

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Tipe Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu penelitian yang datanya dinyatakan dalam angka dan dianalisis dengan teknik statistik (Zeller & Carmines, dalam Sangadji dan Sopiah, 2010).

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *causal comparative* atau hubungan sebab akibat, yaitu peneliti mengidentifikasi pengaruh variabel satu terhadap variabel lainnya, kemudian dicari kemungkinan variabel penyebabnya. Menurut Kelingner (2006) penelitian *causal comparative* termasuk dalam penelitian *ex-postfacto* dimana variabel bebas telah terjadi ketika peneliti mulai dengan pengamatan variabel terikat dalam suatu pengamatan (Sangadji dan Sopiah, 2006).

#### **3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian**

##### **3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variabel tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010). Penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang diduga sebagai sebab dari variabel terikat, yaitu variabel yang merupakan akibat (Sekaran, dalam Sangadji dan Sopiah, 2006).

#### a. Variabel Bebas

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen atau terikat (Sugiyono, 2010). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penerimaan diri.

#### b. Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2010). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pengungkapan diri.

### 3.2.2 Operasionalisasi Variabel Penelitian

Dalam ilmu sosial, diperlukan kejelasan dalam mendefinisikan variabel agar tidak menimbulkan keragu-raguan serta untuk membuat variabel dapat digunakan secara operasional (Nazir, dalam Sangadji dan Sopiah, 2006).

Sangadji dan Sopiah (2006) mengemukakan bahwa definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel dengan cara melakukan spesifikasi kegiatan maupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur suatu variabel.

#### 3.2.2.1 Definisi Konseptual

##### a. Pengungkapan Diri

Pengungkapan diri adalah komunikasi yang secara sukarela dilakukan oleh individu kepada orang lain yang bertujuan untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran yang dirasakannya yang bermanfaat dalam hubungan sosial individu.

##### b. Penerimaan Diri

Sikap menghargai diri sendiri yang menunjukkan kesediaan untuk menerima segala karakteristik pribadi serta tidak menolak segala aspek kekurangan dalam diri, yang bermanfaat bagi kesehatan psikologis diri sendiri.

### **3.2.2.2 Definisi Operasional**

#### **a. Pengungkapan Diri**

Pengungkapan diri adalah komunikasi yang secara sukarela dilakukan oleh individu kepada orang lain yang bertujuan untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran yang dirasakannya yang bermanfaat dalam hubungan sosial individu yang terukur melalui dimensi *conscious intent to disclose*, *amount*, *positive-negative*, *honesty-accuracy*, dan *general depth-control of disclosure* yang dikemukakan oleh Wheelless dan Grotz.

#### **b. Penerimaan Diri**

Penerimaan diri adalah sikap menghargai diri sendiri yang menunjukkan kesediaan untuk menerima segala karakteristik pribadi serta tidak menolak segala aspek kekurangan dalam diri, yang bermanfaat bagi kesehatan psikologis diri sendiri yang terukur melalui indikator-indikator yang dikemukakan Berger.

## **3.3 Populasi dan Sampel Penelitian**

### **3.3.1 Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2010). Lokasi penelitian ini adalah di DKI Jakarta. Oleh karena itu, populasi dalam penelitian ini adalah individu dewasa akhir yang tinggal di DKI Jakarta.

### **3.3.2 Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2010). Menurut Roscoe (dalam Sugiyono, 2010) ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500.

Dalam menentukan sampel, terdapat kriteria subjek yang menjadi pertimbangan, antara lain:

a. Sehat secara psikologis tidak pikun.

Individu dewasa akhir yang pikun mengalami penurunan dalam kecepatan memproses informasi sehingga sulit mengingat dimana dan kapan kejadian yang terjadi dalam kehidupannya.

b. Dapat membaca bahasa Indonesia, menulis, serta memahami kuesioner.

Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan bahasa Indonesia. Oleh karena itu, individu dewasa perlu memiliki kemampuan bahasa Indonesia, baik lisan maupun tulisan.

Sampel pada penelitian ini adalah 40 orang individu dewasa akhir yang bertempat tinggal di wilayah Kelurahan Malaka Jaya, Jakarta Timur. Pemilihan wilayah didasarkan dari hasil dari penentuan wilayah dengan menggunakan teknik *area sampling*.

