

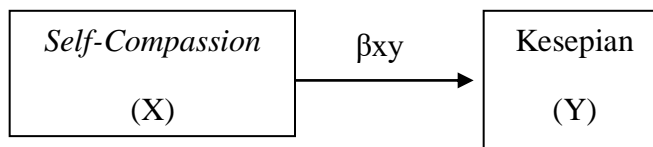
## BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini berisi mengenai metode penelitian yang terdiri atas desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian yang digunakan beserta definisi operasionalnya. Selain itu akan dijelaskan pula mengenai instrumen penelitian yang akan digunakan, prosedur penelitian, dan teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian.

### A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode yang digunakan yaitu analisis regresi. Metode ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel *self-compassion* terhadap variabel kesepian. Adapun model pengaruh antar variabel dalam penelitian ini digambarkan pada Gambar 3.1 berikut:

**Gambar 3.1**  
**Bagan Desain Penelitian**



### B. Populasi, Sampel, dan Responden Penelitian

#### 1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau semester awal yang berasal dari luar Jawa Barat dengan jenjang pendidikan S1 di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Penelitian ini memilih subjek mahasiswa rantau dikarenakan adanya perpindahan lingkungan dapat membuat kesepian semakin berkembang khususnya pada mahasiswa rantau (Santrock, 2003; Baron & Byrne, 2005). Peneliti memilih Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) karena menurut Fokus Jabar tahun 2017 UPI merupakan salah satu universitas yang menerima mahasiswa baru terbanyak (7.021) diantara universitas lain, persentase mahasiswa rantau di Universitas Pendidikan

Indonesia yaitu sebanyak 10,44% (732). Subjek penelitian mahasiswa rantau semester awal dikarenakan masa remaja akhir yang baru memasuki universitas memiliki tingkat kesepian paling tinggi, hal ini dikarenakan remaja akhir banyak mengalami masa transisi sosial seperti meninggalkan rumah seorang diri, memasuki masa kuliah atau masa dunia kerja (Goossens, dkk, 2014).

## 2. Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus dan teknik *nonprobability sampling*, yaitu *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2008) *purposive sampling* merupakan teknik pemilihan sampel dengan menentukan kriteria tertentu. Alasan digunakannya teknik *purposive sampling* ini karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus Slovin. Berikut merupakan rumus Slovin:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{732}{1 + (732 \times 0,05^2)}$$

$$n = 258,65$$

Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 260 mahasiswa rantau semester pertama di Universitas Pendidikan Indonesia.

## 3. Responden

Berikut ini merupakan deskripsi demografis responden dalam penelitian ini yang terjaring meliputi usia, jenis kelamin, intensitas pulang, fakultas, dan daerah asal. Demografis responden yang didapatkan dari hasil pengambilan data dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 3.1**  
**Deskripsi Demografis Responden**

Karakteristik	Data Responden	Frekuensi	Persentase %
<b>Penelitian</b>			
Usia	18	124	47,7%
	19	113	43,5%
	20	23	8,8%
Total		260	100%
Jenis	Laki-laki	72	27,7%
Kelamin	Perempuan	188	72,3%
Total		260	100%
Intensitas	1 – 6 kali	217	83,5%
Pulang dalam Satu Tahun	7 – 12 kali	22	8,5%
	13 – 18 kali	15	5,8%
	19 – 24 kali	6	2,2%
Total		260	100%
Fakultas	FIP	52	20,0%
	FPIPS	73	28,1%
	FPEB	26	10,0%
	FPBS	31	11,9%
	FPSD	6	2,3%
	FPTK	10	3,8%
	FPMIPA	37	14,2%
	FPOK	25	9,6%
Total		260	100%
Daerah Asal	Jakarta	42	16,2%
	Banten	66	25,4%
	Jawa Tengah	27	10,8%
	Yogyakarta	3	1,2%
	Jawa Timur	3	1,2%

Bali	3	1,2%
Maluku	1	0,4%
NTB	1	0,4%
Sumatera Barat	16	6,2%
Sumatera Utara	9	3,5%
Sumatera Selatan	8	3,1%
Gorontalo	2	0,8%
Lampung	13	5,0%
Riau	16	6,2%
Jambi	11	4,2%
Kepulauan Bangka Belitung	13	5,0%
Bengkulu	5	1,9%
Kalimantan Barat	8	3,1%
Kalimantan Timur	4	1,5%
Aceh	1	0,4%
Sulawesi Selatan	2	0,8%
Papua	3	1,2%
Sulawesi Utara	1	0,4%
Singapore	1	0,4%
Total	260	100%

Tabel 3.1 menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini berjumlah 260 orang dengan rentang usia 18-20 tahun yang didominasi oleh responden yang berusia pada 18 tahun yang berjumlah 124 orang (47.7%). Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan dengan jumlah 188 orang (72.3%).

