

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran mengenai resiliensi pada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta di Tahun Kedua.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat penelitian**

Terdapat dua kelas pada Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Jakarta pada angkatan 2016, sehingga penelitian ini akan dilaksanakan pada dua kelas yaitu kelas A dan kelas B pada Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Jakarta pada angkatan 2016 atau mahasiswa tahun kedua.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan mulai dari Maret 2018 hingga Agustus 2018. Berikut rincian kegiatan penelitian yang akan disajikan pada Tabel 3.1.

**Tabel 3.1**  
**Waktu Penelitian**

Kegiatan	Waktu Kegiatan
Menetapkan judul serta konsultasi	Maret 2018
Menyusun BAB I dan konsultasi	Maret 2018
Menyusun BAB I, II, dan konsultasi	Maret 2018
Menyusun BAB I, II, III dan konsultasi	Maret 2018
Seminar Proposal	April 2018
Pengumpulan dan analisis data	Mei 2018
Menyusun BAB IV, V	Agustus 2018
Sidang Skripsi	Agustus 2018

### **C. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan jenis penelitian survey. Menurut Sugiyono (2012: 13) penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain. Penelitian ini akan mendeskripsikan mengenai resiliensi mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta angkata di tahun kedua.

## **D. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Berdasarkan hal tersebut, maka populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta di tahun kedua atau angkatan 2016 dengan total mahasiswa 80 orang. Populasi dan sampel dapat dilihat dari rincian pada Tabel 3.2.

### **2. Sampel**

Sampel adalah wakil dari populasi yang diteliti. Pengambilan sampel adalah harus didasari dari karakteristik pokok populasi (Arikunto, 2010). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah sampling jenuh atau sensus. Sampling jenuh atau sensus merupakan teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel (Sugiyono, 2009). Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling di tahun kedua atau angkatan 2016 yang terdiri dari dua kelas A dan B dengan total jumlah mahasiswa 80 orang. Menurut Arikunto (2006) jika subyek kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya menjadi penelitian populasi.

**Tabel 3.2**  
**Populasi dan Sampel**

<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Mahasiswa</b>	<b>Laki-Laki</b>	<b>Perempuan</b>
<b>BK A 2016</b>	40	5	35
<b>BK B 2016</b>	40	6	34
<b>Jumlah</b>	80		

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Definisi Konseptual**

Resiliensi dapat didefinisikan sebagai respon individu dalam bertahan dan menghadapi kesulitan, tekanan, serta beban hidup secara positif, produktif, dan sehat.

### **2. Definisi Operasional**

Resiliensi mahasiswa adalah skor total dari kemampuan individu yang bertujuan untuk meningkatkan resiliensi pada diri, seperti: regulasi emosi, pengendalian pergerakan, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan pencapaian.

### **3. Instrumen Penelitian**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuesioner atau angket. Menurut Sugiono (2012) kuesioner adalah teknik pengumpulan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan

tertulis kepada responden untuk dijawab. Peneliti membagikan kuesioner atau angket kepada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling kelas A dan B di tahun kedua atau angkatan 2016 yang di dalamnya berisi pernyataan yang berasal dari instrumen yang sudah dikembangkan oleh Reivich dan shatte, yaitu *Resilience Quotient Test (RQ Test)*.

#### **a. Tahapan Adaptasi Instrumen**

Adaptasi instrumen adalah tugas yang rumit dan memerlukan perencanaan yang cermat mengenai pemeliharaan: isinya, psikometri sifat, dan validitas umum untuk populasi yang dimaksudkan. Secara umum, literatur menunjukkan bahwa instrumen adaptasi memerlukan lima tahap penting: (1) instrumen diterjemahkan dari bahasa sumber ke dalam bahasa sasaran, (2) sintesis versi terjemahan, (3) analisis dari versi disintesis oleh hakim ahli, (4) terjemahan kembali, dan (5) studi uji coba (Herdman, FoxRushby, & Badia, 1997; Sireci, Yang, Harter, & Ehrlich, 2006).

##### **1) Instrumen Terjemahan Ke dalam ke Bahasa Baru**

Ketika mengadaptasi instrumen, diterjemahkan dari bahasa sumber ke dalam bahasa sasaran, yaitu bahasa baru yang akan digunakan. Ini adalah proses yang kompleks dan sangat membutuhkan ketelitian untuk memastikan bahwa versi final

tidak hanya cocok untuk konteks baru tapi juga konsisten dengan versi aslinya.