### **3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel**

Dalam pengambilan sampel, penulis menggunakan teknik *area sampling*. Area sampling digunakan untuk menentukan sampel bila obyek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas (Sugiyono, 2011). Teknik sampel ini terdiri dari 2 tahap, yaitu pertama, tahap penentuan sampel daerah. Pada tahap ini ditentukan wilayah di DKI Jakarta yang dijadikan sebagai tempat pengambilan sampel. Tahap kedua, menentukan orang-orang yang ada di daerah itu. Pada tahap ini penulis menentukan orang-orang yang dijadikan subyek dengan menyesuaikan kriteria yang telah ditentukan.

### **3.4 Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Sugiyono (2010) mendefinisikan kuesioner sebagai teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat

pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Teknik ini memberikan tanggung jawab kepada responden untuk membaca dan menjawab pertanyaan (Sangadji dan Sopiah, 2006). Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari skala penerimaan diri dan skala pengungkapan diri.

### 3.4.1 Skala Pengungkapan Diri

Skala pengungkapan diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Revised Self Disclosure Scale* yang dikembangkan oleh Wheelless dan Grotz (1976). Dimensi dalam skala ini mengacu pada dimensi yang dikemukakan oleh Wheelless dan Grotz yaitu *conscious intent to disclose*, *amount*, *positive-negative*, *depth-control of disclosure*, dan *honesty-accuracy*.

Realibilitas untuk *Revised Self Disclosure Scale* ditentukan berdasarkan tiap dimensi – dimensinya, yaitu *Intent* 0.85; *Amount* 0.88; *Positiveness-Negativeness* 0.91; *Depth* 0.84; dan *Honesty* 0.87 (Rubin, Palmgreen, dan Syper, 2004).

Skala ini terdiri dari 31 butir pernyataan. Skala ini menggunakan skala Likert dengan rentang 1 sampai 7. Skala ini terdiri dari pernyataan yang positif dan juga negatif yang disusun secara acak. Hasil skor pengungkapan diri diperoleh dengan menjumlahkan skor-skor setiap butir pernyataan.

Untuk keperluan penelitian, penulis menerjemahkan keseluruhan butir pernyataan ke dalam bahasa Indonesia. Penulis melakukan prosedur *back-translation* di lembaga UPT Pelayanan Bahasa UNJ untuk menerjemahkan alat ukur. Setelah itu, penulis meminta *expert judgement* kepada pembimbing skripsi.

**Tabel 3.1 Daftar Skor Skala Pengungkapan Diri**

Skala	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	7	1
Setuju	6	2
Cukup Setuju	5	3
Ragu-Ragu	4	4
Cukup Tidak Setuju	3	5
Tidak Setuju	2	6
Sangat Tidak Setuju	1	7

**Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Pengungkapan Diri**

No.	Dimensi	Indikator	Item		Jumlah Item
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1	<i>conscious intent to disclose</i>	Menyadari dirinya sebagai bahan pembicaraan.	1, 4		4
		Membuat orang lain mengetahui tentang dirinya secara sengaja	2, 3		
2	<i>amount of disclosure</i>	Banyaknya jumlah informasi yang diungkapkan berdasarkan frekuensi.	9, 10	5, 11	7
		Banyaknya jumlah informasi yang diungkapkan berdasarkan durasi.	7	6, 8	
3	<i>positive-negative of disclosure</i>	Bersedia mengungkapkan berbagai hal positif mengenai diri sendiri	12, 15, 18		7
		Bersedia mengungkapkan berbagai hal negatif mengenai diri sendiri		13, 14, 16, 17	
4	<i>general depth-control of disclosure</i>	Tidak ada perasaan cemas dalam mengungkapkan tentang informasi dirinya.	19, 22		5
		Tidak merasa ragu dalam mengungkapkan tentang informasi dirinya.	20, 21, 23		
5	<i>honesty-accuracy of disclosure</i>	Menyatakan informasi tentang diri yang sesuai dengan fakta kepada lawan bicara.	26, 30, 27, 29	24, 25, 28, 31	8
<b>TOTAL</b>			<b>19</b>	<b>12</b>	<b>31</b>

### 3.4.2 Skala Penerimaan Diri

Skala penerimaan diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penerimaan diri yang dikembangkan oleh Berger. Skala ini terdiri dari 36 butir pernyataan. Skala ini memiliki 9 indikator yang tiap indikator terdiri dari 4 butir pernyataan (Berger, 1952). Reliabilitas untuk skala penerimaan diri Berger berkisar antara 0.746 sampai 0.894. Pada umumnya, dalam berbagai penelitian instrumen ini memiliki validitas yang memadai (Shaw & Wright, 1967).

