

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2008).

3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

Variabel bebas atau variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2009). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kebersyukuran.

Variabel terikat atau variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas atau variabel independen (Sugiyono, 2009). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kontrol diri.

3.2.2 Definisi Konseptual

3.2.2.1 Variabel Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan berterima kasih atas suatu pemberian sehingga merasa tercukupi atau menerima kelebihan yang kemudian hal itu dapat membuat seseorang mengembangkan suatu sikap, kebiasaan, kepribadian serta sifat moral yang baik dan pada akhirnya akan mempengaruhi

seseorang menanggapi atau bereaksi terhadap sesuatu atau situasi, memberikan perasaan nyaman, memacu motivasi, serta memandang hidup menjadi lebih positif.

3.2.2.2 Variabel Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengontrol tingkah lakunya dengan cara menahan atau menekan dorongan-dorongan sesaat dari dalam dirinya, mampu mengendalikan emosi dan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma, melihat konsekuensi yang akan dihadapi sebelum bertindak terhadap suatu hal serta mampu berperilaku sesuai dengan situasi sosial yang sedang dihadapi.

3.2.3 Definisi Operasional

3.2.3.1 Variabel Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan skor total dari alat ukur GRAT-R (Gratitude Resentment and Appreciation Test-Revised) yang dibuat oleh Philip C. Watkins, Kathrane Woodward, Tamara Stone, dan Russell L., dan Kolts pada tahun 2003 yang telah diadaptasi oleh peneliti.

3.2.3.2 Variabel Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan skor total dari alat ukur kontrol diri yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi kontrol diri dari teori Averill. Tingkat kontrol diri diukur dengan dimensi kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu, ditetapkan oleh peneliti untuk

dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak didik pemsyarakatan yang berada didalam Lembaga Pemsyarakatan Anak Pria Kelas II A Tangerang.

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono,2009). Teknik pengambilan sampel dalam penenlitian ini adalah teknik *nonprobability sampling* yaitu tekkn pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik sampel yang dipilih adalah *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono,2009). Pemilihan penggunaan teknik tersebut dikarenakan peneliti telah menetapkan karakteristik sampel yang sesuai dengan penelitian.

Karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah :

1. Remaja berusia 12-21 tahun
2. Merupakan anak didik pemsyarakatan penghuni Lembaga Pemsyarakatan Anak Pria Kelas II A Tangerang

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner atau angket. Kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi separangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2009). Kuesioner atau angket yang digunakan merupakan jenis *self-report scale* yang menggunakan bentuk skala Likert.

3.4.1 Instrumen Kebersyukuran

3.4.1.1 Kisi-Kisi Instrumen Kebersyukuran

Instrumen kebersyukuran yang digunakan merupakan instrumen yang diadaptasi dari kuesioner GRAT-R (Gratitude Resentment and Appreciation Test-

Revised) yang dibuat oleh Philip C. Watkins, Kathrane Woodward, Tamara Stone, dan Russell L., dan Kolts pada tahun 2003. Kuesioner ini terdiri dari 44 pernyataan dan digunakan untuk untuk melihat ketiga dimensi dari kebersyukuran yaitu merasa keberlimpahan, apresiasi terhadap hal-hal kecil yang sederhana, dan menghargai orang lain. Setiap aitem disediakan 4 pilihan jawaban dengan skala Likert.

