

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

##### 1. Pendekatan Penelitian

Menurut Sugiyono, pendekatan kuantitatif didasarkan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti suatu populasi maupun sampel, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik, dan bertujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan.<sup>1</sup> Saifudin Azwar pun menambahkan bahwa melalui metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antarvariable yang diteliti.<sup>2</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan PSM Tulungagung, sebagaimana yang telah dipaparkan dalam rumusan masalah, tujuan, dan manfaat penelitian.

##### 2. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian survei yaitu suatu penelitian kuantitatif dengan menggunakan pernyataan terstruktur atau sistematis yang sama kepada banyak orang, untuk kemudian seluruh jawaban

---

<sup>1</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: CV Alfabeta, 2017), hal. 8

<sup>2</sup>Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2014), hal. 5

yang diperoleh peneliti dicatat, diolah, dan dianalisis. Pernyataan terstruktur atau sistematis tersebut dikenal dengan istilah kuesioner.<sup>3</sup>

Peneliti memilih jenis penelitian survei karena sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Panti Asuhan PSM Tulungagung.

## **B. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah gejala yang bervariasi, yang menjadi titik perhatian atau objek penelitian.<sup>4</sup> Dalam penelitian ini terdapat 2 (dua) variabel, yaitu:

### 1. Variabel independen (variabel bebas)

Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen (variabel bebas) adalah *husnuzzan*.

### 2. Variabel dependen (variabel terikat)

Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena variabel bebas.<sup>5</sup> Pada penelitian ini yang menjadi variabel dependen (variabel terikat) adalah *psychological well-being*.

---

<sup>3</sup>Bambang Prasetyo, Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005), hal. 143

<sup>4</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 161

<sup>5</sup>*Ibid.*, hal. 162

### C. Populasi , Sampel dan Teknik Sampling

#### 1. Populasi

Menurut Sugiyono, 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.<sup>6</sup>

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja di Panti Asuhan PSM Tulungagung, yaitu mulai dari usia 13 tahun sampai dengan 21 tahun yang berjumlah 50 orang.

**Tabel 3.1**

**Tabel Populasi Penelitian**

No.	Nama	Usia
1	AHMAD HABIBUL M	16 tahun
2	YOGA	15 tahun
3	LENI S.	17 tahun
4	M. BASTOMI	14 tahun
5	SYARIFFUDIN	16 tahun
6	ROTAMA S. L	14 tahun
7	AGUNG F.	18 tahun
8	RIZKI	14 tahun
9	PUJI ASTUTIK	18 tahun
10	FATIMAH A.	14 tahun
11	SUNDARI	15 tahun
12	NANA	13 tahun
13	KIRANA Y.	14 tahun
14	MAULIDA R.	13 tahun
15	AZZAHRA N.	13 tahun
16	ARTIKA G.	15 tahun
17	WULANDARI	13 tahun
18	CINDY IRMAWATI	14 tahun
19	ANGELIA D.	15 tahun
20	NADYA F.	16 tahun

<sup>6</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hal. 80

21	BINTI S.	17 tahun
22	SEPTIANA M.	14 tahun
23	AHMAD KHOLIL	17 tahun
24	NISA	13 tahun
25	SITI MAIMUNAH	17 tahun
26	AFIF	14 tahun
27	SAFITRI KHOIRUN N.	15 tahun
28	VIRA OCTAVIANA	15 tahun
29	FERA DIANA	17 tahun
30	NIDA ANIF F.I	16 tahun
31	DEVI S.	15 tahun
32	AHMAD HUDA	16 tahun
33	YUNITA S.	16 tahun
34	FRISMA ADHITYA S.	19 tahun
35	FANI	13 tahun
36	AHMAD KHOIRUL S.	14 tahun
37	BALYA	13 tahun
38	NIKI KUSNIA A.	17 tahun
39	RIKA R.	15 tahun
40	ARTA	15 tahun
41	M. MUDAKIR MA'RUF	15 tahun
42	ASRORUL MUZAKI	16 tahun
43	MEI MUYASYAROH	16 tahun
44	AHMAD QOIRUL A.	15 tahun
45	DANANG TRI S.	16 tahun
46	PAMUNGKAS SURI Z.	13 tahun
47	VITA KRISTIANI	15 tahun
48	RINA S.	17 tahun
49	SURYA AZIZ M.	15 tahun
50	SANDI ANGGA I.	16 tahun
<b>TOTAL</b>		<b>50 orang</b>

## 2. Sampel

Sugiyono mengungkapkan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Penggunaan sampel dikarenakan adanya populasi yang besar dimana peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi akibat keterbatasan dana, tenaga dan waktu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat

diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus mewaliki paling sedikit satu sifat yang sama.<sup>7</sup>

Berikut ini daftar sampel yang digunakan oleh peneliti:

**Tabel 3.2**  
**Daftar Sampel Penelitian**

No.	Nama	Usia
1	AHMAD HABIBUL M	16 tahun
2	YOGA	15 tahun
3	LENI S.	17 tahun
4	M. BASTOMI	14 tahun
5	SYARIFFUDIN	16 tahun
6	ROTAMA S. L	14 tahun
7	AGUNG F.	18 tahun
8	RIZKI	14 tahun
9	PUJI ASTUTIK	18 tahun
10	SUNDARI	15 tahun
11	NANA	13 tahun
12	CINDY IRMAWATI	14 tahun
13	AHMAD KHOLIL	17 tahun
14	NISA	13 tahun
15	SITI MAIMUNAH	17 tahun
16	AFIF	14 tahun
17	SAFITRI KHOIRUN N.	15 tahun
18	VIRA OCTAVIANA	15 tahun
19	FERA DIANA	17 tahun
20	NIDA ANIF F.I	16 tahun
21	DEVI S.	15 tahun
22	AHMAD HUDA	16 tahun
23	YUNITA S.	16 tahun
24	FRISMA ADHITYA S.	19 tahun
25	FANI	13 tahun
26	AHMAD KHOIRUL S.	14 tahun
27	BALYA	13 tahun
28	NIKI KUSNIA A.	17 tahun
29	RIKA R.	15 tahun
30	ARTA	15 tahun
31	M. MUDAKIR MA'RUF	15 tahun

---

<sup>7</sup>*Ibid*, hal. 81

32	ASRORUL MUZAKI	16 tahun
33	MEI MUYASYAROH	16 tahun
34	AHMAD QOIRUL A.	15 tahun
35	DANANG TRI S.	16 tahun
36	PAMUNGKAS SURI Z.	13 tahun
37	VITA KRISTIANI	15 tahun
38	RINA S.	17 tahun
39	SURYA AZIZ M.	15 tahun
40	SANDI ANGGA I.	16 tahun
<b>TOTAL</b>		<b>40 orang</b>

Berdasarkan tabel populasi penelitian (tabel 31) dan tabel sampel penelitian (tabel 3.2) diketahui bahwa jumlah populasi adalah 50 orang, sedangkan jumlah sampel adalah 40 orang. Artinya, terdapat 10 orang dari populasi yang tidak dimasukkan sebagai sampel. Hal ini dikarenakan 10 orang tersebut sehari-hari tidak selalu menetap di asrama panti sehingga tidak masuk dalam kategori yang sudah ditentukan oleh peneliti.

### 3. Teknik Sampling

Sampling merupakan suatu proses pemilihan dan penentuan jenis sampel dan perhitungan besarnya sampel yang akan menjadi subjek atau objek penelitian. Sampel yang secara nyata akan diteliti harus representative dalam arti mewakili populasi baik dalam karakteristik maupun jumlahnya.<sup>8</sup> Teknik penarikan sampel yang digunakan oleh peneliti disini adalah penarikan sampel nonprobabilitas tipe *Purposive Sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti jika peneliti memiliki pertimbangan-pertimbangan tertentu didalam pengambilan sampelnya.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup>Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), hal. 252

<sup>9</sup>Asrof Syafi'ii, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Surabaya: el.KAF, 2005), hal. 137

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel dengan didasarkan pada ketentuan-ketentuan berikut:

- a. Terdaftar sebagai anak asuh di Panti Asuhan PSM
- b. Tinggal menetap di Panti Asuhan
- c. Berusia 13-21 tahun (remaja)
- d. Bersedia menandatangani surat pernyataan yang berisi bahwa yang bersangkutan bersedia menjadi responden dalam penelitian serta mematuhi ketentuan-ketentuan yang ditetapkan.

#### **D. Kisi-kisi Instrumen**

Suharsimi Arikunto mengungkapkan bahwa kisi-kisi adalah sebuah tabel yang menunjukkan hubungan antara hal-hal yang disebutkan dalam baris dengan hal-hal yang disebutkan dalam kolom. Kisi-kisi penyusunan instrumen penelitian menunjukkan kaitan antara variabel yang diteliti dengan sumber data dari mana data akan diambil, metode yang digunakan dan instrumen yang disusun.<sup>10</sup>

Instrumen dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui sekaligus mengukur besarnya pengaruh *husnuzzan* terhadap *psychological well-being*. Berikut ini adalah kisi-kisi instrumen yang digunakan oleh peneliti

---

<sup>10</sup>Arikunto, *Prosedur Penelitian...*, hal. 205

Tabel 3.3

## Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Skala *Husnuzzan*

Dimensi	Indikator	Aitem	
		Favorable	Unfavorable
Harapan yang Positif	a. Memusatkan diri pada kesuksesan, optimisme, dan pemecahan masalah	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya sanggup menemukan jalan keluar dari masalah yang saya hadapi</li> <li>• Saya menjalankan tugas dengan penuh keyakinan akan berhasil</li> <li>• Dengan berusaha keras setiap masalah akan teratasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya ragu apakah saya bisa mewujudkan mimpi-mimpi saya atau tidak.</li> <li>• Saya merasa gagal membuat rencana masa depan</li> <li>• Saya belum memiliki gambaran tentang masa depan</li> </ul>
	b. Menjauhkan diri dari rasa takut akan kegagalan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya adalah orang yang tidak mudah menyerah dengan pekerjaan yang menurut saya sulit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya memilih tidak mencoba sebuah tantangan daripada saya harus gagal</li> <li>• Ketika menjumpai masalah yang sulit, saya langsung terbayang akan kegagalan</li> <li>• Saya merasa khawatir mengalami kegagalan hidup</li> </ul>
	c. Banyak menggunakan kata-kata yang mengandung harapan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya semangat dalam memperjuangkan apapun</li> <li>• Dengan adanya harapan, saya menjadi lebih bersemangat dalam berusaha</li> </ul>	
Afirmasi Diri	a. Memusatkan perhatian pada kekuatan diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya yakin dengan kemampuan diri saya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa kekurangan saya jauh lebih banyak dibandingkan kelebihan saya</li> <li>• Saya merasa lemah</li> </ul>



