

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kausalitas. Tujuan dari desain penelitian kausalitas adalah mengkaji ada atau tidaknya pengaruh antara beberapa variabel (Cozby & Bates, 2011). Desain ini dipilih untuk menguji pengaruh altruisme dan modal psikologis terhadap kesejahteraan psikologis pada relawan bencana di Call to Action Indonesia.

3.2 Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh relawan bencana yang tergabung dalam grup WhatsApp yang dimiliki oleh Call to Action Indonesia, yang berjumlah 99 orang. Karena penelitian ini mencakup seluruh anggota populasi tanpa menggunakan teknik sampling, maka penelitian ini bersifat parameter, di mana hasil analisis mencerminkan kondisi sebenarnya dari populasi yang diteliti. Dengan demikian, temuan penelitian ini dapat memberikan gambaran menyeluruh mengenai pengaruh altruisme dan modal psikologis terhadap kesejahteraan psikologis relawan bencana di Call To Action Indonesia.

3.3 Variabel dan Definisi Penelitian

3.3.1 Variabel Penelitian

Variabel dari penelitian ini adalah Altruisme dan Modal Psikologis sebagai Variabel Independen (X1 dan X2) kemudian Kesejahteraan Psikologis sebagai Variabel Dependen (Y).

3.3.2 Definisi Konseptual

a. Altruisme

Altruisme merupakan perilaku menolong tanpa mempertimbangkan kepentingan diri sendiri, dimana alasan dari tindakan tersebut adalah untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain tanpa ada harapan timbal balik (Myers, 2012).

b. Modal Psikologis

Modal psikologis merupakan keadaan perkembangan psikologi positif seseorang yang ditandai dengan empat karakteristik utama antara lain memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi tugas-tugas yang menantang, membuat atribusi yang positif tentang kesuksesan di masa kini dan masa depan, memiliki ketekunan dalam mencapai tujuan, dan ketika dihadapkan pada masalah serta kesulitan individu mampu bertahan sampai akhirnya bangkit kembali untuk mencapai kesuksesan (Luthans *et al.*, 2007).

c. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) adalah kondisi di mana individu memiliki fungsi mental yang baik, merasakan kebahagiaan, dan dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya. Kesejahteraan psikologis merupakan gambaran pemenuhan kesehatan mental atau keadaan psikologis individu yang baik (Ryff, 1995).

3.3.3 Definisi Operasional

a. Altruisme

Altruisme adalah tindakan sukarela untuk menolong atau memberikan bantuan kepada orang lain tanpa mengharapkan imbalan dalam bentuk apapun. Hal tersebut dapat ditandai dengan memberikan perhatian kepada individu lain, menolong orang lain, dan meletakkan kepentingan individu lain di atas kepentingan pribadi.

b. Modal Psikologis

Modal psikologis didefinisikan sebagai kapasitas positif yang dimiliki individu yang membantu mereka dalam mencapai tujuan dan mengatasi tantangan, dengan ciri percaya diri menghadapi tantangan, optimis terhadap kesuksesan, gigih mencapai tujuan, dan mampu bangkit dari kesulitan.

c. Kesejahteraan Psikologi

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi mencakup aspek-aspek positif dari fungsi psikologis individu yang dioptimalkan dan berfungsi dengan baik. Hal tersebut ditandai dengan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data untuk penelitian ini akan menggunakan kuesioner atau angket berupa *google form* yang kemudian dibagikan baik secara *offline* dan *online* melalui grup WhatsApp beranggotakan seluruh relawan Call to Action Indonesia.

3.5 Instrumen Penelitian

3.5.1 Altruism Scale

1) Identitas Instrumen

Instrumen altruisme yang digunakan peneliti merupakan instrumen milik Rizki (2019) yang disusun berdasarkan teori dari David G. Myers (1987). Item pada instrumen ini berjumlah 31 butir dengan reliabilitas yang telah diuji sebesar 0.901. Pernyataan menggunakan lima pilihan jawaban, yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang (J) dan tidak pernah (TP).

2) Kisi-Kisi Instrumen

Tabel 3.1 Altruism Scale

No	Dimensi	Favorable	Unfavorable
1	Memberikan perhatian terhadap orang lain	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8	5, 9, 10, 11
2	Membantu orang lain	12, 13, 17, 18	14, 15, 16, 19, 20, 21
3	Meletakkan kepentingan orang lain di atas kepentingan pribadi	22, 23, 26, 27, 28	24, 25, 29, 30, 31
Total			31

3) Interpretasi Skor

Kategorisasi variabel perilaku altruisme dibagi menjadi dua. Skor kategori tinggi mengartikan bahwa tingkat altruisme partisipan tinggi, dan skor kategori rendah mengartikan bahwa tingkat altruisme partisipan rendah.

