

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

1. Rancangan Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian yang menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan dua variabel yaitu *locus of control internal* dan *psychological well being*. Kuantitatif merupakan penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data yang berupa angka yang kemudian diolah dan dianalisis untuk mendapatkan suatu informasi ilmiah dibalik angka-angka tersebut. Penelitian ini bersifat analitik, dimana variabel penelitian (bebas dan terikat) dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan karena peneliti berusaha mengetahui pengaruh *locus of control internal* terhadap *psychological well being* mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Kediri.

2. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Populasi adalah sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian. Penentuan populasi harus berpedoman pada tujuan dan permasalahan penelitian. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 mahasiswa

di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Kediri. Adapun karakteristik dari populasi ini adalah sebagai berikut:

- 1) Mahasiswi Universitas Islam Tribakti Lirboyo yang berdomisili di Pondok Pesantren Al-ma'ruf Kediri
- 2) Kategori 40 mahasiswi yang berstatus sebagai mahasantri di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Kediri

b. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.²⁴ Untuk jumlah populasi yang diambil sebagai sampel, penulis merujuk dari Arikunto Suharsimi, yang menyarankan bahwa untuk sekedar ancerancer maka apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya, jika jumlah subyeknya besar dapat di ambil antara 10-15% atau 20-25%²⁵ Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Artinya, pengambilan sampel yang dilakukan dengan memilih secara sengaja menyesuaikan dengan tujuan penelitian. Maka sampel dalam penelitian berjumlah 40 mahasiswi.

²⁴ Arikunto, *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan PrakteCet X*, 131

²⁵ Arikunto, *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan PrakteCet X* (Jakarta: PT. Rineka Cinta, 1996), 112.

3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.²⁶ Dalam penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan skala likert agar mengetahui pengaruh *locus of control internal* dengan *psychological well-being* mahasiswa Pondok Pesantren Al-Ma'ruf.

Likert scale atau skala likert merupakan skala penelitian yang dipakai untuk mengukur sikap dan pendapat. Skala ini digunakan untuk melengkapi kuesioner yang mengharuskan responden menunjukkan tingkat persetujuan terhadap serangkaian pertanyaan. Biasanya pertanyaan yang dipakai untuk penelitian disebut variabel penelitian dan ditetapkan secara spesifik.

²⁶ Arikunto, *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan PrakteCet X*, 112

a. Skala Sikap

Skala likert adalah skala pengukuran yang dikembangkan oleh Likert.²⁷ Nama skala likert diambil dari nama penciptanya, yakni Rensis Likert yang merupakan seorang ahli psikologi sosial dari Amerika Serikat. Tingkat persetujuan yang dimaksud adalah skala likert 1-5 pilihan, dengan gradasi dari Sangat Setuju (SS) hingga Sangat Tidak Setuju (STS), berikut ini tingkatannya:

- 1) Sangat Setuju
- 2) Setuju
- 3) Netral
- 4) Tidak Setuju
- 5) Sangat Tidak Setuju

²⁷ Arikunto, "Skala Pengukuran Dan Jumlah Respon Skala Likert" 2, no. 2 (December 26,2018): 127–133.

Tabel 3.1 Proporsi Penilaian skala likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS (sangat setuju)	5	1
S (setuju)	4	2
N (netral)	3	3
TS (tidak setuju)	2	4
STS (sangat tidak setuju)	1	5

b. Skala Locus of Control

penulis menggunakan skala internal locus of control dalam penelitian ini. Skala ini dikemukakan oleh Julian Rotter dan dikembangkan oleh Crider,²⁸ yang terdiri dari 3 aspek.

Adapun aspek-aspek *internal locus of control* yaitu:

- 1) suka bekerja keras
- 2) memiliki inisiatif yang tinggi
- 3) selalu berusaha untuk menemukan pemecahan masalah

²⁸ Psikolog and Muhammad Khafidh Fajrin, "HUBUNGAN ANTARA INTERNAL LOCUS OF CONTROL DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS KERJA PADA INSTANSI PEMERINTAHAN KABUPATEN BANJAR," *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi* 14,no. 2 (February 18, 2020): 154–168.

Tabel 3.2 Blue Print Skala Internal Locus of Control

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
1.	Suka bekerja keras	<p>1. jika mempunyai tujuan saya berusaha keras dengan optimal untyuk mewujudkannya</p> <p>2. saya kurang berusaha jika mempunyai keinginan</p> <p>3. saya akan berusaha keras jikamemiliki kemauantinggi.</p> <p>4. saya bekerja keras agar bisa naikkelas.</p> <p>5. saya berusaha bekerja keras mengerjakan sesuatu dika diberi reward</p> <p>6. walaupun saya bekerja keras untukmendapatkan sesuatu, semuanya akan tergantung</p>	1,3,4	2,5,6
2.	Memiliki inisiatif yang tinggi	<p>7. saya memiliki inisiatif menyelesaikan pekerjaan rumah zetelah pulang sekolah.</p> <p>8. saya mempunyai inisiatif bertanya jika ada penjelasan dari seseorang yang kurang dimengerti.</p> <p>9. saya kurang</p>	7,8,11	9,10,12