## **2) Sintesis Hasil Terjemahan**

Setelah proses penerjemahan instrumen dari bahasa sumber ke dalam bahasa sasaran, peneliti harus memiliki minimal dua versi dari instrumen tersebut yang telah diterjemahkan. Pada tahap ini, proses meringkas kedua versi dimulai. Meringkas versi instrumen berarti bahwa peneliti membandingkan terjemahan yang berbeda dan menilai semantik, idiomatik, konseptual, perbedaan bahasa dan kontekstual mereka, dengan tujuan utama membuat satu versi.

## **3) Evaluasi Versi Disintesis Oleh Ahli**

Setelah sintesis diterjemahkan versi telah selesai, peneliti masih harus bergantung pada bantuan dari komite ahli di bidang evaluasi psikologis atau pada orang-orang dengan pengetahuan khusus tentang apa yang dikaji instrumen.

## **4) Evaluasi Oleh Populasi Sasaran**

Tahap ini bertujuan untuk memverifikasi apakah item, skala respon dan petunjuk dapat dipahami oleh populasi sasaran. Dengan demikian, prosedur ini bertujuan untuk menyelidiki apakah instruksi yang jelas, apakah hal yang ditemukan

dalam instrumen yang sesuai, apakah ekspresi sesuai dengan yang digunakan oleh kelompok, dan aspek lainnya.

#### **5) *Back-Translation* atau Terjemahan Kembali**

Terjemahan kembali (ke bahasa asli/sumber) juga disarankan sebagai pemeriksaan kontrol kualitas tambahan (Sireci, 2005). Dari sudut pandang kami, prosedur ini harus mengikuti semua prosedur penyesuaian semantik dan idiomatik karena instrumen harus "siap" untuk evaluasi fakhir oleh penulis asli. Terjemahan kembali mengacu menerjemahkan versi disintesis dan revisi instrumen ke dalam bahasa sumber. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi sejauh mana versi yang diterjemahkan mencerminkan isi item versi asli.

Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Dalam setiap masing-masing pernyataan maka akan diberikan empat pilihan jawaban sebagai berikut : selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah. Berikut model skala likert yang digunakan dalam penelitian:

**Tabel 3.3**  
**Model Skala Likert**

Interval	Nilai	
	Positif (+)	Negatif (-)
Selalu	4	1
Sering	3	2
Kadang-kadang	2	3
Tidak Pernah	1	4

Dalam penelitian ini dalam menganalisis data akan menggunakan teknik statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang sudah dikumpulkan serta tidak bertujuan untuk membuat kesimpulan yang bersifat umum atau generalisasi.

#### **F. Kisi-Kisi Instrumen**

Kisi-kisi instrumen pada penelitian ini menggunakan *Resilience Quotient Test (RQ Test)* yang dikembangkan oleh Reivich dan Shatte. Instrumen ini bertujuan untuk mengukur kemampuan resiliensi individu pada tujuh kemampuan yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte. RQ Test ini terdiri dari 7 aspek kemampuan, 14 indikator, dan serta sebanyak



56 item. Berikut adalah kisi-kisi instrumen *Resilience Quotient Test (RQ Test)* yang dipaparkan dalam tabel 3.4 :

**Tabel 3.4.**  
**Kisi-kisi Instrumen Resiliensi**

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item	
			(+)	(-)
Resiliensi	Regulasi Emosi	Mampu tenang dibawah tekanan	13, 26	2, 7
		Fokus dan dapat mengontrol emosi dalam situasi tertekan	25, 56	23, 31
	Pengendalian Pergerakan	Individu memiliki kesabaran dalam mengendalikan keinginan atau dorongan dari dalam diri	4, 42	36, 38
		Mampu mengelola keinginan atau dorongan dari dalam diri	15, 47	11, 55
	Optimisme	Memiliki keyakinan dalam menghadapi maalah	18, 53	3, 39
		Yakin semua akan berubah menjadi lebih baik	27, 32	33, 43
	Empati	Paham terhadap perilaku verbal orang lain	37, 46	30, 54
		Paham terhadap perilaku non verbal orang lain	10, 34	24, 50
	Analisis Penyebab Masalah	Menciptakan solusi dari masalah yang dihadapi	12, 19	44, 52
		Mampu menganalisis kemampuan diri dalam menghadapi masalah	21, 48	1, 41
	Efikasi Diri	Memiliki komitmen	5, 29	9, 22
		Mampu menyelesaikan setiap permasalahan	28, 49	17, 20
	Pencapaian	Mampu menentukan tujuan hidup	6, 40	16, 51
		Mengapresiasi terhadap pengalaman yang telah didapat	8, 14	35, 45

## **G. Validitas dan Reliabilitas**

### **a. Pengujian Validitas**

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Sebuah instrumen penelitian dikatakan valid apabila dapat menegungkap data dari variabel yang diteliti (Arikunto, 2006). Uji validitas dalam penelitian mengukur item pernyataan dalam kuesioner yang dijawab oleh subjek mengenai gambaran resiliensi.