			<p>ketika menghadapi sebuah masalah</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa terbebani dengan kekurangan saya</li> </ul>
	b. Memandang diri secara positif (berharga)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya adalah orang yang penuh semangat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya adalah orang yang tidak bisa melakukan segala sesuatu dengan sempurna</li> <li>• Saya merasa teman-teman saya lebih hebat dari saya</li> <li>• Saya melakukan segala sesuatu dengan setengah-setengah</li> <li>• Tidak ada satupun hal yang menarik dari diri saya</li> </ul>
Pernyataan tidak menilai	a. Mengungkapkan pernyataan yang lebih menggambarkan keadaan diri daripada menilai keadaan		
	b. Tidak fanatik dalam berpendapat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menerima pendapat teman yang tidak sejalan dengan saya</li> <li>• Saya bisa mendengarkan saran dan kritikan dari teman</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa kesal jika ada teman yang tidak sependapat dengan saya</li> <li>• Saya harus mempertahankan pendapat saya yang paling benar</li> <li>• Saya yakin pendapat saya yang paling benar</li> </ul>
Penyesuaian diri terhadap kenyataan	a. Mengakui dan berusaha menyesuaikan diri dengan keadaan		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tinggal di panti asuhan adalah kenyataan yang sulit saya terima</li> </ul>
	b. Menjauhkan diri dari penyesalan, frustrasi dan menyalahkan diri sendiri	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak menyesal apapun hasil yang saya dapat, karena saya sudah berusaha maksimal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya membenci diri saya ketika saya membuat kesalahan</li> <li>• Ketika saya gagal, saya akan terus terbayang-bayang</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya adalah orang yang mudah bangkit dari kegagalan</li> </ul>	hingga sehari-hari
	c. Menerima dan menghadapi masalah yang ada		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ketika ada masalah saya memilih mencari hiburan agar saya tidak lagi memikirkan masalah tersebut.</li> </ul>

(Sumber: Teori Albrecht)

**Tabel 3.4**

**Kisi-kisi Instrumen Penelitian**

**Skala *Psychological well-being***

Dimensi	Indikator	Aitem	
		Favorable	Unfavorable
Otonomi	a. Mampu mengendalikan diri secara independen (tidak bergantung)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya adalah orang yang tidak mudah terpengaruh oleh orang lain</li> <li>• Walaupun teman saya tidak melaksanakan piket, saya tetap bersemangat melaksanakan piket karena itu adalah kewajiban saya</li> <li>• Saya mengerjakan soal ujian di sekolah tanpa meminta bantuan teman</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalam membuat keputusan saya mudah berubah pikiran jika ada masukan dari teman</li> <li>• Setiap membuat keputusan, saya merasa tidak yakin apakah keputusan saya sudah tepat atau belum</li> <li>• Saya malas shalat berjamaah di masjid jika teman saya tidak ikut jamaah</li> <li>• Ketika diterangkan oleh guru, saya tidak berani bertanya jika tidak ada teman yang mengawalinya</li> </ul>
	b. Mampu bertahan dari tekanan sosial (pemikiran dan perilaku)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tetap tenang meskipun pendapat saya berbeda dengan kebanyakan teman</li> </ul>	
	c. Mengevaluasi diri berdasarkan		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya kesulitan untuk menilai diri saya sendiri</li> </ul>

