

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

1. Variabel Tergantung : Kesejahteraan Psikologis
2. Variabel Bebas : Dukungan Sosial Pasangan

B. Definisi Operasional

1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan subyektif yang baik, termasuk kebahagiaan, *selfesteem*, dan kepuasan dalam hidup.

Variabel ini diungkap dengan skala kesejahteraan psikologis berdasarkan aspek-aspek dalam kesejahteraan psikologis menurut Ryff, yaitu *self acceptance*, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skor yang tinggi menunjukkan kesejahteraan psikologis yang tinggi, dan skor yang rendah menunjukkan kesejahteraan psikologis yang rendah.

2. Dukungan Sosial Pasangan

Dukungan sosial suami merupakan kemampuan suami untuk membantu istri berupa informasi, nasehat, atau sesuatu yang dapat membesarkan hati agar istri lebih aktif untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Variabel ini akan diungkap dengan menggunakan skala dukungan sosial berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino yaitu, dukungan

penghargaan, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan. Skor yang tinggi menunjukkan dukungan sosial yang tinggi, dan skor yang rendah menunjukkan dukungan sosial yang rendah.

C. Responden Penelitian

Pada penelitian ini, responden yang digunakan adalah seorang istri yang bekerja sebanyak 50 orang, yang diambil datanya secara *incidental sampling*. Usia subjek berkisar antara 17 sampai 50 tahun.

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan metode survei dengan skala model *Likert*, yaitu: Skala Kesejahteraan Psikologis dan Skala Dukungan Sosial Pasangan. Masing-masing skala akan dijelaskan secara rinci sebagai berikut:

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala ini diterjemahkan oleh peneliti dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis dari Ryff (1995). Butir-butir pada skala ini disusun berdasarkan 6 aspek, yaitu :

- a. *Self acceptance*
- b. Hubungan positif dengan orang lain
- c. Otonomi
- d. Penguasaan lingkungan
- e. Tujuan hidup

f. Pertumbuhan pribadi

Jadi, total aitem yang menyusun Skala Kesejahteraan Psikologis berjumlah 42 aitem. Tabel berikut adalah kisi-kisi dan ringkasan sebaran pernyataan tersebut :

Tabel 1*Skala Kesejahteraan Psikologis*

Aspek	Nomor Butir Pernyataan	Jumlah
<i>Self Acceptance</i>	6, 12, 13, 18, 24, 25, 36, 37, 42	9
Hubungan Positif dengan Orang lain	1, 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40	8
Otonomi	7, 17, 20, 26, 29, 31, 32, 41	8
Penguasaan Lingkungan	2, 14, 15, 19, 27	5
Tujuan Hidup	5, 8, 11, 23, 35	5
Pertumbuhan Pribadi	3, 9, 21, 30, 33, 38, 39	7
Jumlah		42

Pada skala kesejahteraan psikologis, masing-masing pertanyaan memiliki empat alternatif pilihan jawaban antara lain :

- SS (Sangat Setuju) : Skor 4
- S (Setuju) : Skor 3
- N (Netral) : Skor 2
- TS (Tidak Setuju) : Skor 1

2. Skala Dukungan Sosial Pasangan

Skala ini diterjemahkan oleh peneliti dengan menggunakan skala dukungan sosial pasangan oleh peneliti dari Sarafino (2008). Butir-butir pada skala ini disusun berdasarkan 5 aspek, yaitu :

- a. Dukungan Penghargaan
- b. Dukungan Emosional
- c. Dukungan Instrumental
- d. Dukungan Informasi
- e. Dukungan Jaringan

Jadi, total aitem yang menyusun Skala Dukungan Sosial Pasangan berjumlah 20 aitem. Tabel berikut adalah kisi-kisi dan ringkasan sebaran pernyataan tersebut :

Tabel 2

Skala Dukungan Sosial Suami

Aspek	Nomor Butir Pernyataan	Jumlah
Dukungan Penghargaan	17, 18	2
Dukungan Emosional	1, 4, 5, 11	4
Dukungan Instrumental	7, 8, 9, 10, 19	5
Dukungan Informasi	2, 3, 6, 13, 14, 15, 16, 20	8
Dukungan Jaringan	12	1
Jumlah		20

Pada skala kesejahteraan psikologis, masing-masing pertanyaan memiliki lima alternatif pilihan jawaban antara lain :

- SS (Sangat Setuju) : Skor 4
- S (Setuju) : Skor 3
- N (Netral) : Skor 2
- TS (Tidak Setuju) : Skor 1

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas adalah sejauh mana skala tersebut mengukur apa yang seharusnya diukur. Pada dasarnya, validitas skala menunjukkan derajat kecermatan pengukuran dari suatu skala. Dengan demikian, untuk menilai validitas skala dibutuhkan sejumlah bukti. Alat ukur akan dikatakan valid apabila aitem-aitem dalam alat ukur tersebut sesuai dengan konsep variabel yang dimaksud, artinya apa yang diukur memang sesuai dengan kenyataan yang ada dilapangan (Azwar, 2008). Validitas juga terbagi menjadi dua yaitu validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi menunjukkan sejauh mana aitem-aitem dalam skala dapat mengungkap keseluruhan isi yang akan diukur oleh skala tersebut. Validitas konstruk adalah validitas yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mengukur konstruk teoritis yang akan diukur (Azwar, 2008).

2. Reliabilitas

Suatu alat ukur dikatakan mempunyai reliabilitas tinggi atau dapat dipercaya, jika alat ukur stabil, ajeg, dapat diandalkan dan dapat diprediksi yang artinya jika alat ukur tersebut digunakan berkali-kali akan memberikan hasil yang serupa (Azwar, 2008). Reliabilitas akan dihitung dengan menggunakan koefisien Cronbach Alpha. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1. Semakin tinggi koefisien reliabilitas, semakin mendekati angka 1, maka semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya, koefisien yang semakin rendah,

semakin mendekati 0, maka semakin rendah reliabilitasnya. Pada penelitian ini skala dikatakan reliabel apabila Cronbach Alpha berada pada level di atas atau sama dengan 0.8 ($\alpha \geq 0,8$).

F. Metode Analisa Data

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dukungan sosial pasangan terhadap kesejahteraan psikologi pada istri yang bekerja. Penelitian ini menggunakan metode analisis data *korelasi product moment* dan *spearman*. Perhitungan analisis data dilakukan dengan menggunakan komputer pada program *SPSS release 16* untuk Windows sebagai alat bantu analisis secara statistik.