

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional, yaitu *simple correlation* karena hanya dua variabel yang dihubungkan (Hasan, 2002). Penelitian korelasional ini digunakan untuk memprediksi adanya sebuah hubungan antar variabel dalam penelitian. Dalam penelitian ini berarti hubungan yang diprediksi adalah hubungan antara kecemasan dengan *psychological well-being* sarjana S1 dalam menghadapi dunia kerja.

#### B. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Variabel bebas : Kecemasan

Variabel terikat : *Psychological Well-Being*

#### C. Definisi Operasional

##### 1. Kecemasan

Kecemasan adalah kondisi psikologis yang dirasakan dan dialami oleh sarjana S1, berupa kekhawatiran, rasa takut, perasaan tertekan, dan merasa tidak mampu dalam menghadapi berbagai situasi dunia kerja. Kecemasan diukur menggunakan skala yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan ciri-ciri



kecemasan yang dikemukakan oleh Nevid, Rathus, Greene (2003). Yaitu ciri-ciri fisik, behavioral, dan kognitif dari kecemasan. Ciri-ciri kecemasan tersebut yang kemudian oleh peneliti digunakan sebagai aspek pada skala penelitian.

Aspek-aspek dan indikatornya meliputi sebagai berikut:

1. Fisik dengan indikator: Gugup saat membayangkan wawancara kerja, sulit berbicara saat berdiskusi atau ditanya tentang pekerjaan, merasakan jantung berdebar, tubuh gemetaran, sulit bernafas, Mengalami gangguan tidur dan gangguan pencernaan ketika membayangkan dunia kerja dan sulitnya mencari pekerjaan.
2. Behavioral dengan indikator: Perilaku menghindar, Mengalihkan pembicaraan saat berdiskusi atau ditanya mengenai pekerjaan, tidak mampu mengontrol aktivitasnya, dan aktivitas sehari-hari menjadi berantakan saat memikirkan dunia kerja.
3. Kognitif dengan Indikator: Merasa ilmu yang dimiliki belum cukup untuk memasuki dunia kerja, Memikirkan kemungkinan-kemungkinan yang akan menjadi masalah dalam dunia kerja seperti seleksi, penampilan, gaji, dan pendapat orang lain.

Skor yang didapat akan menunjukkan tingkat kecemasan pada sarjana S1 dalam menghadapi dunia kerja, semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi pula kecemasan yang dimiliki, dan sebaliknya semakin rendah skor yang didapat maka semakin rendah kecemasan yang dimiliki.



## 2. *Psychological Well-Being (PWB)*

*Psychological well-being* adalah kondisi sejahtera yang membuat individu mampu berfungsi secara baik saat mengevaluasi diri sendiri yang berimplikasi pada penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan pribadinya dalam menghadapi situasi dan problematika dunia kerja. *Psychological well-being* diukur menggunakan skala yang di susun oleh Ibil berdasarkan teori Ryff (dalam Ibil, 2013) yang selanjutnya dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian. Lebih lengkapnya aspek-aspek dan indikator sebagai berikut:

1. Penerimaan diri dengan indikator: Percaya dan yakin pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dunia kerja, terhindar dari rasa kecewa dengan kekurangan yang dimiliki dan menganggap kekurangannya tidak akan menjadi hambatan dalam dunia kerja.
2. Hubungan positif dengan orang lain dengan indikator: Hubungan yang hangat saling mempercayai, mampu menjalin hubungan dengan orang lain. Sehingga memudahkan ia untuk memasuki dunia kerja.
3. Otonomi dengan indikator: Mampu menentukan keputusan bagi diri sendiri, memilih pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan dan minatnya, tahan terhadap tekanan sosial dalam menghadapi dunia kerja.
4. Penguasaan Lingkungan dengan indikator: Kemampuan mengatur kegiatan, mampu menghadapi lingkungan yang menuntutnya untuk segera mendapat pekerjaan, mampu mengelola tanggungjawabnya sehingga tidak sulit baginya untuk memasuki dunia kerja.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

5. Tujuan hidup dengan indikator: Memiliki tujuan dan arah hidup yang jelas, tahu apa yang hendak ia capai dalam dunia kerja.
6. Pengembangan pribadi dengan indikator: Memiliki keinginan untuk terus belajar dan mengembangkan diri, Terbuka dengan pengalaman baru, dan mampu beradaptasi di lingkungan baru.

