3.73 dan pengujian hipotesis menggunakan aplikasi SPSS versi 22.

3.6.1 Uji Asumsi

Sebelum melakukan hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini digunakan untuk mengetahui apakah data sampel yang diperoleh berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak (Rangkuti, 2012). Roscoe dalam Sugiyono (2014) menyatakan bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai 500, dan sampel dibagi dalam kategori maka jumlah anggota sampel setiap kategori/kelompok minimal 30. Oleh karena itu, penulis melakukan pengambilan data dengan sampel lebih dari 30 orang yaitu 145 bagi tiap kelompok sampel dalam penelitian ini dengan jumlah sampel kedua kelompok adalah 290. Pengujian normalitas penulis dilakukan dengan Chi-Square dengan menggunakan bantuan SPSS versi 22.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk membuktikan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki varians yang homogen (Rangkuti, 2012). Pengujian homogenitas varians dilakukan dengan Levene's Test pada taraf signifikan ($\alpha = 0,05$) dengan perhitungan menggunakan bantuan SPSS versi 22.

c. Perumusan Hipotesis

Hipotesis statistik yang akan diuji dalam penelitian ini adalah:

Ha dan Ho model statistik:

Ha : $M1 \neq M2$ (hipotesis non-direksional)

Ho : $\mu1 = \mu2$

Keterangan :

Ha : Hipotesis alternative

Ho : Hipotesis nol

Ha dan Ho dalam bentuk kalimat

A. Hipotesis Mayor

1. Ho1: Tidak terdapat perbedaan *psychological well-being* pada perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

Ha1: Terdapat perbedaan *psychological well-being* pada perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

B. Hipotesis Minor

1. Ho1: Tidak terdapat perbedaan pada dimensi *self acceptance* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

Ha1: Terdapat perbedaan pada dimensi *self acceptance* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

2. Ho2: Tidak terdapat perbedaan pada dimensi *positive relation with others* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

Ha2: Terdapat perbedaan pada dimensi *positive relation with others* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak

3. Ho3: Tidak terdapat perbedaan pada dimensi *autonomy* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

Ha3: Terdapat perbedaan pada dimensi *autonomy* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

4. Ho4: Tidak terdapat perbedaan pada dimensi *environmental mastery* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

Ha4: Terdapat perbedaan pada dimensi *environmental mastery* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

5. Ho5: Tidak terdapat perbedaan pada dimensi *purpose in life* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

Ha5: Terdapat perbedaan pada dimensi *purpose in life* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

6. Ho6: Tidak terdapat perbedaan pada dimensi *personal growth* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

Ha6: Terdapat perbedaan pada dimensi *personal growth* antara perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.

3.6.2 Penentuan Uji Statistik

Data dalam penelitian ini diolah menggunakan uji statistik untuk menguji hipotesis yang diajukan. Uji statistik yang digunakan adalah uji-t (independent sampel t-test) dengan menggunakan program SPSS versi 22. Uji-t digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan mean/rata-rata hitung yang signifikan atau tidak pada dua kelompok skor atau dua kelompok sampel (Rangkuti, 2013). Uji perbedaan dua rata-rata ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan *psychological well-being* pada perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak. Uji perbedaan rata-rata juga digunakan untuk mengetahui perbedaan per dimensi pada perempuan karier yang belum menikah dengan perempuan karier yang sudah menikah dan memiliki anak.