	standar pribadi		
Penguasaan Lingkungan	a. Mampu mengendalikan lingkungan sekitar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya mampu memotivasi teman-teman di panti asuhan agar selalu mentaati peraturan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ketika berkumpul dengan siapa saja dan saya tidak diajak bicara, maka saya lebih baik diam.</li> <li>Saya tidak bisa menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan di sekitar saya</li> </ul>
	b. Menggunakan kesempatan yang ada di sekitar secara efektif	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya mampu mengatur waktu, oleh karena itu saya bisa menyesuaikan segala kebutuhan yang harus dikerjakan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya takut memberikan pendapat ketika mengikuti perkumpulan yang diadakan sekolah.</li> </ul>
	c. Mampu memilih atau menciptakan situasi sesuai kebutuhan		<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya merasa tidak dianggap ketika berada diantara banyak orang</li> </ul>
Pertumbuhan Pribadi	a. Merasakan pertumbuhan diri yang berkelanjutan		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kualitas diri saya masih sama dari dulu hingga sekarang</li> </ul>
	b. Merasa perlu terus mengembangkan diri (terbuka dengan pengalaman baru)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Setiap ada tantangan baru, saya merasa bersemangat untuk menaklukkannya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya sulit beradaptasi dengan hal-hal baru sehingga saya cenderung menghindarinya</li> </ul>
	c. Menyadari potensi diri		<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya belum bisa menemukan potensi yang ada pada diri saya</li> </ul>
Hubungan positif dengan orang lain	a. Memiliki hubungan yang hangat, memuaskan dan terpercaya dengan orang lain	<ul style="list-style-type: none"> <li>Teman-teman bercerita kepada saya ketika mereka mempunyai masalah</li> <li>Saya adalah orang yang senang berkumpul dengan teman</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saya kesulitan bergaul dengan teman-teman di panti asuhan</li> <li>Saya menyimpan sendiri masalah yang saya alami</li> <li>Saya kesal ketika teman menceritakan masalahnya kepada saya</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa dikucilkan oleh teman-teman</li> </ul>
	b. Memperhatikan kesejahteraan orang lain (empati)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya peduli jika ada teman yang mengalami kesulitan</li> <li>• Saya akan ikut sedih ketika saya mendapatkan nilai bagus sementara teman saya mendapatkan nilai yang jelek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya merasa berat hati ketika dimintai tolong oleh seseorang yang saya benci</li> <li>• Ketika teman kesusahan dan mendapat bantuan dari orang lain, maka saya merasa tidak perlu turut membantu</li> </ul>
	c. Memahami konsep menerima dan memberi dalam relasi interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya tidak berpikir panjang ketika memberikan bantuan kepada teman</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalam berbagi, saya harus mempertimbangkan keuntungan dan kerugian yang akan saya peroleh</li> </ul>
Tujuan Hidup	a. Memiliki arah hidup (baik dan buruk)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya memahami apa yang terbaik untuk masa depan saya</li> <li>• Saya memiliki target yang ingin saya capai dalam hidup</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memikirkan tentang masa depan yang belum pasti adalah hal yang tidak penting</li> </ul>
	b. Mampu mengambil makna atas masa lalu dan masa sekarang		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya benci dengan masa lalu saya</li> </ul>
Penerimaan diri	a. Memiliki pikiran positif terhadap diri sendiri (puas terhadap diri)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya menikmati peran saya sebagai anak asuh di panti asuhan PSM</li> <li>• Saya bersyukur bisa tinggal di panti asuhan</li> <li>• Saya tidak merasa malu dengan teman-teman di sekolah meskipun status saya adalah anak panti asuhan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ada kalanya saya merasa menjadi orang yang tidak berguna</li> <li>• Saya merasa tidak menjadi diri saya sendiri</li> <li>• Saya merasa saya tidak seberuntung teman-teman</li> <li>• Saya merasa bosan dengan rutinitas di panti asuhan</li> <li>• Meskipun saya harus berada jauh dari orang</li> </ul>

			tua, tapi saya tidak menyesal tinggal di panti asuhan
	b. Mengetahui dan dapat menerima kelebihan serta kekurangan diri sendiri		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saya malu jika teman-teman mengetahui kekurangan saya</li> <li>• Saya ingin terlihat sempurna di mata teman-teman</li> </ul>

( Sumber: Teori Ryff)

### E. Instrumen Penelitian

Menurut Ibnu Hajar, instrumen penelitian merupakan alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan informasi kuantitatif tentang variasi karakteristik variabel secara objektif.<sup>11</sup> Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner.

Angket atau kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.<sup>12</sup> Kuesioner yang digunakan oleh peneliti adalah kuesioner tertutup. Kuesioner tertutup adalah kuesioner yang pernyataan atau pertanyaan yang diberikan kepada responden sudah dalam bentuk pilihan ganda sehingga responden tidak diberi kesempatan untuk mengeluarkan pendapat, responden hanya diperbolehkan memilih pilihan yang sudah ada. Contoh: Penerapan skala likert.<sup>13</sup>

Dalam penyusunan angket atau kuesioner dibutuhkan skala pengukuran. Sugiyono mengungkapkan bahwa dengan adanya skala pengukuran, maka nilai

<sup>11</sup>Ibnu Hadjar, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Kwantitatif dalam Pendidikan*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 1996), hal. 160

<sup>12</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian....*, hal. 66

<sup>13</sup>Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013), hal. 21

variabel yang diukur dengan instrumen tertentu dapat dinyatakan dalam bentuk angka, sehingga menjadi lebih akurat, efisien, dan komunikatif.<sup>14</sup>

Untuk mengukur variabel *husnuzzan* dan *psychological well-being* peneliti menggunakan skala likert. Skala likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai suatu variabel. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak ukur untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.<sup>15</sup>

Sebaran item-item instrumen penelitian dapat dilihat pada tabel kisi-kisi penelitian (tabel 3.3 dan tabel 3.4). Selanjutnya, indikator dari variabel *husnuzzan* dan *psychological well-being* digunakan untuk mengukur skala variabel *husnuzzan* dan *psychological well-being* dibagi kedalam pernyataan favorabel dan unfavorabel. Pernyataan favorabel merupakan konsep berperilaku yang mendukung atribut yang diukur. Sedangkan pernyataan unfavorabel merupakan konsep berperilaku yang tidak mendukung objek sikap.<sup>16</sup>

Pernyataan favorabel dan pernyataan unfavorabel akan disebar secara acak dalam skala *husnuzzan* dan *psychological well-being*. Hal ini dilakukan guna mengetahui tingkat konsistensi responden dalam menjawab setiap pernyataan yang ada. Sebaran dari pernyataan favorabel dan pernyataan unfavorabel dalam skala *husnuzzan* dan *psychological well-being* dapat diketahui, sebagai berikut:

---

<sup>14</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hal. 92

<sup>15</sup>*Ibid.*, hal. 93

<sup>16</sup>Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologis*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), hal.