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Kebersyukuran

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Memiliki rasa keberlimpahan	Memiliki sedikit rasa kekurangan dalam hidup	10, 24, 31	3, 7, 14, 21, 32, 42	9
	Merasa hidup telah memperlakukan dirinya dengan baik	6, 28, 29	2, 4, 12, 26, 37, 39	9
Apresiasi terhadap hal-hal baik yang sederhana	Mengalami keuntungan subjektif dalam kehidupan sehari-hari	8, 33, 35, 36, 40, 43	15, 34	8
	Merasa senang pada hal-hal yang berhubungan dengan alam	5, 9, 18, 25, 27, 30, 41	-	7
Menghargai orang lain	Menghargai kontribusi orang lain dalam kehidupan	1, 11, 19, 22, 38	20	6
	Mengekspresikan rasa penghargaan terhadap kedermawanan orang lain	13, 16, 17, 23, 44	-	5
Total		29	15	44

Tabel 3.2 Skoring Instrumen Kebersyukuran

Pilihan	Skala	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	SS	4	1
Sesuai	S	3	2
Tidak Sesuai	TS	2	3
Sangat Tidak Sesuai	STS	1	4

Instrumen kebersyukuran yang digunakan dalam penelitian ini melewati beberapa prosedur adaptasi, yaitu:

- 1) Peneliti mencari instrumen yang sesuai dengan tujuan penelitian dan kemudian diperoleh instrumen kebersyukuran yang dibuat oleh Philip C. Watkins, Kathrane Woodward, Tamara Stone, dan Russell L., dan Kolts pada tahun 2003.
- 2) Peneliti melakukan *translate* terhadap instrumen kebersyukuran di lembaga bahasa UPT UNJ.
- 3) Kuesioner tersebut lalu dibuat menjadi kisi-kisi instrumen, setiap butir pernyataan disesuaikan dengan subyek dan tempat penelitian, kemudian dilakukan *expert judgement* kepada dua orang dosen.
- 4) Setiap butir pernyataan dari kisi-kisi instrumen yang telah di *expert judgement* kemudian diperbaiki sesuai dengan masukan dari dosen.
- 5) Kemudian instrumen tersebut dibuat menjadi kuesioner dan dilakukan uji coba kepada 30 subyek.

3.4.1.2 Uji Validitas Instrumen Kebersyukuran

Setelah dilakukan uji coba kepada 30 subyek penelitian, maka selanjutnya peneliti melakukan uji validitas instrumen dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3.3 Uji Validitas Instrumen Kebersyukuran

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Memiliki rasa keberlim-pahan	Memiliki sedikit rasa kekurangan dalam hidup	10* , 24, 31	3, 7, 14, 21* , 32, 42*	9
	Merasa hidup telah memperlakukan dirinya dengan baik	6* , 28* , 29	2* , 4* , 12* , 26, 37, 39*	9
Apresiasi terhadap hal-hal baik yang sederhana	Mengalami keuntungan subjektif dalam kehidupan sehari-hari	8, 33, 35* , 36* , 40* , 43*	15, 34	8
	Merasa senang pada hal-hal yang berhubungan dengan alam	5* , 9, 18* , 25* , 27, 30, 41*	-	7
Menghargai orang lain	Menghargai kontribusi orang lain dalam kehidupan	1, 11* , 19, 22, 38*	20	6
	Mengekspresikan rasa penghargaan terhadap kedermawanan orang lain	13, 16* , 17* , 23, 44*	-	5
Total		29	15	44

nb : nomor dengan tanda bintang menandakan aitem yang valid

Berdasarkan tabel 3.3 dari 44 butir pernyataan diperoleh 22 butir pernyataan yang memenuhi kriteria, yaitu memiliki *correct item-total correlation* diatas 0,3. Butir-butir pernyataan yang sesuai dengan kriteria tersebut selanjutnya akan digunakan kembali dalam instrumen final.

Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Final Kebersyukuran

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Memiliki rasa keberlim-pahan	Memiliki sedikit rasa kekurangan dalam hidup	5	11, 20	3
	Merasa hidup telah memperlakukan dirinya dengan baik	4, 13	1, 2, 7, 17	6
Apresiasi terhadap hal-hal baik yang sederhana	Mengalami keuntungan subjektif dalam kehidupan sehari-hari	14, 15, 18, 21	-	4
	Merasa senang pada hal-hal yang berhubungan dengan alam	3, 10, 12, 19	-	4
Menghar-gai orang lain	Menghargai kontribusi orang lain dalam kehidupan	6, 16	-	2
	Mengekspresikan rasa penghargaan terhadap kedermawanan orang lain	8, 9, 22	-	3
Total		16	6	22

3.4.1.3 Uji Reliabilitas Instrumen Kebersyukuran

Peneliti melakukan uji reliabilitas terhadap instrumen kebersyukuran dengan menggunakan teknik konsistensi internal. Hasil uji reliabilitas yang diperoleh

kemudian akan diinterpretasi dengan kaidah reliabilitas yang dikemukakan oleh Guilford.

Tabel 3. 5 Kaidah Reliabilitas Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0.9	Sangat Reliabel
0.7 - 0.9	Reliabel
0.4 – 0.69	Cukup Reliabel
0.2 – 0.39	Kurang Reliabel
< 0.2	Tidak Reliabel

Hasil uji reliabilitas terhadap instrument kebersyukuran dengan menggunakan teknik konsistensi internal diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3.6 Reliabilitas Instrumen Kebersyukuran

Cronbach's Alpha	N of Items
0,865	22

Berdasarkan tabel 3.6 nilai *Alpha Cornbach* yang diperoleh instrumen kebersyukuran adalah 0,865. Menurut kaidah Guilford, dapat disimpulkan bahwa instrumen ini dikategorikan reliabel.

3.4.2 Instrumen Kontrol Diri

3.4.2.1 Kisi-Kisi Instrumen Kontrol Diri

Instrumen kontrol diri yang digunakan merupakan instrumen yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi kontrol diri dari teroi Averill yaitu dimensi kontrol kognitif, dimensi kontrol perilaku, dan dimensi kontrol keputusan.

Tabel 3.7 Kisi-Kisi Instrumen Kontrol Diri

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kontrol Perilaku	Mengendalikan keinginan dalam dirinya	4, 5, 23	33, 38, 42	6
	Mengendalikan situasi di luar dirinya	1, 24, 29	14, 16, 34	6
	Mengetahui cara menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki	8, 9, 39	6, 7, 19	6
Kontrol Kognitif	Menilai keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara objektif	12, 13, 40	20, 30, 28	6
	Mengantisipasi keadaan yang tidak menyenangkan	3, 26, 27	11, 15, 35	6
Kontrol Keputusan	Memilih tindakan berdasarkan apa yang diyakini	2, 10, 31	18, 32, 36	6
	Menentukan pilihan sebelum bertindak	21, 22, 37	17, 25, 41	6
Total		21	21	42

Setiap aitem merupakan pernyataan yang mengindikasikan keadaan dari responden penelitian dan disediakan 4 pilihan jawaban dengan skala Likert yaitu:

Tabel 3.8 Skoring Instrumen Kontrol Diri

Pilihan	Skala	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	SS	4	1
Sesuai	S	3	2
Tidak Sesuai	TS	2	3
Sangat Tidak Sesuai	STS	1	4

3.4.2.2 Uji Validitas Instrumen Kontrol Diri

Uji coba instrumen kontrol diri dilakukan pada 30 subyek, lalu selanjutnya peneliti melakukan uji validitas terhadap instrumen kontrol diri dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3.9 Uji Validitas Instrumen Kontrol Diri

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kontrol Perilaku	Mengendalikan keinginan dalam dirinya	4, 5*, 23*	33*, 38*, 42	6
	Mengendalikan situasi di luar dirinya	1, 24, 29*	14, 16, 34	6
	Mengetahui cara menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki	8, 9, 39	6, 7, 19*	6
Kontrol	Menilai keadaan dengan	12*, 13, 40*	20*, 30, 28	6

