

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode penelitian adalah bagaimana suatu penelitian itu dilakukan. Dalam melakukan penelitian diperlukan metode penelitian yang disesuaikan dengan pokok permasalahan yang akan diteliti untuk mendapatkan data dan informasi dalam mendukung penelitian ini. Untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi secara jelas baik arah dan ruang lingkupnya maka perlu terlebih dahulu menentukan langkah-langkah dalam metodologi penelitian yang dipergunakan agar gejala penelitian ini dapat diungkapkan dan dirumuskan secara efektif, rasional dan sistematis.

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah jenis penelitian kuantitatif deskriptif, karena pada penelitian menggambarkan dua variabel, yaitu variabel bebas (variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain) yang biasa ditandai dengan simbol (X) dan variabel terikat (variabel penelitian yang diukur untuk mempengaruhi besarnya efek atau pengaruh variabel lainnya) biasa ditandai dengan simbol (Y), yang mana akan dilakukan pendeskripsian dari data angka yang diperoleh dari hasil uji statistika.

Dalam penelitian ini diharapkan nantinya akan diperoleh gambaran mengenai hubungan penyesuaian diri dengan rasa percaya diri yang disini meliputi hal-hal yang telah tercantum diatas. Dengan dasar tersebut, maka penelitian kuantitatif diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai

hubungan antara penerimaan diri dengan rasa percaya diri sehingga dapat memaparkan secara lebih jelas dan berkualitas.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat di mana penelitian dilakukan. Mengacu pada lokasi ini yaitu wilayah tertentu atau suatu lembaga tertentu dalam masyarakat. Adapun lokasi dalam penelitian ini adalah SMAN 1 Grati, Kabupaten Pasuruan.

Dalam penelitian ini peneliti mengambil lokasi di SMAN 1 Grati Pasuruan, namun karena peneliti sudah mengetahui dari proses tanya jawab dan informasi dari berbagai sumber bahwa di SMAN 1 Grati Pasuruan terdapat siswa yang merasa bermasalah dengan penerimaan diri dan rasa percaya dirinya maka lokasi penelitian akan lebih difokuskan di SMAN 1 Grati Pasuruan.

C. Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas (variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain) yang biasa ditandai dengan simbol (X) dan variabel terikat (variabel penelitian yang diukur untuk mempengaruhi besarnya efek atau pengaruh variabel lainnya) biasa ditandai dengan simbol (Y). Adapun variabel-variabel yang hendak diteliti adalah⁶⁰ :

Variabel bebas : *Penerimaan diri*

Variabel terikat : *Rasa Percaya diri*

⁶⁰ Azwar, S. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

D. Definisi Operasional

Variabel penelitian harus di definisikan secara operasional. Hal ini dilakukan untuk mencegah terjadinya kesalah pahaman data yang dikumpulkan. Selain itu juga agar variabel yang digunakan dapat dimengerti secara praktis. Adapun definisi operasional variable dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. **Penerimaan Diri**

Penerimaan diri adalah bagaimana seseorang mampu untuk menerima dan menyadari dirinya sendiri secara realistis terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, sehingga dapat menghargai diri sendiri dan orang lain.

b. **Percaya Diri**

Kepercayaan diri adalah suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, dengan memiliki ciri-ciri percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dan sampel merupakan salah satu bagian yang sangat penting dalam sebuah penelitian. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Maka dalam penelitian ini yang menjadi populasinya adalah siswa dan siswi kelas X SMAN 1 Grati Pasuruan yang kurang lebih berjumlah 340 orang siswa⁶¹.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Untuk itu peneliti menggunakan sampel random atau sampel acak, karena di dalam pengambilan sampelnya peneliti mencampur subjek-subjek di dalam populasi sehingga subjek dianggap sama. Apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua, tetapi jika subyeknya besar atau lebih dari 100 maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih⁶². Dengan demikian, dari keseluruhan siswa dan siswi kelas X SMAN 1 Grati, maka diambil lebih dari 25% dari jumlah populasi untuk dijadikan sampel, yaitu sebanyak 117 orang siswa dari jumlah populasi sebanyak 340 orang siswa.