**Tabel 3.5**  
**Sebaran Pernyataan Favorabel dan Unfavorabel**  
**Skala *Husnuzzan***

No.	Dimensi	Aitem		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Harapan yang positif	10, 18, 12, 14, 6, 16,	17, 33, 1, 19, 5, 23, 35	20
2.	Afirmasi Diri	36, 42, 8, 48, 26, 10, 22	7, 21, 37, 9, 5, 11	14
3.	Pernyataan tidak menilai	12, 20, 44,	27, 39, 13, 29	7
4.	Penyesuaian diri terhadap suatu kenyataan	14, 30, 8, 24, 32	2, 15, 31, 49, 15	10
Jumlah		25	26	51

**Tabel 3.6**  
**Sebaran Pernyataan Favorabel dan Unfavorabel**  
**Skala *Psychological Well-Being***

No.	Dimensi	Aitem		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Otonomi	26, 46, 2, 58, 4, 28, 48	1, 57, 27, 3, 47, 5, 29	14
2.	Penguasaan atas lingkungan	6, 30, 8, 32	49, 7, 31, 9	8
3.	Pertumbuhan Pribadi	10, 34, 12, 50	33, 11, 59, 13	8
4.	Hubungan Positif dengan orang lain	14, 52, 36, 16, 38, 60, 18	35, 51, 15, 63, 37, 17, 53, 39	15
5.	Tujuan Hidup	40, 54, 20	19, 41, 55	6
6.	Penerimaan diri	42, 56, 22, 62, 44, 24, 64	21, 61, 65, 43, 23, 45, 25	14
Jumlah		32	33	65

Tahapan berikutnya, peneliti menyajikan indeks skala likert berupa pilihan-pilihan jawaban yang harus diisi oleh responden yaitu “sangat sesuai”, “sesuai”, “ragu-ragu”, “tidak sesuai”, “sangat tidak sesuai”. Akan tetapi dalam penelitian ini pilihan jawaban di tengah (ragu-ragu) ditiadakan dengan alasan jika pilihan tengah disediakan maka responden akan

cenderung memilihnya, sehingga data mengenai perbedaan responden menjadi kurang informatif.<sup>17</sup> Oleh sebab itu, kategori pilihan yang ada dalam penelitian ini adalah “sangat sesuai,” “sesuai”, “tidak sesuai”, “sangat tidak sesuai”

Adapun penilaian dari keempat kategori pilihan yang disediakan peneliti, sebagai berikut:

**Tabel 3.7**

**Penilaian dari Kategori Pilihan**

No.	Kategori Pilihan	Nilai Favorabel	Nilai Unfavorabel
1.	SS	4	1
2.	S	3	2
3.	TS	2	3
4.	STS	1	4

(Sumber: Teori Saifuddin Azwar)

Skor tertinggi untuk skala *husnuzzan* adalah 124 (hasil perkalian 4 dengan 31 (n) aitem pernyataan) dan skor terendah 31 ((hasil perkalian 1 dengan 31 (n) aitem pernyataan). Masing-masing pernyataan diukur dengan skor 1 sampai dengan 4 sehingga diperoleh nilai harapan terendah 31 dan tertinggi 142. Sedangkan skor tertinggi untuk skala *psychological well-being* adalah 180 (hasil perkalian 4 dengan 45 (n) aitem pernyataan) dan skor terendah 45 (hasil perkalian 1 dengan 45 (n) aitem pernyataan). Masing-masing pernyataan diukur dengan skor 1 sampai dengan 4 sehingga diperoleh nilai harapan terendah 45 dan tertinggi 180.<sup>18</sup> Berikut ini rumus

<sup>17</sup>Azwar, *Penyusunan Skala...*, hal. 34

<sup>18</sup>*Ibid.*, hal. 147



yang peneliti gunakan dalam menentukan panjang interval dalam pengkategorian skor skala *husnuzzan* dan *psychological well-being*:<sup>19</sup>

**Tabel 3.8**

**Rumus Kategorisasi**

**Skala *Husnuzzan* dan Skala *Psychological Well-Being***

NO	Interval	Kategori
1	$(M+1SD)<X$	Tinggi
2	$(M-1SD)<X\leq(M+1SD)$	Sedang
3	$X\leq(M-1SD)$	Rendah