Berdasarkan pengolahan hasil uji coba skala menggunakan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 16.0*. dari 30 responden terdapat 4 item pernyataan yang tidak valid atau *drop* dari jumlah 56 pernyataan. Nomor pernyataan yang valid adalah 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 55, dan 56. Sedangkan nomor yang tidak valid adalah 24, 25, 35 dan 54. Untuk pernyataan yang tidak valid akan dibuang karena sudah terwakili oleh pernyataan yang valid.

### **b. Uji Reliabilitas**

Menurut Arikunto (2006) reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut

sudah baik. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang jika digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang sama.

Pengujian reliabilitas dalam instrumen penelitian ini menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) 16.0. yang menghasilkan:

**Tabel 3.5**  
**Pengujian Reliabilitas**

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,916	56

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bersifat apabila instrumen digunakan untuk mengukur objek yang sama maka menghasilkan data yang sama. Dalam menguji reliabilitas dalam instrumen ini peneliti menggunakan rumuas *Alpha Cronbach*, berikut rumusnya:

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

Keterangan :

$r_{11}$  = reliabilitas instrumen

$k$  = banyaknya butir pernyataan atau banyak soal

$\sum \sigma_b^2$  = jumlah varians item

$\sigma_t^2$  = varians total

Reliabilitas pada instrumen ini menunjukkan 0,961 yang artinya sangat reliabel.

## H. Teknik Analisis Data

Tahapan teknik analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan statistik deskriptif dengan teknik presentase. Tahapan pertama dalam teknik analisis data ini adalah membuat kategorisasi jenjang. Tujuan dari kategorisasi jenjang adalah untuk mengelompokkan suatu data ke dalam kelompok terpisah berdasarkan kelompok yang diukur. Dalam penelitian ini dibuat tiga kategorisasi seperti : tinggi, sedang, rendah. Adapun rumus mengkategorisasikan data menurut Azwar (2009) sebagai berikut :

$$\text{Tinggi} = X < M - 1.SD$$

$$\text{Sedang} = M - 1.SD \leq X < = 1.SD$$

$$\text{Rendah} = X \geq M + 1.SD$$

Keterangan :

$$M = \text{Mean/Rata-rata} \\ \frac{1}{2} (\text{Skor maksimal} + \text{Skor minimal})$$

$$SD = \text{Standar Deviasi} \\ \frac{1}{6} (\text{Skor maksimal} - \text{Skor minimal})$$

Setelah mengkategorisasikan maka untuk mendeskripsikan data tersebut dilanjutkan dengan membuat persentase dengan rumus:

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan :

P = Angka presentase

f = Jumlah responden yang menjawab perkategori

N = Jumlah responden

Sedangkan teknik analisis kedua pada penelitian ini adalah membuat kategorisasi skor per-Aspek. Tujuan dari kategorisasi skor adalah untuk mengelompokkan suatu data ke dalam kelompok terpisah berdasarkan kelompok yang diukur. Dalam penelitian ini dibuat tiga kategorisasi skor seperti: diatas rata-rata, rata-rata, dibawah rata-rata.

Adapun rumusnya menurut Reicivh dan Shatte (2002) sebagai berikut:

Hasil skor = total positif item – total negatif item

### 1. Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*)

Rentang Skor	Kategorisasi
$\geq 13$	Diatas rata-rata
6 – 13	Rata-rata
$< 6$	Dibawah rata-rata

## 2. Pengendalian Gerak (*Impuls Control*)

Rentang Skor	Kategorisasi
$\geq 0$	Diatas rata-rata
- 6 – 0	Rata-rata
$< -6$	Dibawah rata-rata

## 3. Optimisme (*Optimism*)

Rentang Skor	Kategorisasi
$\geq 6$	Diatas rata-rata
- 2 – 6	Rata-rata
$< -2$	Dibawah rata-rata

## 4. Empati (*Empathy*)

Rentang Skor	Kategorisasi
$\geq 12$	Diatas rata-rata
3 – 12	Rata-rata
$< 3$	Dibawah rata-rata

## 5. Analisis Penyebab Masalah (*Casual Analysis*)

Rentang Skor	Kategorisasi
$\geq 8$	Diatas rata-rata
0 – 8	Rata-rata
$< 0$	Dibawah rata-rata

**6. Efikasi Diri (*Self-efficacy*)**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategorisasi</b>
$\geq 10$	Diatas rata-rata
5 – 10	Rata-rata
$< 6$	Dibawah rata-rata

**7. Pencapaian (*Reaching Out*)**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategorisasi</b>
$\geq 9$	Diatas rata-rata
4 – 9	Rata-rata
$< 4$	Dibawah rata-rata