Skor yang didapat akan menunjukkan tingkat *psychological well-being* pada sarjana S1 dalam menghadapi dunia kerja, semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki, dan sebaliknya semakin rendah skor yang didapat maka semakin rendah *psychological well-being* yang dimiliki.

#### D. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah berjumlah 60 orang sarjana S1 yang belum bekerja di kota Pekanbaru Riau. Jumlah populasi dan sampel yang dipilih penulis merujuk pada pendapat Gay (dalam Idrus, 2009) bahwa untuk penelitian korelasional, besar sampel minimum berjumlah 30 subjek. Subjek bersifat heterogen sehingga peneliti menentukan subjek penelitian dengan menetapkan beberapa kriteria subjek.

Adapun kriteria subjek sebagai berikut :

1. Sarjana S1
2. Tidak bekerja
3. Belum memiliki pengalaman kerja
4. Berorientasi untuk memasuki dunia kerja



## 5. Berada pada usia dewasa awal (21-30 tahun)

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *incidental sampling*. *Incidental sampling* adalah dimana peneliti pemula merasa kebingungan untuk menentukan siapa yang sebaiknya dijadikan subjek dalam penelitiannya. Setelah berhasil mengidentifikasi unit analisisnya, peneliti langsung memberikan skala/instrumen/angket kepada subjek yang berada di unit analisisnya, tanpa terlebih dahulu mengetahui secara pasti kondisi subjek tersebut (Idrus, 2009).

### E. Metode Pengumpulan Data

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan skala kecemasan dan skala *psychological well-being*.

#### 1. Skala Kecemasan

Skala ini disusun berdasarkan pada teori kecemasan menurut Nevid, Rathus, Greene (2003) yang menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Skala ini disusun berdasarkan ciri-ciri kecemasan yang di kemukakan oleh Nevid, Rathus, Greene (2003). Yaitu ciri-ciri fisik, behavioral, dan kognitif dari kecemasan. Ciri-ciri kecemasan tersebut yang kemudian oleh peneliti digunakan sebagai aspek pada skala penelitian.

Skala ini terdiri dari 35 pernyataan. Penilaian untuk pernyataan *favourable* dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS)= 4, Sesuai (S)= 3, Kurang Sesuai (KS)= 2, Tidak Sesuai (TS)= 1.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.1**  
**Blue Print Skala Kecemasan (untuk try out)**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
Fisik	gugup saat membayangkan wawancara kerja, sulit berbicara saat berdiskusi atau ditanya tentang pekerjaan, jantung berdebar dan tangan berkeringat saat mendengar atau melihat berita tentang dunia kerja, mengalami gangguan tidur dan gangguan pencernaan ketika membayangkan dunia kerja dan sulitnya mencari pekerjaan.	1, 5, 14, 16, 19, 22, 23, 26,	4, 8,	10
Behavioral	perilaku menghindar, mengalihkan pembicaraan saat berdiskusi atau ditanya mengenai pekerjaan, aktivitas sehari-hari menjadi berantakan saat memikirkan dunia kerja.	2, 3, 24, 28, 30	10, 18, 29, 35, 13,	10
Kognitif	merasa ilmu yang dimiliki belum cukup untuk memasuki dunia kerja, memikirkan kemungkinan-kemungkinan yang akan menjadi masalah dalam dunia kerja seperti seleksi, penampilan, gaji, dan pendapat orang lain.	6, 9, 20, 11, 34, 27, 12, 31, 32,	7, 15, 21, 33, 17, 25,	15
Jumlah		22	13	35