Dalam menentukan Mean (M) serta standart deviasi (SD) di atas, peneliti menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16.0 dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Masukkan data dari excel ke SPSS lalu klik **Analyze**→ **Descriptive Statistic**→ **Frequencies**. Masukkan kedua variabel, baik *husnuzzan* maupun *psychological well-being* ke kotak variable (s)
- b. Klik **Statistics**, lalu beri tanda centang (✓) pada: **Mean, Median, Standart Deviasi, dan kuartil**
- c. Setelah itu klik **OK**, dan akan keluar tabel output
- d. Pada tabel output, diperoleh angka mean, dan standart deviasi. Maka kita aplikasikan angka tersebut pada rumus yang kita gunakan, yaitu:
  - 1)  $(M+1SD)<X$  → **TINGGI**
  - 2)  $(M-1SD)<X\leq(M+1SD)$  → **SEDANG**
  - 3)  $X\leq(M-1SD)$  → **RENDAH**

<sup>19</sup>Azwar, *Penyusunan Skala...*, hal. 149

- e. Setelah diaplikasikan pada rumus dan dihitung, maka proses selanjutnya adalah klik **transform** → **recode into different variables**, lalu akan muncul kotak.
- f. Masukkan variabel X ke dalam kotak besar yang ada di tengah (Numeric Variable → output variable). Kotak name pada output variable (kanan atas) diisi dengan nama variabel yang baru, misalnya: Husnuzzan \_1.
- g. Lalu klik **change**, dan akan muncul tulisan *Husnuzzan* → *Husnuzzan \_1*
- h. *Klik Old and New Values*
- i. Pada old value masukkan range:
- 1) Untuk **through highest** Isi angka yang sudah dihitung di awal (berdasarkan rumus) pada new value, nilai value kita isi dengan angka 1. Klik add
  - 2) Untuk **lowest through** value kita Isi dengan angka yang sudah dihitung di awal (berdasarkan rumus) pada new value, nilai value kita isi dengan angka 3. Klik add
  - 3) Pada **Range** kita Isi dengan angka yang sudah dihitung di awal (berdasarkan rumus) pada new value, nilai value kita isi dengan angka 2. Klik **add**
- j. Klik **Continue. OK**
- k. **Untuk variabel Y pun sama (mulai dari tahap no. 5 – 10)**<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup>Freyadefunk, “Cara Mengkategorikan Data Menjadi 3 Kategori Part 1”, dalam <https://Freyadefunk.wordpress.com>, diakses pada 16 Agustus 2017, pukul 08.53 WIB

**Tabel 3.9****Hasil Hitungan Mean dan Standart Deviasi**

Klasifikasi	Interval	Nilai
Tinggi	$X > 145,287$	45-121
Sedang	$122,553 < X \leq 145,287$	122-145
Rendah	$X \leq 122,553$	146-180

**Tabel 3.10****Hasil Hitungan Mean dan Standart Deviasi**

Klasifikasi	Interval	Nilai
Tinggi	$X > 99,195$	100-124
Sedang	$82,305 < X \leq 99,195$	82-99
Rendah	$X \leq 82,305$	31-81

**F. Sumber Data**

Sumber data adalah tempat, orang atau benda dimana peneliti dapat mengamati, bertanya atau membaca tentang hal-hal yang berkenaan dengan variable yang diteliti.<sup>21</sup>

Sumber data yang terdapat dalam penelitian ini adalah sumber data primer. Sumber data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan data pada pengumpul data.<sup>22</sup> Data primer dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner yang diisi langsung oleh responden penelitian.

<sup>21</sup>Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hal. 99

<sup>22</sup>Tim Laboratorium Jurusan, *Pedoman Penyusunan Skripsi Stain Tulungagung*, (Tulungagung: Tidak Diterbitkan, 2012), hal. 24

## G. Teknik Pengumpulan Data

Data adalah unit informasi yang direkam media yang dapat dibedakan dengan data lain, dapat dianalisis dan relevan dengan program tertentu.<sup>23</sup> Sesuai dengan jumlah data yang dibutuhkan dalam penelitian ini, maka teknik pengumpulan data dalam penelitian ini, meliputi:

### a. Langkah-langkah penelitian dan teknik pengumpulan data

Adapun langkah-langkah yang ditempuh peneliti dalam mengumpulkan data menggunakan teknik penyebaran angket kepada sejumlah responden. Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.<sup>24</sup>

Kuesioner dalam penelitian menggunakan kuesioner *husnuzzan* dan *psychological well-being* yang digunakan untuk mengukur tingkat *husnuzzan* dan tingkat *psychological well-being* pada responden. Dalam penelitian ini kuesioner digunakan sebagai sumber data primer.