Tabel 3.2 Kategorisasi Skor Altruisme

Kategorisasi	Rumus
Rendah	$X < M$
Tinggi	$X \geq M$

Keterangan:

X = Skor partisipan

M = Mean

3.5.2 Positive Psychological Capital

1) Identitas Instrumen

Instrumen yang digunakan peneliti merupakan instrumen milik Luthans (2007) yang telah diadaptasi dan diuji reliabilitasnya oleh Agustira (2019). Instrumen ini terdiri dari 22 item favorable dan 2 item unfavorable reliabilitas yang telah diuji sebesar 0.819. Pernyataan menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

2) Kisi-Kisi Instrumen

Table 3.3 Positive Psychological capital

No	Dimensi	Favorable	Unfavorable
1	Efikasi Diri	1, 5, 9, 13, 17, 21	-
2	Optimisme	2, 6, 10, 14, 18, 22	-
3	Harapan	4, 8, 12, 16, 24	20

4	Resiliensi	7, 11, 15, 19, 23	3
Total		24	

3) Interpretasi Skor

Kategorisasi variabel modal psikologis dibagi menjadi dua. Skor kategori tinggi mengartikan bahwa tingkat modal psikologis partisipan tinggi, dan skor kategori rendah mengartikan bahwa tingkat modal psikologis partisipan rendah.

Tabel 3.4 Kategorisasi Skor Modal Psikologis

Kategorisasi	Rumus
Rendah	$X < M$
Tinggi	$X \geq M$

Keterangan:

X = Skor partisipan

M = Mean

3.5.3 Ryff's Psychological Well-Being Scale

1) Identitas Instrumen

Instrumen yang digunakan peneliti milik Ryff (1995) yang telah diadaptasi dan diuji reliabilitasnya oleh Astutik (2019). Item pada instrumen ini berjumlah 42 butir dengan reliabilitas yang telah diuji sebesar 0.884. Pernyataan menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS).

2) Kisi-Kisi Instrumen

Tabel 3.5 Ryff's Psychological Well-Being Scale

No	Dimensi	Favorable	Unfavorable
1	Penerimaan Diri (<i>Self-Acceptance</i>)	6, 12, 24, 42	18, 30, 36

2	Hubungan Positif dengan Orang Lain (<i>Positive Relations with Others</i>)	4, 22, 28, 40	10, 16, 34
3	Otonomi (<i>Autonomy</i>)	1, 7, 37	13, 19, 25, 31
4	Penguasaan Lingkungan (<i>Environmental Mastery</i>)	2, 20, 38	8, 14, 26, 32
5	Tujuan Hidup (<i>Purpose in Life</i>)	11, 29, 35	5, 17, 23, 41
6	Pertumbuhan Pribadi (<i>Personal Growth</i>)	9, 21, 33	3, 15, 27, 39
Total		42	

3) Interpretasi Skor

Kategorisasi variabel perilaku kesejahteraan psikologis dibagi menjadi dua. Skor kategori tinggi mengartikan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis partisipan tinggi, dan skor kategori rendah mengartikan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis partisipan rendah.

Tabel 3.6 Kategorisasi Skor Kesejahteraan Psikologis

Kategorisasi	Rumus
Rendah	$X < M$
Tinggi	$X \geq M$

Keterangan:

X = Skor partisipan

M = Mean

3.6 Analisis Data

Peneliti menggunakan teknik analisis Regresi Sederhana dan Regresi Linear Berganda, dengan dua variabel independen yaitu altruisme (X1) dan modal psikologis (X2), serta variabel dependen yaitu kesejahteraan psikologis (Y). Analisis regresi sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh dari

suatu variabel terhadap variabel lainnya, sedangkan analisis regresi berganda digunakan untuk menguji pengaruh antara dua variabel independen atau lebih secara bersama-sama dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2015). Aplikasi yang digunakan untuk menjabarkan data adalah SPSS versi 22 untuk Windows.

3.7 Uji Asumsi Klasik

3.7.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memeriksa bahwa data yang dimiliki berdistribusi normal atau tidak. Distribusi dikatakan normal jika hasil data menunjukkan uji normalitas > 0.05 . Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3.7 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
Unstandardized Residual	
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.200*

Tabel tersebut menunjukkan bahwa hasil uji normalitas berdistribusi normal dan uji asumsi klasik dapat dikatakan berhasil dengan nilai signifikansi $0.200 > 0.05$.

3.7.2 Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dilakukan untuk menguji variabel independen dimana model yang bagus adalah yang tidak ada multikolinearitas. Tidak adanya multikolinearitas adalah jika nilai signifikansi toleransinya > 0.10 . Selain itu dapat dilihat juga dari nilai $VIF < 10$. Berikut untuk hasil uji multikolinearitas pada penelitian ini:

Tabel 3.8 Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel Independen	Tolerance	VIF
Altruisme	0.985	1.015
Modal Psikologis	0.985	1.015

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa nilai toleransi $0.985 > 0.10$ dan nilai VIF $1.015 < 10$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas diantara variabel independen.

3.7.3 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dan residual. Model regresi yang baik adalah yang didalamnya tidak terjadi heteroskedastisitas.

Tabel 3.9 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variabel Independen	Sig.
Altruisme	0.451*
Modal Psikologis	0.682*

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat untuk nilai signifikansi altruisme yaitu $0.451 > 0.05$ dan modal psikologis $0.682 > 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas sehingga asumsi model terpenuhi.