Keterangan: F untuk *favourabledan* UF untuk *unfavourable*

## 2. Skala *Psychological Well-Being*

Skala ini mengacu pada skala yang disusun oleh Ibil berdasarkan teori Ryff (dalam Ibil, 2013) yang terdiri dari enam dimensi pendukung, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan pribadi. Selanjutnya dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian. Skala ini terdiri dari 42 pernyataan. Penilaian untuk pernyataan *favourable* dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS)= 4, Sesuai (S)= 3, Kurang Sesuai (KS)= 2, Tidak Sesuai (TS)= 1.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultanah Rifa'iyah Kim Riau

**Tabel 3.2**  
**Blue Print Skala Psychological Well-Being (untuk try out)**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
Penerimaan diri	percaya dan yakin pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dunia kerja, terhindar dari rasa kecewa dengan kekurangan yang dimiliki dan menganggap kekurangannya tidak akan menjadi hambatan dalam dunia kerja	2, 12, 18, 22,	3, 7, 34	7
Hubungan positif dengan orang lain	Hubungan yang hangat saling mempercayai dan peduli, mampu menjalin hubungan dengan orang lain. Sehingga memudahkan ia untuk memasuki dunia kerja	1, 6, 38, 23	5, 11, 21	7
Otonomi	mampu menentukan keputusan bagi diri sendiri, memilih pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan dan minatnya, dan tahan terhadap tekanan sosial dalam menghadapi dunia kerja	4, 8, 25, 31, 40	14, 17	7
Penguasaan lingkungan	memiliki kemampuan mengatur kegiatan, lingkungan, dan tanggungjawabnya. Sehingga tidak sulit baginya untuk memasuki dunia kerja.	15, 24, 26, 42, 32	9, 16,	7
Tujuan hidup	memiliki tujuan dan arah hidup yang jelas, tahu apa yang hendak ia capai dalam dunia kerja	10, 19, 30, 33	28, 41, 37	7
Pengembangan pribadi	memiliki keinginan untuk terus belajar dan mengembangkan diri, terbuka dengan pengalaman dan mampu beradaptasi di lingkungan baru.	13, 27, 29, 36, 39	20, 35	7
Jumlah		26	16	42

Keterangan: F untuk *favourable* dan UF untuk *unfavourable*

## F. Uji Coba Alat Ukur

Agar data penelitian memiliki kualitas yang baik maka peneliti melakukan uji coba alat ukur. Uji coba diberikan kepada 55 sarjana S1 yang belum bekerja di Pekanbaru, Riau. Alat ukur yang diuji cobakan yaitu skala Kecemasan yang terdiri dari 35 aitem dan skala *psychological well-being* yang terdiri dari 42 aitem.



Uji coba alat ukur ini dilakukan untuk mengetahui sejauhmana keakuratan, kecermatan, dan keajegan alat ukur yang digunakan dalam melakukan pengukuran dan sejauhmana hasilnya dapat dipercaya serta untuk mendapatkan aitem-aitem yang layak digunakan sebagai alat ukur. *Try out* dilakukan di Pekanbaru pada tanggal 01-22 Mei 2016.

## G. Validitas, Daya Diskriminasi Aitem, Reliabilitas

### 1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2009).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement*. Dalam hal ini, pengujian validitas isi dilakukan oleh dosen pembimbing dan narasumber.

### 2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem atau daya beda adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012). Pemilihan aitem



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berdasarkan korelasi aitem-total. Pemilihan ini dilakukan pertama dengan memperhatikan bahwa koefisien korelasi aitem-total minimal adalah  $r_{iX} = 0,30$ . Setelah itu, bila dalam dimensi yang bersangkutan ternyata jumlah aitem yang memenuhi syarat tersebut masih kurang dari jumlah aitem yang direncanakan, maka diambil aitem dalam dimensi itu juga yang  $r_{iX}$ -nya sedikit lebih rendah (Azwar, 2012).