Kognitif	memperhatikan segi-segi positif secara objektif			
	Mengantisipasi keadaan yang tidak menyenangkan	3, 26* , 27	11, 15* , 35	6
Kontrol Keputusan	Memilih tindakan berdasarkan apa yang diyakini	2, 10, 31	18, 32* , 36	6
	Menentukan pilihan sebelum bertindak	21, 22* , 37	17, 25* , 41	6
Total		21	21	42

nb : nomor dengan tanda bintang menandakan aitem yang valid

Berdasarkan data pada tabel 3.9 diketahui bahwa dari 42 butir pernyataan terdapat 14 butir pernyataan yang sesuai dengan kriteria, yaitu memiliki *correct item-total correlation* diatas 0,3. Lalu selanjutnya butir – butir pernyataan yang sesuai dengan kriteria tersebut akan dijadikan butir pernyataan pada instrumen final.

Tabel 3.10 Kisi-Kisi Instrumen Final Kontrol Diri

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kontrol Perilaku	Mengendalikan keinginan dalam dirinya	1, 7	12, 13	4
	Mengendalikan situasi di luar dirinya	10	-	1
	Mengetahui cara menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki	-	4	1

Kontrol Kognitif	Menilai keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara objektif	2, 14	5	3
	Mengantisipasi keadaan yang tidak menyenangkan	9	3	2
Kontrol Keputusan	Memilih tindakan berdasarkan apa yang diyakini	-	11	1
	Menentukan pilihan sebelum bertindak	6	8	2
Total		7	7	14

3.4.2.3 Uji Reliabilitas Instrumen Kontrol Diri

Peneliti selanjutnya melakukan uji reliabilitas terhadap instrumen kontrol diri menggunakan teknik konsistensi internal. Hasil uji reliabilitas tersebut selanjutnya diinterpretasi menggunakan kaidah reliabilitas dari Guilford.

Tabel 3.11 Reliabilitas Kontrol Diri

Cronbach's Alpha	N of Items
0,667	14

Berdasarkan tabel 3.11 nilai *Alpha Cornbach* yang diperoleh instrumen kontrol diri adalah 0,667. Menurut kaidah Guilford, dapat disimpulkan bahwa instrumen ini dikategorikan cukup reliabel.

3.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Statistical Package for Social Science (SPSS) for windows ver 22.0*. Analisa data yang dilakukan dalam penelitian ini antara lain, yaitu :

1) Statistika Deskriptif

Statistika deskriptif adalah statistika yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2009). Dengan menggunakan teknik analisis statistika deskriptif maka akan diperoleh deskripsi data penelitian yang ada dilapangan. Data-data yang diperoleh antara lain nilai mean, median, modus, standar deviasi, nilai maksimum dan nilai minimum dari variabel-variabel yang akan diukur. Selain itu melalui analisis statistika deskriptif juga dapat diperoleh informasi mengenai data demografi subyek dan kategorisasi skor.

2) Uji Asumsi

Pengujian asumsi yang dilakukan antara lain pengujian asumsi normalitas data yang digunakan untuk menganalisis penyebaran normalitas data serta pengujian asumsi linieritas antar variabel yang digunakan untuk melihat apakah hubungan antara dua variabel tergolong linier atau tidak (Rangkuti, 2012).

3) Statistika Inferensial

Metode analisis statistik inferensial yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi yang digunakan untuk mengetahui pengaruh kebersyukuran terhadap kontrol diri anak didik pemsyarakatan yang tinggal di lembaga pemsyarakatan anak. Dengan menggunakan analisis regresi dapat diketahui bagaimana prediksi suatu variabel terhadap variabel lainnya serta bagaimana hubungan sebab akibat antar variabel tersebut (Rangkuti, 2012).

3.6 Hipotesis Statistik

$H_0 : r = 0$

$H_a : r \neq 0$

H_0 : Hipotesis Nol

H_a : Hipotesis Alternatif

H_0 = Tidak terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap kontrol diri pada remaja anak didik pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan anak.

H_a = Terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap kontrol diri pada remaja anak didik pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan anak.