Skala ini menggunakan skala Likert dengan rentang 1 sampai 5. Arah pemberian skor dibalik bagi butir pernyataan yang dibuat negatif. Skala ini terdiri dari pernyataan yang positif dan juga negatif yang disusun secara acak. Hasil skor penerimaan diri diperoleh dengan menjumlahkan skor-skor setiap butir pernyataan. Skor yang tinggi mengindikasikan penerimaan diri yang tinggi sedangkan skor yang rendah mengindikasikan penerimaan diri yang rendah (Berger, 1952).

Untuk keperluan penelitian, penulis melakukan adaptasi yaitu dengan menerjemahkan keseluruhan butir pernyataan ke dalam bahasa Indonesia. Penulis melakukan prosedur *back-translation* di UPT Pusat Bahasa UNJ untuk menerjemahkan alat ukur dan kemudian meminta *expert judgement* kepada pembimbing skripsi.

**Tabel 3.3 Daftar Skor Skala Penerimaan Diri**

Skala	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Sesuai	2	4
Sangat Tidak Sesuai	1	5

Tabel 3.4 Kisi-kisi Skala Penerimaan Diri

No.	Dimensi	Indikator	Distribusi Item		Jumlah Item
			Fav	Unfav	
1	<i>Internalized values</i>	Mendasarkan perilaku dari nilai-nilai yang sudah diinternalisasi bukan tekanan dari luar.	2	1, 14, 34	4
		Memiliki keyakinan pada kapasitas diri untuk mengatasi kehidupan.	15, 25	22, 36	4
2	<i>Life-coping Capabilities</i>	Menerima pujian atau kritikan dari orang lain secara obyektif.		3, 4, 5, 23	4
		Memikul tanggung jawab dan menerima konsekuensi dari perilaku diri sendiri.		10, 24, 29, 30	4
3	<i>Sense of Self-worth</i>	Tidak menunjukkan usaha untuk menolak atau mengubah perasaan, motif, keterbatasan, kemampuan atau kualitas yang menguntungkan yang dilihat dalam dirinya sendiri, namun menerima semua tanpa pengakuan kesalahan.	7	8, 20, 26	4
		Memiliki pendapat bahwa dirinya sebagai orang yang bernilai untuk mendapatkan posisi yang sama dengan orang lain.	19, 32	6, 12	4
		Tidak mengharapkan orang lain menolak dirinya, meskipun ia memberikan alasan kepada orang lain untuk menolak ataupun menerima dirinya..	27	18, 31, 33	4
4	<i>Absence of Self-consciou</i>	Tidak menganggap dirinya sebagai sebagai orang yang berbeda dari orang lain, "aneh," atau abnormal.	21	9, 17, 28	4
		Tidak malu-malu atau canggung.		11, 13, 16, 35	4
<b>Jumlah</b>			<b>8</b>	<b>28</b>	<b>36</b>

### 3.5 Uji Coba Instrumen

Setelah instrumen tersusun, maka tahap berikutnya diperlukan uji coba. Uji coba dilakukan kepada kelompok subjek yang karakteristiknya setara dengan subjek yang hendak dikenai skala tersebut (Azwar, 2013). Uji coba dimaksudkan untuk melakukan analisis kuantitatif terhadap parameter-parameter butir (Azwar, 2013). Pada penelitian ini instrumen diujicobakan kepada 30 orang individu dewasa akhir.



### 3.5.1 Hasil Uji Coba Instrumen

Kriteria yang digunakan untuk menguji suatu butir dipertahankan atau digugurkan adalah dengan membandingkan nilai *Corrected Item-Total Correlation* dan  $r$  kriteria yang ditetapkan. Suatu butir pernyataan dapat dipertahankan jika nilai *Corrected Item-Total Correlation* lebih besar daripada  $r$  kriteria yang ditetapkan, yaitu 0,3. Akan tetapi, apabila jumlah butir yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria hingga 0,2 (Azwar, 2013).