Dalam penelitian ini indeks daya beda aitem dilihat menggunakan program komputerisasi *SPSS 17.0 for windows*. Peneliti menyatakan aitem valid jika memenuhi batasan minimum  $r_{iX} = 0,30$ . Pada skala kecemasan terdapat 8 aitem yang gugur dengan koefisien korelasi aitem-total berkisar antara 0,332 sampai 0,820. Hasil *try out* dapat dilihat pada tabel 3.3 berikut ini:

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Skala Kecemasan (Hasil Try Out)**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jlh
		<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Fisik	gugur saat membayangkan wawancara kerja, sulit berbicara saat berdiskusi atau ditanya tentang pekerjaan, jantung berdebar dan tangan berkeringat saat mendengar atau melihat berita tentang dunia kerja, mengalami gangguan tidur dan gangguan pencernaan ketika membayangkan dunia kerja dan sulitnya mencari pekerjaan.	,5,14, 16,19,- 2,23, 6		8	4	10
Behavioral	perilaku menghindar, mengalihkan pembicaraan saat berdiskusi atau ditanya mengenai pekerjaan, aktivitas sehari-hari menjadi berantakan saat memikirkan dunia kerja.	2,3,24, 28	30	13,35	10, 18, 29	10

Kognitif	merasa ilmu yang dimiliki belum cukup untuk memasuki dunia kerja, memikirkan kemungkinan-kemungkinan yang akan menjadi masalah dalam dunia kerja seperti seleksi, penampilan, gaji, dan pendapat orang lain.	6,9,20, 7,11, 34,27, 31,32	-	12,21,25	15, 17, 33	15
Jumlah		21	1	6	7	35

Keterangan: Jlh untuk Jumlah

Dari tabel di atas terlihat bahwa terdapat 8 aitem yang gugur. Aitem yang terpilih sebagai aitem penelitian berjumlah 27 aitem. Setelah dilakukan penyusunan nomor aitem, berikut adalah *Blue print* skala kecemasan untuk penelitian yang dapat dilihat pada tabel 3.4:

**Tabel 3.4**  
**Blue Print pada Skala Kecemasan (untuk Penelitian)**

Aitem Pernyataan					
Aspek	Indikator	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Jumlah	
Fisik	gugup saat membayangkan wawancara kerja, sulit berbicara saat berdiskusi atau ditanya tentang pekerjaan, jantung berdebar dan tangan berkeringat saat mendengar atau melihat berita tentang dunia kerja, mengalami gangguan tidur dan gangguan pencernaan ketika membayangkan dunia kerja dan sulitnya mencari pekerjaan.	1, 4, 12, 13, 14, 17, 18, 21,	7	9	
Behavioral	perilaku menghindari, mengalihkan pembicaraan saat berdiskusi atau ditanya mengenai pekerjaan, aktivitas sehari-hari menjadi berantakan saat memikirkan dunia kerja.	2, 3, 19, 23,	27, 11,	6	
Kognitif	merasa ilmu yang dimiliki belum cukup untuk memasuki dunia kerja, memikirkan kemungkinan-kemungkinan yang akan menjadi masalah dalam dunia kerja seperti seleksi, penampilan, gaji, dan pendapat orang lain.	5, 8, 15, 6, 9,26, 22, 24, 25,	16, 10, 20,	12	
Jumlah		21	6	27	



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Pada skala *psychological well-being* terdapat 4 aitem yang gugur dengan koefisien korelasi aitem-total berkisar antara 0,317 sampai 0,700. Hasil *try out* dapat dilihat pada tabel 3.5 berikut ini:

**Tabel 3.5**  
**Blue Print Skala Psychological Well-Being (Hasil Try Out )**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jlh
		Favourable		Unfavourable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Penerimaan diri	percaya dan yakin pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dunia kerja, terhindar dari rasa kecewa dengan kekurangan yang dimiliki dan menganggap kekurangannya tidak akan menjadi hambatan dalam dunia kerja.	2, 12, 18, 22	-	3, 7, 34	-	7
Hubungan dengan orang lain	positifHubungan yang hangat saling mempercayai dan peduli, mampu menjalin hubungan dengan orang lain. Sehingga memudahkan ia untuk memasuki dunia kerja	1, 38, 23	6	5, 11, 21	-	6
Otonomi	mampu menentukan keputusan bagi diri sendiri, memilih pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan dan minatnya, dan tahan terhadap tekanan sosial dalam menghadapi dunia kerja	4, 8, 25, 40	31	14, 17	-	6