### b. Jadwal waktu pengumpulan data

Adapun jadwal waktu pengumpulan data dalam penelitian ini, sebagai berikut:

**Tabel 3.11**

**Jadwal Waktu Pengumpulan Data**

No	Tanggal	Kegiatan	Keterangan	Subjek
1.	30 Mei 2017	Pengajuan izin penelitian	PA. PSM Tulungagung	Pengurus PA. PSM Tulungagung

<sup>23</sup>Ahmad Tanzeh, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Teras, 2009), hal.53

<sup>24</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian....*, hal. 66

2.	8 Juni 2017	Penerbitan surat izin penelitian	PA. PSM Tulungagung	Pengurus PA. PSM Tulungagung
3.	12 Juni 2017	Pengajuan izin penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Muslimun PA. Al-Husna	Pengurus PA. Al-Muslimun Dan Pengurus PA. Al-Husna
4.	18 Juni 2017	Pengajuan izin penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Mubarak PA. Al-Ikhlash	Pengurus PA. Al-Mubarak dan Pengurus PA. Al-Ikhlash
8.	17 Juli 2017	Pelaksanaan penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Mubarak PA. Al-Muslimun	15 orang 14 orang
9.	23 Juli 2017	Pelaksanaan penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Husna PA. Al-Ikhlash	26 orang 27 orang
5.	24 Juli 2017	Penerbitan izin penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Husna	Pengurus PA. Al-Husna
6.	25 Juli 2017	Penerbitan izin penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Mubarak	Pengurus PA. Al-Mubarak
7.	26 Juli 2017	Penerbitan izin penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Muslimun	Pengurus PA. Al-Muslimun
10.	30 Juli 2017	Pengolahan data uji coba (Uji validitas dan uji reliabilitas)	PA. Al-Ikhlash PA. Al-Muslimun PA. Al-Husna PA. Al-Mubarak	27 orang 14 orang 26 orang 15 orang Jumlah subjek (N) total=82 orang
12.	3 Agustus 2017	Pelaksanaan Penelitian	PA. PSM Tulungagung	40 orang
13.	4 Agustus 2017	Pengolahan data penelitian		
11.	7 Agustus 2017	Penerbitan surat izin penyebaran angket (uji coba)	PA. Al-Ikhlash	Pengurus PA. Al-Ikhlash

## H. Analisis Data

Setelah data-data yang penulis perlukan terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Analisis data menurut Patton yang dikutip oleh Lexi J. Moloeng adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikan ke dalam suatu pola, kategori dan satuan uraian dasar.<sup>25</sup>

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis data kuantitatif. Analisis data kuantitatif adalah teknik analisa data dengan menggunakan data-data yang berbentuk angka. Teknik ini biasa disebut dengan analisa statistik.<sup>26</sup> Adapun beberapa teknik analisis stastistik yang akan digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

### 1. Uji Instrumen

Setelah instrumen penelitian disusun, langkah berikutnya adalah melakukan pengujian terhadap instrumen tersebut. Instrumen yang telah disusun oleh peneliti harus dianalisis supaya menghasilkan instrumen yang baik dan tepat digunakan dalam penelitian. Dengan menggunakan Instrumen yang valid dan reliabel, maka hasil penelitiannya pun akan valid dan reliabel<sup>27</sup>

#### a. Uji validitas

Validitas adalah karakteristik utama yang harus dimiliki oleh setiap skala. Validitas dalam pengertiannya yang paling umum adalah ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsi ukurnya.<sup>28</sup>

---

<sup>25</sup>Lexi J. Moloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Tarsito, 1990), hal.103

<sup>26</sup>*Ibid.*, hal. 240

<sup>27</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hal. 122

<sup>28</sup>*Ibid.*, hal. 145

Arikunto menambahkan, bahwa validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keabsahan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud”.<sup>29</sup>

Dalam penelitian ini uji validitas dihitung menggunakan *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16. Adapun kriteria pengujian validitas menggunakan *product moment*, sebagai berikut:

- 1) Jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau item-item pernyataan berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan valid).
- 2) Jika  $r_{hitung} < r_{tabel}$  (uji 2 sisi dengan sig. 0,05) maka instrumen atau item-item pernyataan tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total (dinyatakan tidak valid).<sup>30</sup>

b. Uji reliabilitas

Menurut Saifuddin Azwar, pengertian reliabilitas mengacu pada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Pengukuran dikatakan tidak cermat bila eror pengukurannya terjadi secara random. Antara skor

---

<sup>29</sup>Arikunto, *Prosedur Penelitian...*, hal. 160

<sup>30</sup>Yaswinto, *Perbedaan Coping Stres pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Tulungagung*, (Tulungagung, Skripsi Tidak Diterbitkan, 2015), hal. 63 dalam <http://repo.iain-tulungagung.ac.id>, diakses pada 16 Agustus 2017, pukul 10.20 WIB

individu satu dengan yang lain terjadi eror yang tidak konsisten dan bervariasi sehingga perbedaan skor yang diperoleh lebih banyak ditentukan oleh eror, bukan oleh perbedaan yang sebenarnya.<sup>31</sup>

Pada penelitian ini uji reliabilitas dihitung menggunakan *alpha cronbach* dengan tingkat kepercayaan sebesar 99%. Uji reliabilitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16. Adapun kriteria pengujian reliabilitas menggunakan *alpha cronbach*, sebagai berikut:

- 1) Instrumen dapat dikatakan reliabel bila nilai  $\alpha >$  koefisien  $\alpha$ .
- 2) Instrumen dapat dikatakan tidak reliabel bila nilai  $\alpha <$  koefisien  $\alpha$ .<sup>32</sup>