Berdasarkan hasil pengujian, terdapat 5 butir pernyataan yang gugur dalam skala pengungkapan diri antara lain butir nomor 16, 24, 25, 29, dan 30. Sedangkan, 26 butir lainnya layak menjadi bagian dari instrumen.

**Tabel 3.5 Kisi-kisi Skala Pengungkapan Diri Setelah Uji Coba**

No	Dimensi	Indikator	Distribusi Item		Jumlah Item
			Fav	Unfav	
1	<i>conscious intent to disclose</i>	Menyadari dirinya sebagai bahan pembicaraan.	1,4		4
		Membuat orang lain mengetahui tentang dirinya secara sengaja	2,3		
2	<i>amount of disclosure</i>	Banyaknya jumlah informasi yang diungkapkan berdasarkan durasi.	7	6, 8	7
		Banyaknya jumlah informasi yang diungkapkan berdasarkan frekuensi.	9, 10	5, 11	
3	<i>positive-negative of disclosure</i>	Bersedia mengungkapkan berbagai hal positif mengenai diri sendiri	12, 15, 18		7
		Bersedia mengungkapkan berbagai hal negatif mengenai diri sendiri		13, 14, 16*, 17	
4	<i>general depth-control of disclosure</i>	Tidak ada perasaan cemas dalam mengungkapkan tentang informasi dirinya.	19, 22		5
		Tidak merasa ragu dalam mengungkapkan tentang informasi dirinya.	20, 21, 23		
5	<i>honesty-accuracy of disclosure</i>	Menyatakan informasi tentang diri yang sesuai dengan fakta kepada lawan bicara.	26, 27, 29*, 30*	24*, 25*, 28, 31	8
<b>TOTAL</b>			<b>19</b>	<b>21</b>	<b>31</b>

Keterangan : (\*) butir pernyataan yang gugur

Untuk pengujian skala penerimaan diri terdapat 11 butir yang gugur antara lain butir nomor 2, 3, 7, 18, 20, 25, 26, 27, 29, 30, 32. Sedangkan, 25 butir lainnya layak dipertahankan dalam instrumen.

**Tabel 3.6 Kisi-kisi Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba**

No.	Dimensi	Indikator	Distribusi Item		Jumlah Item
			Fav	Unfav	
1	<i>Internalized values</i>	Mendasarkan perilaku dari nilai-nilai yang sudah diinternalisasi bukan tekanan dari luar.	2*	1, 14, 34	3
		Memiliki keyakinan pada kapasitas diri untuk mengatasi kehidupan.	15, 25*	22, 36	3
2	<i>Life-coping Capabilities</i>	Menerima pujian atau kritikan dari orang lain secara obyektif.		10, 24, 29*, 30*	2
		Memikul tanggung jawab dan menerima konsekuensi dari perilaku diri sendiri.		3*, 4, 5, 23	3
3	<i>Sense of Self-worth</i>	Tidak menunjukkan usaha untuk menolak atau mengubah perasaan, motif, keterbatasan, kemampuan atau kualitas yang menguntungkan yang dilihat dalam dirinya sendiri, namun menerima semua tanpa pengakuan kesalahan.	7*	8, 20*, 26*	1
		Memiliki pendapat bahwa dirinya sebagai orang yang bernilai untuk mendapatkan posisi yang sama dengan orang lain.	19, 32*	6, 12	3
		Tidak mengharapkan orang lain menolak dirinya, meskipun ia memberikan alasan kepada orang lain untuk menolak ataupun menerima dirinya..	27*	18*, 31, 33	2
4	<i>Absence of Self-consciou</i>	Tidak menganggap dirinya sebagai sebagai orang yang berbeda dari orang lain, "aneh," atau abnormal.	21	9, 17, 28	4
		Tidak malu-malu atau canggung.		11, 13, 16, 35	4
<b>Jumlah</b>			<b>3</b>	<b>22</b>	<b>25</b>

Keterangan : (\*) butir pernyataan yang gugur

## **3.6 Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

### **3.6.1 Validitas Instrumen**

Uji validitas digunakan untuk mengukur tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang dibutuhkan dalam penelitian. Instrumen yang valid dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud (Arikunto, 2010). Pengujian validitas instrumen dengan melakukan *expert judgement* oleh dosen ahli psikologi dan ahli pengukuran.