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
		<p>berinisiatif untuk bertanya jika saya belum mengerti penjelasan dari teman atau guru.</p> <p>10. saya kurang berinisiatif mengungkapkan pendapat dalam kondisi diskusi kelompok jika belum diminta berpendapat.</p> <p>11. saya berinisiatif menyisihkan uang untuk ditabung.</p> <p>12. saya berinisiatif membuang sampah pada tempatnya jika ada yang melihat.</p>		
3.	Selalu berusaha untuk menemukan pemecahan masalah	<p>13. jika saya memiliki permasalahan, saya berusaha menemukan pemecahan masalahnya.</p> <p>14. meskipun sedang menghadapi banyak masalah saya mampu untuk tetap tenang.</p> <p>15. jika ada teman yang mengalami permasalahan, saya berusaha membantu untuk menemukan pemecahan masalah.</p> <p>16. saya kurang berusaha dan cenderung pasrah ketika sedang mendapatkan</p>	13,14,15	16,17

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
		masalah. 17. saya mudah menyerah		

c. Skala *Psychological Well Being*

kesejahteraan adalah konsep yang memiliki banyak segi. Hal ini sering dianggap salah satu ciri pengalaman seni liberal yang dihasilkan dari pertemuan pendidikan yang membimbing individu dalam mencari makna dan arah dalam hidup serta membantu mereka menyadari potensi yang mereka miliki. Menurut Ryff³⁴ ada 6 aspek kesejahteraan psikologis, yaitu: penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup.

Tabel 3.2 Blue Print Skala *Psychological Well Being*

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
1.	Penerimaan diri	1. memiliki sikap positif terhadap diri sendiri 2. kecewa dengan apa yang terjadi pada kehidupan 3. merasa keganggu dengan kualitas diri sendiri 4. menerima dan mengakui berbagai aspek diri 5. merasa positif dengan kehidupan masa lalu	1,4,5	2,3,6

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
		6. ingin beda dari kualitas diri yang sebenarnya		
2.	Hubungan positif dengan orang lain	7. memiliki hubungan yang hangat 8. mampu memiliki empati dan kasih sayang 9. memiliki sedikit hubungan dan tidak mudah percaya pada orang lain	7,8	9
3.	Otonomi	10. memiliki kemampuan dalam menentukan nasib diri sendiri 11. mengandalkan pendapat atau penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting 12. mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi 13. mampu melawan tekanan sosial	10,12,13	11
4.	Penguasaan lingkungan hidup	14. memiliki rasa penguasaan dan potensi dalam pengelolaan lingkungan hidup 15. memiliki kesulitan dalam mengatur urusan sehari-hari 16. mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan nilai dan pribadi	14,16	15

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable
5.	Tujuan dalam hidup	17. memiliki tujuan atau arahan hidup yang jelas 18. kurang mempunyai makna atau tujuan hidup	17	18
6.	Pengembangan diri	19. memiliki ambisi untuk mencapai kesuksesan 20. merasa bosan dan tidak tertarik dengan kehidupan	19	20

1. Teknik Pengumpulan Data

a. Kuesioner

Kuesioner adalah sebuah instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dari responden dalam bentuk pertanyaan tertulis. Kuesioner biasanya berisi kumpulan pertanyaan terstruktur atau terbuka yang dirancang untuk menggali opini, pendapat, perilaku, atau karakteristik responden terkait topik atau isu tertentu. Menurut Sugiyono, angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.²⁹ Dalam angket ini disediakan alternatif jawaban dari setiap butir

²⁹ Sugiyono, Skripsi “Identifikasi Tingkat Perilaku Agresif Siswa di MAN 1 Padang Panjang” (IAIN Batusangka, 2020)

pernyataan sehingga responden dapat memilih salah satu jawaban yang sesuai dengan pendapatnya dan juga keadaan dengan cara menumbuhkan tanda (√).

b. Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan pengamatan langsung dan pencatatan secara sistematis terhadap objek yang akan diteliti. Observasi terdiri dari aktivitas mengamati kejadian, mencatat apa yang diamati, dan objek dari observasi adalah tingkah laku.³⁰ Observasi ini dilakukan di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Kediri untuk mendapatkan informasi mengenai kondisi tempat penelitian dan aktifitas subjek. Teknik ini dilakukan untuk menguatkan hasil penelitian.

c. Wawancara

Pengumpulan data melalui wawancara ditujukan untuk menggali data subjek secara mendalam dan berkualitas. Peneliti dapat mengembangkan pertanyaan sesuai dengan situasi yang ada. Hasil wawancara dapat dicek kembali apakah data yang didapatkan sudah akurat, valid, dan reliabel atau belum. Wawancara ini dilakukan di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf Kediri dikarenakan

³⁰ Sulisworo. K dan Irfan F, “*Observasi Psikologi*” (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, cet.1, 2015)

peneliti dan subjek penelitian berdomisili di Pondok
Pesantren Al-Ma'ruf Kediri

d. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode yang digunakan untuk memperoleh informasi dari sumber tertulis atau dokumen-dokumen, baik berupa gambar, tulisan, atau karya-karya yang monumental seseorang yang mencakup catatan harian, sejarah kehidupan ataupun biografi.³¹ Peneliti menggunakan metode dokumentasi untuk memperoleh data meskipun peristiwanya sudah berlalu dan melengkapi data yang sudah diperoleh dari metode observasi dan wawancara.

2. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan kegiatan dalam menganalisis data dengan mengelompokkan data setelah seluruh responden terkumpul, berdasarkan variabel dan jenis responden, metabelasi data, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah. Dalam penelitian kuantitatif ini menggunakan statistik dalam melakukan perhitungan.

³¹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, bk. Sugiono (Bandung, Alfabeta, cet 25, 2017) h.240.

a. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba terhadap alat ukur yang akan digunakan. Alat ukur penelitian memegang peranan yang sangat penting dalam menentukan mutu suatu penelitian, karena validitas atau kebenaran data yang diperoleh akan sangat ditentukan oleh kualitas atau validitas alat ukur penelitian yang digunakan, di samping prosedur pengumpulan data yang ditempuh. Alat ukur yang di uji oleh peneliti yaitu skala *locus of control* dan *psychological well being*. Uji coba dilakukan dengan cara menyebarkan skala *locus of control* dan *psychological well being* kepada subjek penelitian yaitu 40

Mahasiswa yang berstatus sebagai mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Ma'ruf. Setelah melakukan penelitian, peneliti melakukan skoring untuk mengetahui hasil validitas dan reliabilitas alat ukurnya. Peneliti menggunakan *software* SPSS versi 26.0 untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya.

Setelah data-data penelitian terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Peneliti menggunakan analisis kuantitatif yakni menguji dan menganalisis data dengan perhitungan angka-angka dan

kemudian menarik kesimpulan dari pengujian tersebut, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan, statistik yang digunakan adalah sebagai berikut:

1) Uji Validitas

Analisis ini dipakai untuk menguji ketepatan atau ketelitian suatu alat ukur dalam mengukur apa yang ingin diukur. Alasan peneliti menggunakan uji ini adalah untuk menguji kevalidan item-item yang disusun berdasarkan *blue print* masing-masing variabel dalam bentuk kuesioner. Kedua instrumen telah di uji validitas menggunakan validitas isi atau *content*. Untuk menentukan kevalidan dari item kuesioner digunakan metode korelasi *product moment* yaitu mengkorelasikan skor total yang dihasilkan oleh masing-masing responden dengan skor masing-masing item. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka item tersebut valid. Begitupun sebaliknya, jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka item tersebut gugur.

2) Uji Reliabilitas

Analisis ini dipakai untuk mengetahui sejauh mana pengukurandata dapat memberikan hasil relatif konsisten atau tidak berbeda jika diukur ulang pada

subjek yang sama, sehingga dapat dilihat konsistensi atau keterandalan alat ukur (kuesioner). Untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan reliabilitas *Alpha Cronbach*. Setelah didapatkan nilai reliabilitas *Alpha Cronbach*, lalu nilai tersebut dibandingkan dengan r kritis yang diambil besarnya 0,7. Jika nilai reliabilitas $>0,7$ atau mendekati 1,00 maka tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran semakin tinggi.

b. Metode Analisis Data

1) Uji Normalitas

Uji normalitas ini merupakan salah satu syarat dilakukannya uji regresi linier sederhana. Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel. Apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Jika data berdistribusi normal, maka analisis statistik yang digunakan untuk melihat keeratan hubungan. Pada uji normalitas ini menggunakan uji *kolmogrov-smirnov* dan bantuan aplikasi bantu hitung SPSS Versi 26.0.

2) Uji *Linearitas*

Uji *linieritas* dilakukan untuk mengetahui apakah variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) mempunyai hubungan *linear* atau tidak. Uji ini merupakan salah satu persyaratan untuk menggunakan analisis korelasi person atau regresi *linier*. Apabila data tidak *linear* maka analisis tidak dapat dilanjutkan. Uji *linearitas* dilakukan dengan mengembangkan nilai signifikansi (*Linearity*) dengan nilai 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang *linier* jika nilai signifikansi (*Linearity*) $< 0,05$. Uji *linieritas* ini dilakukan dengan menggunakan bantuan *software* IBM SPSS Statistics 26.0

3) Uji Analisis Regresi *Linear* Sederhana

Uji analisis regresi *linear* sederhana digunakan untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada variabel dependen (variabel Y) yang berdasarkan nilai independennya (variabel X). Alasan peneliti menggunakan analisis regresi *linier* sederhana yaitu karena variabel *dependent* (variabel Y) hanya dipengaruhi hanya oleh satu variabel *independent* (variabel X). Dimana kita dapat mengetahui bagaimana pengaruh *locus of control internal* terhadap *psychological well being* mahasiswa yang berstatus

sebagai mahasiswa di Pondok Pesantren Al- Ma'ruf Kediri dengan menggunakan *software* IBM SPSS Statistics 26.0 apakah memiliki hubungan positif atau negatif.