Pada intensitas pulang responden terbanyak adalah yang pulang 1 – 6 kali dalam satu tahun yaitu sebanyak 217 orang (83.5%) dapat dilihat pada tabel 3.1. Berdasarkan fakultas responden dalam penelitian ini sebagian besar

fakultas FIPS sebanyak 73 orang (28.1%). Pada daerah asal responden terbanyak yaitu berasal dari Banten sebanyak 66 orang (24.45%).

### C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner mengenai *self-compassion* dan kesepian dari masing-masing instrumen. Penyebaran kuesioner dilakukan secara langsung (tatap muka) melalui bantuan ketua kelas masing-masing jurusan, paguyuban-paguyuban mahasiswa luar daerah, dan juga secara langsung ke kelas-kelas yang terdapat mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2018 yang berasal dari luar Jawa Barat. Sebelum responden mengisi kuesioner yang diberikan, peneliti menjelaskan terlebih dahulu tujuan dari penelitian dan memberikan petunjuk pengisian kuesioner penelitian. Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari tiga bagian yaitu: identitas diri, kuesioner kesepian dan kuesioner *self-compassion*.

### D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

#### 1. Variabel Penelitian

Tersapat dua variabel dalam penelitian ini yaitu *self-compassion* sebagai variabel independen atau variabel bebas dan kesepian sebagai variabel dependen atau variabel terikat.

#### 2. Definisi Operasional Variabel

##### a. *Self-Compassion* (X)

*Self-compassion* merupakan salah satu upaya untuk menurunkan serta menghindari terciptanya kondisi yang tidak menyenangkan seperti perasaan menyalahkan diri sendiri ataupun terpuruk yang dialami oleh mahasiswa rantau yang diukur dengan aspek-aspek yaitu *self-kindness versus self judgement*, *common humanity versus isolation*, *mindfulness versus over-identification*.

## b. Kesepian (Y)

Kesepian merupakan perasaan yang dirasakan ketika mahasiswa rantau mengalami perasaan kekosongan, terasingkan serta perasaan emosional negatif yang tidak menyenangkan. Kesepian dalam penelitian ini dapat dilihat dari dimensi-dimensi berikut: *personality*, *social desirability*, dan *depression*.

## E. Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini digunakan dua instrumen yaitu instrumen *self-compassion* dan instrumen kesepian.

### 1. Dasar Pemilihan Instrumen

*Self-compassion* diukur dengan menggunakan instrumen adalah *Self-compassion Scale – Short Version* yang diadaptasi oleh Oktiana (2017) dari Neff (2011). Angket tersebut terdiri atas 12 item dengan skala poin 5 berkisar dari (1) hampir tidak pernah sampai (5) hampir selalu. Instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas 0,86 (Neff, 2011) dan 0,901 (Oktyana, 2017).

Kesepian diukur dengan menggunakan instrumen UCLA *Loneliness Scale Version 3* yang diadaptasi oleh Irsalina (2017) dari Rusell (1996). Angket tersebut terdiri atas 20 item dengan skala poin 4 yang berkisar dari (1) tidak pernah sampai (4) hampir selalu. Instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas 0,94 (Rusell, 1996) dan 0,89 (Irsalina, 2017).

### 2. Pengisian Instrumen

Pengisian instrumen *self-compassion* dilakukan dengan cara menuliskan tanda centang (✓) pada kolom komen pilihan yang sesuai dengan keadaan responden. Responden diminta untuk memilih salah satu dari 5 skala jawaban yaitu dari (1) hampir tidak pernah sampai (5) hampir selalu.

Pengisian instrumen kesepian dilakukan dengan cara menuliskan tanda centang (✓) pada kolom komen pilihan yang sesuai dengan keadaan

responden. Responden diminta untuk memilih salah satu dari 4 skala jawaban yaitu dari (1) tidak pernah sampai (4) hampir selalu.

### 3. Penyekoran Instrumen

#### a. *Self-compassion*

Penyekoran untuk instrumen *Self-compassion Scale – Short Version* dinilai dengan angka sebagai berikut :

**Tabel 3.2**  
**Penyekoran Instrumen *Self-compassion***

Item	Nilai Item				
	1	2	3	4	5
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

#### b. Kesepian

Penyekoran jawaban reponden pada instrument UCLA *Loneliness Scale Version 3* dinilai dengan angka sebagai berikut

**Tabel 3.3**  
**Penyekoran Instrumen Kesepian**

Item	Nilai Item			
	1	2	3	4
<i>Favorable</i>	1	2	3	4
<i>Unfavorable</i>	4	3	2	1

#### 4. Kisi – kisi Instrumen

Instrumen *self-compassion* terdiri atas item *favorable* dan *unfavorable*, berikut ini merupakan kisi-kisinya :