### **3.6.2 Reliabilitas Instrumen**

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius atau mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya dan reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya pula (Arikunto, 2010).

Reliabilitas instrumen mengacu kepada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1. Semakin mendekati angka 1, berarti pengukuran semakin reliabel (Azwar, 2013).

Pengujian reliabilitas instrumen ini menggunakan bantuan software statistik SPSS 16.0. Penghitungan reliabilitas menggunakan teknik konsistensi internal yang akan menghasilkan koefisien alpha ( $\alpha$ ). Skala penerimaan diri merupakan skala unidimensional, maka konsep alpha ( $\alpha$ ) tepat digunakan untuk menghitung reliabilitas instrumen. Sedangkan, skala pengungkapan diri merupakan skala multidimensional sehingga konsep alpha ( $\alpha$ ) diaplikasikan pada setiap dimensi. Selanjutnya, untuk menghitung

reliabilitas instrumen keseluruhan dilakukan dengan teknik reliabilitas skor komposit. Dalam menentukan kategori reliabilitas, penulis menggunakan kaidah reliabilitas menurut Guilford.

**Tabel 3.7 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

Dari hasil uji reliabilitas dan disesuaikan dengan kaidah reliabilitas Guilford maka reliabilitas skala pengungkapan diri untuk tiap dimensinya antara lain dimensi *conscious intent to disclose* 0.749 (reliabel); *amount of disclosure* 0.738 (reliabel); *positive-negative of disclosure* 0.685 (cukup reliabel); *depth-control of disclosure* 0.871 (reliabel); dan *honesty-accuracy of disclosure* 0.776 (reliabel). Sedangkan, reliabilitas instrumen yang dihasilkan dengan skor komposit adalah 0,686 yang termasuk dalam kategori cukup reliabel.

Sedangkan, nilai *Alpha Cronbach* skala penerimaan diri adalah 0,839. Berdasarkan kaidah reliabilitas Guilford reliabilitas skala penerimaan diri termasuk dalam kategori reliabel.

### 3.7 Analisis Data

#### 3.7.1 Perumusan Hipotesis

Rumusan hipotesis dua pihak yaitu:

$$H_0 : \mu = 0$$

$H_0$  : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir.

$H_a : \mu \neq 0$

$H_a$  : Terdapat pengaruh yang signifikan penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir.

Keterangan:

$H_0$  = Hipotesis Nol

$H_a$  = Hipotesis Alternatif

$\mu$  = Koefisien pengaruh penerimaan diri terhadap pengungkapan diri pada individu dewasa akhir.

### 3.7.2 Uji Asumsi

Untuk memenuhi asumsi-asumsi mengenai analisis regresi, sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan uji linearitas yang dijelaskan sebagai berikut:

- a. Data pada setiap variabel yang akan dianalisis harus berdistribusi normal, maka perlu dilakukan uji normalitas sebelum melakukan pengujian hipotesis (Sugiyono, 2011). Data dinyatakan berdistribusi normal jika memiliki signifikansi lebih besar dari 5% atau 0.05. Uji normalitas menggunakan teknik analisis kolmogorof smirnov/liliefors. Pengujian normalitas data menggunakan program *software statistic* SPSS 16.0.
- b. Uji linieritas berguna untuk menguji apakah terjadi linieritas pada skor-skor antar kedua variabel. Kedua variabel dinyatakan mempunyai hubungan yang linier bila memiliki signifikansi yang kurang dari 0.05. Pengujian linieritas data menggunakan program *software statistic* SPSS 16.0.

### 3.7.3 Penentuan Uji Statistik

Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah metode analisis regresi linier yang digunakan untuk memprediksi bagaimana pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya. Pengujian dilakukan dengan menggunakan program komputer *Statistical Package for Social Science (SPSS) for Windows Release* versi 16.00.

Persamaan garis regresi menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\mathbf{Y = a + bX}$$

Keterangan:

Y = variabel yang diprediksi (variabel dependen)

X= variabel prediktor (variabel independen)

a = bilangan konstan

b = koefisien prediktor