⁶¹ Sugiyono. (2009). *“Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D”*. Alfabeta, Bandung, hal : 80

⁶² Suharsimi, Arikunto. *“Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek”*. Jakarta. Rineka Cipta. 2005. Hal : 112

F. Metode Dan Instrument Penelitian

Mengumpulkan data merupakan pekerjaan penting dalam penelitian. Guna mendapatkan informasi yang diharapkan, pengumpulan data dilakukan melalui metode :

1. Observasi

Observasi atau yang disebut pula pengamatan, meliputi kegiatan pemusatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indera. Jadi mengobservasi dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap. Observasi dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti. Pelaksanaan teknis observasi dapat dilakukan dalam beberapa cara yaitu dilakukan secara teratur dan sistematis dengan melihat pedoman sebagai instrumen pengamatan. Observasi tersebut dilakukan secara langsung terhadap apa yang tampak pada perilaku para siswa di SMAN 1 Grati Pasuruan.⁶³

2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Wawancara digunakan oleh peneliti untuk menilai keadaan seseorang. Dalam mewawancarai bisa dilakukan secara individu

⁶³ Rahayu, Iin Tri, Tristiadi Ardi Ardani. "Observasi dan Wawancara". Malang. Bayu Media. 2005. Hal 11-12

maupun dalam bentuk kelompok sehingga peneliti mendapatkan data informatif yang otentik.

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tak terstruktur atau wawancara bebas terpimpin, yaitu wawancara dengan membuat pedoman pertanyaan yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang menghendaki jawaban yang luas. Wawancara ini dapat dikembangkan apabila dianggap perlu agar mendapatkan informasi yang lebih lengkap atau dapat pula dihentikan apabila dirasakan telah cukup informasi yang didapatkan atau diharapkan⁶⁴.

3. Metode Angket atau Kuesioner

Adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. Peneliti menggunakan metode angket atau kuesioner tertutup dengan bentuk pilihan ganda. Kuesioner pilihan ganda adalah kuesioner yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Dalam hal ini kuesioner disebarkan pada siswa-siswi SMAN 1 Grati Pasuruan untuk menganalisis dan memperoleh data tentang hubungan antara penerimaan diri dengan rasa percaya diri.

Salah satu hal yang penting dalam penelitian adalah penyusunan instrument pengumpulan data. Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik skala psikologi. Instrumen penelitian ini menggunakan skala yaitu penelitian dengan menggunakan item-item

⁶⁴ Rahayu, Iin Tri, Tristiadi Ardi Ardani. "Observasi dan Wawancara". Malang. Bayu Media. 2005. Hal 11-12

pernyataan sebagai alat ukur aspek atau atribut efektif dengan jalam membandingkan formulir daftar pertanyaan atau pernyataan yang diajukan secara tertulis dan dijawab dengan respon tertulis. Alasan-alasan digunakan skala dalam penelitian ini adalah:

- a. Subyek adalah orang yang paling mengerti mengenai dirinya.
- b. Pernyataan subyek adalah apa adanya dan dapat dipercaya.
- c. Interpretasi subyek tentang pernyataan yang telah diajukan kepadanya adalah sama dengan apa yang dimaksud peneliti⁶⁵.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini menggunakan skala yang dapat disusun sedemikian rupa dengan bentuk dan tipe isian, sehingga mudah dipahami dan pilihan jawabannya dibuat dengan jelas dan singkat. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dan skala penerimaan diri dan percaya diri, dimana skala yang dibuat termasuk jenis skala *Likert*. Dalam metode *Skala Likert* terdapat pernyataan yang bersifat *favourabel* dan pernyataan yang bersifat *unfavourabel*. Subyek diminta untuk menyatakan atau ketidaksetujuan terhadap isi pernyataan dengan empat jawaban kemungkinan.

Untuk pernyataan *favourabel* penilaiannya bergerak dari angka 4 sampai 1, sedangkan untuk pernyataan *unfavourabel* penilaiannya bergerak dari angka 1 sampai 4 perinciannya sebagai berikut:

- a. Untuk butir-butir pernyataan yang *favourabel*:

Jawaban SS (sangat sesuai) skor 4

⁶⁵ Azwar, Saifudin. 2003. *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar. Hal: 3

Jawaban S (sesuai) skor 3

Jawaban TS (tidak sesuai) skor 2

Jawaban STS (sangat tidak sesuai) skor 1

b. Untuk butir-butir pernyataan yang unfavourabel:

Jawaban SS (sangat sesuai) skor 1

Jawaban S (sesuai) skor 2

Jawaban TS (tidak sesuai) skor 3

Jawaban STS (sangat tidak sesuai) skor 4



Adapun instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini terdiri atas dua skala, yaitu penerimaan diri dan percaya diri. Berikut adalah blue print skala penerimaan diri dan rasa percaya diri:

Tabel 1.1

Blue Print Skala Penerimaan diri

NO	INDIKATOR	DESKRIPTOR	BUTIR		JML
			F	UF	
1	Menerima diri apa adanya	1. Menyadari kenyataan dirinya 2. Jujur dalam menilai diri sendiri	1,3,5, 7	2,4	6
2	Tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan & kekurangan	1. Menerima kelebihan 2. Menerima kekurangan	9,11,13, 15	6,8	6
3	Yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain	1. Mencintai diri sendiri 2. Menghargai diri sendiri 3. Menghormati diri sendiri	17,19,21,2 3,	10,12	6
4	Untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna	1. Tidak menganggap dirinya yang paling sempurna 2. Memandang dirinya secara positif	25,27,28,2 9	20,22	6
5	Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk Menghasilkan kerja yang berguna	1. Melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi orang lain	14,16,18,3 0	24,26	6
JUMLAH					30

Adapun untuk mengukur penerimaan diri siswa kelas X SMAN 1 Grati Pasuruan, maka peneliti menyusun skala psikologi yang didasarkan pada teori dari Johnson Davids yang mengacu pada beberapa dimensi, yaitu:

- a. Menerima diri apa adanya.
- b. Tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan & kekurangan.
- c. Yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain.
- d. Untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna.
- e. Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk Menghasilkan kerja yang berguna.

Tabel 1.2
Blue Print Skala Rasa Percaya Diri

NO	INDIKATOR	DESKRIPTOR	BUTIR		JML
			F	UF	
1	Percaya akan kemampuan diri sendiri	1. Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi dan mengatasi masalah	1,3,5,7	2,4,6	7
2	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	1. Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain 2. Mampu meyakini tindakan yang diambil	9,11,13,15	8,10,12	7
3	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	1. Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri 2. Memiliki dorongan berprestasi	17,19,21,23	14,16,18,20	8
4	Berani mengungkapkan Pendapat	1. Mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan	25,27,29,30	22,24,26,28	8
JUMLAH					30

Adapun untuk mengukur penerimaan diri siswa kelas X SMAN 1 Grati Pasuruan, maka peneliti menyusun skala psikologi yang didasarkan pada teori dari Lauster yang mengacu pada beberapa dimensi, yaitu:

- a. Percaya akan kemampuan diri sendiri.
- b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan.
- c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri.
- d. Berani mengungkapkan Pendapat.

Angket ini sebelumnya telah dilakukan penilaian melalui validitas isi oleh dosen ahli dengan metode Aiken's V. Berhubung terdapat beberapa pernyataan yang kurang relevan dengan indikator yang ada di dalam skala, maka peneliti melakukan berbagai macam perbaikan pada pernyataan yang bersangkutan. Sehingga pernyataan dapat dijadikan sebagai angket dan disebarakan kepada subjek penelitian. Adapun dosen ahli yang telah memberikan peniaian terhadap skala penerimaan diri dan percaya diri sebanyak 3 orang , yaitu:

1. Nama : Fathul Lubabin Nuqul, M. Si
Fokus Keahlian : Psikologi Sosial
2. Nama : Elok Halimatus Sa'diyah, M. Si
Fokus keahlian : Psikologi Perkembangan
3. Nama : M. Anwar Fuady, MA
Fokus Keahlian : Psikologi Klinis

G. Analisis Data

1. Validitas Dan Reliabilitas

Standar pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas aitem adalah dikatakan valid apabila $r \geq 0,30$. Namun apabila jumlah aitem yang valid ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan sedikit kriteria dari 0,30 menjadi 0,25 atau 0,20⁶⁶. Untuk menguji validitas digunakan teknik korelasi *product moment* dari *pearson*:

$$R_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

R_{xy} = Koefisien korelasi *product moment*

N = jumlah subjek

Y = jumlah skor kecenderungan penerimaan diri

Y = jumlah skor percaya diri

Sedangkan reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut cukup baik.

Adapun teknik yang digunakan untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini adalah menggunakan analisa *Alpha* dari *cronbach* dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

⁶⁶ Azwar, Saifuddin, (2007). "*Metode Penelitian*". Pustaka Pelajar, Yogyakarta

$$r_{11} = \left(\frac{K}{K-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrument

k = Banyaknya pertanyaan

$\sum b^2$ = Jumlah varian

σ_1^2 = Varian total

2. Analisis Korelasi

Sesuai dengan tujuan awal penelitian yaitu untuk mengetahui korelasi antara variable X (penerimaan diri) dengan variable Y (percaya diri), maka peneliti menggunakan teknik analisis *product moment* dengan rumus sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

R_{xy} = Koefisien korelasi X terhadap Y

N = jumlah subjek

X = Skor kecenderungan penerimaan diri

Y = Skor percaya diri

R_{xy} menunjukkan indeks korelasi antara dua variable yang dikorelasikan, dan mengandung dua makna, yaitu ada atau tidaknya korelasi dan besarnya korelasi.