**Tabel 3.4**  
**Kisi-kisi Instrumen *Self-compassion***

<b>Dimensi</b>	<b><i>Favorable</i></b>	<b><i>Unfavorable</i></b>	<b>Jumlah</b>
<i>Self-Kindness</i>	2, 6		2
<i>Self Judgement</i>		11, 12	2
<i>Common Humanity</i>	5, 10		2
<i>Isolation</i>		4, 8	
<i>Mindfulness</i>	3, 7		2
<i>Over-Identification</i>		1, 9	2

Selanjutnya, instrumen kesepian terdiri atas item *favorable* dan *unfavorable*, berikut ini merupakan kisi-kisinya:

**Tabel 3.5**  
**Kisi-kisi Instrumen Kesepian**

<b>Dimensi</b>	<b><i>Favorable</i></b>	<b><i>Unfavorable</i></b>	<b>Jumlah</b>
<i>Social Desirability</i>	1, 5	7, 8, 12, 20	6
<i>Depression</i>		3, 4, 11, 13, 16, 18, 19	7
<i>Personality</i>	6, 9, 10, 15	17	5

#### F. Kategorisasi Skala

Kategorisasi skala pada variabel penelitian ini dibagi menjadi 2 kategori yaitu tinggi dan rendah. Kategorisasi tersebut didapatkan dari nilai rata-rata baku atau skor-T. Sebelum melakukan kategorisasi, skor responden dalam bentuk rasio skor Z dan skor T kemudian dikategorisasikan ke dalam rumus dua level (Azwar, 2015). Level tersebut dibagi berdasarkan norma berikut :



**Tabel 3.6**  
**Norma Kategorisasi Variabel Penelitian**

Kategori	Rumus	Interpretasi
Tinggi	$X \geq \mu$	$T \geq 50$
Rendah	$X < \mu$	$T < 50$

**Keterangan :**

X = Skor Responden

$\mu$  = Rata-rata nilai Responden

T = Nilai Rata-rata Baku Responden

## G. Pengembangan Instrumen

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan oleh peneliti adalah *Self-compassion Scale – Short Version* untuk mengukur *self-compassion* dan *UCLA Loneliness Scale Version 3* untuk mengukur kesepian. Pengembangan instrumen berupa uji validitas dan reliabilitas dilakukan apakah instrumen yang digunakan dapat mengukur variabel yang diteliti.

### 1. Validitas

Dalam penelitian ini instrumen diuji validitas untuk mengetahui ketepatan dalam pengukuran. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas isi. Validitas isi merujuk pada cara yang digunakan peneliti dengan menggunakan penilaian orang-orang ahli dibidangnya atau yang lebih dikenal dengan *expert judgement*. Instrumen yang di *expert judgement* yaitu instrumen *UCLA Loneliness Scale Version 3* berbahasa Indonesia yang sebelumnya telah diadaptasi oleh Irsalina (2017) dari Rusell (1996) dan. Instrumen tersebut diperiksa kembali oleh ahli bidang psikologi perkembangan yaitu Dr. Tina Hayati Dahlan, M.Pd., Psikolog pada tanggal 21 Desember 2018. Selanjutnya instrumen yang telah diperiksa kemudian dilakukan *expert judgement* oleh ahli bidang psikologi industri dan organisasi yaitu Diah Zaleha Wyandini, S.Psi., M.Si pada tanggal 3 Januari 2019 dan Ita

Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd pada tanggal 8 Januari 2019, dan diperiksa kembali oleh Dr. Tina Hayati Dahlan, M.Pd pada tanggal 12 Januari 2019 untuk selanjutnya dilakukan uji coba instrumen. Uji coba instrumen dilakukan peneliti terhadap 100 orang responden pada tanggal 4 Februari 2019 yang dilakukan didalam kelas.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui kualitas suatu instrumen. Rentang koefisien reliabilitas yaitu apabila *alpha Cronbach* semakin mendekati 1,00. Berikut hasil reliabilitas dari masing-masing instrument dalam penelitian ini, yaitu:

**Tabel 3.7**  
**Reliabilitas Instrumen**

<b>Instrumen</b>	<b>Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i></b>	<b>Kategori</b>
<i>Self-Compassion</i>	0.63	Bagus
Kesepian	0.89	Bagus Sekali

## H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis regresi sederhana, sebelumnya data yang sudah ada ditransformasikan dahulu ke dalam rasio hal ini bertujuan untuk mengubah skala pengukuran data ordinal menjadi rasio sehingga data dapat memenuhi asumsi-asumsi yang mendasari analisis (Lisa, 2009). Aplikasi WINSTEP digunakan untuk mengubah data kedalam rasio. Selanjutnya data yang telah ditransformasi diolah menggunakan teknik regresi linier sederhana dengan bantuan aplikasi SPSS.