## 2. Uji Asumsi Dasar

### a. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji ini biasanya digunakan untuk mengukur data berskala ordinal, interval ataupun rasio. Jika analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi, yaitu data berasal dari distribusi yang normal. Jika data tidak berdistribusi normal, atau jumlah sampel sedikit dan jenis data adalah

---

<sup>31</sup>Azwar, *Penyusunan Skala....*, hal. 111-112

<sup>32</sup>Naharin Suroyya, *Efektivitas Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Dalam Menurunkan Stress Akibat Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Tulungagung Angkatan 2012*, (Tulungagung: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2016), hal. 103, dalam <http://repo.iain-tulungagung.ac.id>, diakses pada 16 Agustus 2017, pukul 10.59 WIB



nominal atau ordinal maka metode yang digunakan adalah statistik nonparametrik.<sup>33</sup>

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah:

- 1) Jika sig. (signifikansi)  $< 0,05$ , maka data berdistribusi tidak normal.
- 2) Jika sig. (signifikansi)  $> 0,05$ , maka data berdistribusi normal.<sup>34</sup>

Pada penelitian ini uji normalitas dihitung menggunakan uji *one sample kolmogorov-smirnov* dengan taraf sig. 0,05. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16.

#### b. Uji Linearitas

Uji linieritas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linier atau tidaknya suatu distribusi data penelitian. Hasil yang diperoleh melalui uji linieritas akan membentuk teknik anareg yang digunakan. Apabila dari hasil uji linieritas didapatkan kesimpulan bahwa distribusi data peneliti dikategorikan linier maka data penelitian harus diselesaikan dengan teknik anareg linier. Demikian juga sebaliknya apabila ternyata tidak linier maka distribusi data harus dianalisis dengan anareg non-linier.<sup>35</sup>

#### c. Uji homogenitas

---

<sup>33</sup>Azwar, *Penyusunan Skala...*, hlm. 28

<sup>34</sup>SPSS Indonesia, *Cara Melakukan Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov dengan SPSS*, dalam <http://spssindonesia.com>, diakses pada 16 Agustus 2017, pukul. 11.10 WIB

<sup>35</sup>Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: Universitas Muhammadiyah, 2006), hal. 180

Menurut Priyatno, homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian dalam populasi sama atau tidak. Sebagai kriteria pengujian, jika nilai sig. > 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok adalah sama. Begitu juga sebaliknya.<sup>36</sup>

Pada penelitian ini uji homogenitas dihitung menggunakan *one way anova* bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16.

### 3. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan beberapa tahap, yakni:

#### a. Uji regresi linier sederhana

Anareg linier sederhana digunakan untuk menentukan dasar ramalan dari suatu distribusi data yang terdiri variabel kriterium (Y) dan satu variabel prediktor (X) yang (X) yang memiliki hubungan linier.

Rumus *anareg linier* sederhana adalah sebagai berikut:

$$Y=a+bx$$

Keterangan:

Y : Kriterium

X : Prediktor

a : Konstanta atau bila harga x=0

b : Koefisien regresi

---

<sup>36</sup>Duwi Priyatno, *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis dan Uji Statistik*, (Yogyakarta: Media Kom, 2008), hal. 31

Persamaan tersebut digunakan untuk memprediksi besarnya variasi yang terjadi pada kriterium ( $Y$ ) berdasarkan variabel prediktor ( $X$ ).

Untuk menemukan harga  $a$  dan  $b$  digunakan rumus sebagai berikut:

$$a = \frac{(\sum y)(\sum x^2) - (\sum x)(\sum xy)}{n(\sum x^2) - (\sum x)^2}$$

$$b = \frac{n(\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{n(\sum x^2) - (\sum x)^2}$$

b. Uji t

Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel-variabel bebas (*independent*) secara individu atau parsial terhadap variabel terikat (*dependent*).<sup>37</sup> Rumus t hitung pada analisis regresi adalah sebagai berikut:

$$t_{hitung} = \frac{r_{xy} \sqrt{(n-2)}}{\sqrt{(1-r_{xy}^2)}}$$

Keterangan:

$r$  = Koefisien Regresi

$n$  = Jumlah Data atau Kasus

Dasar pengambilan keputusan uji t dilakukan sebagai berikut:

1. Jika nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Berarti nilai koefisien regresi husnuzzan ( $X$ ) tidak signifikan atau tidak

---

<sup>37</sup>*Ibid.*, hal. 230

terdapat pengaruh yang signifikan antara husnuzzan(X) terhadap *psychological well-being* Y).

2. Jika nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berarti nilai koefisien regresi husnuzzan (X) signifikan atau terdapat pengaruh yang signifikan antara husnuzzan (X) terhadap *psychological well-being* (Y).

c. Uji koefisien determinan

Selanjutnya untuk menyatakan besar kecilnya sumbangan variabel X dan variabel Y dapat ditentukan dengan rumus korelasi determinan sebagai berikut:

$$KP = r^2 \times 100\%$$

KP : nilai koefisien determinan

R : nilai koefisien

Untuk mendapat analisis yang relevan dan terpercaya dalam penelitian ini peneliti menggunakan bantuan *statistical product and servise solution* (SPSS) 16.0 *for windows*.