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Penguasaan lingkungan	memiliki kemampuan mengatur kegiatan, lingkungan, dan tanggungjawabnya. Sehingga tidak sulit baginya untuk memasuki dunia kerja.	5, 26, 42, 32	24	9, 16	-	6
Tujuan hidup	memiliki tujuan dan arah hidup yang jelas, tahu apa yang hendak ia capai dalam dunia kerja.	19, 30, 33	10	28, 41, 37	-	6
Pengembangan pribadi	memiliki keinginan untuk terus belajar dan mengembangkan diri, terbuka dengan pengalaman dan mampu beradaptasi di lingkungan baru.	13, 27, 29, 36, 39	-	20, 35	-	7
Jumlah		19	4	15		38

Keterangan: Jlh untuk Jumlah

Dari tabel di atas terlihat bahwa terdapat 4 aitem yang gugur. Aitem yang layak sebagai aitem penelitian berjumlah 38 aitem. Namun peneliti merencanakan 30 aitem dalam skala penelitian, dimana setiap aspek terwakili oleh 5 aitem. Menurut Azwar (2012) apabila aitem yang memiliki koefisien korelasi aitem-total sama dengan atau lebih besar dari 0,30 jumlahnya melebihi jumlah aitem yang dispesifikasikan dalam rencana dalam rencana untuk dijadikan skala, maka dapat dipilih aitem-aitem yang memiliki indeks daya beda tertinggi. Setelah dilakukan penyusunan nomor aitem, berikut adalah *Blue print* skala PWB untuk penelitian yang dapat dilihat pada tabel 3.6:

**Tabel 3.6**  
**Blue Print Skala Psychological Well-Being (untuk Penelitian)**

Aitem Pernyataan				
Aspek	Indikator	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	Jumlah
Penerimaan diri	Mengakui dan menerima kelebihan dan kekurangan diri, berperasaan positif terhadap masa lalu, terhindar dari perasaan kecewa.	2, 8, 15,	4, 24	5
Hubungan positif dengan orang lain	Hubungan yang hangat saling mempercayai dan peduli, mampu menjalin hubungan dengan orang lain.	1, 26, 16	7, 14	5
Otonomi	Mampu menentukan keputusan bagi dirinya sendiri, mengatur hidup dan tingkah laku sendiri, mampu menentukan nasib, tahan terhadap tekanan sosial serta mampu mengevaluasi diri.	3, 5, 28	10, 12	5
Penguasaan lingkungan	Kemampuan menata kegiatan dan lingkungan.	17, 30, 22	6, 11,	5
Tujuan hidup	Memiliki tujuan hidup dan arah hidup, dan memiliki makna hidup.	13, 21, 23	19, 29	5
Pertumbuhan pribadi	Kemampuan beradaptasi dengan perubahan, mengembangkan potensi diri serta memiliki minat	9, 18, 20, 27	25	5
Jumlah		19	11	30

### 3. Reliabilitas

Menurut Azwar (2009) Reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti keterpercayaan, keterandalan, kejelasan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas ( $r_{xx'}$ ). Walaupun secara teoritik besarnya koefisien reliabilitas berkisar mulai dari 0,0 sampai dengan 0,1 akan tetapi pada kenyataannya koefisien sebesar 0,1 dan sekecil 0,0 tidak pernah dijumpai.

Analisis data reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS statistics 17.0*. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala kecemasan memiliki reliabilitas sebesar 0,92 sedangkan reliabilitas skala *psychological well-being* sebesar 0,91. Dari uji reliabilitas tersebut dapat disimpulkan bahwa skala dari masing-masing variabel cukup bagus karena mendekati angka 1.

## H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah suatu metode atau cara yang digunakan untuk mengolah dan menganalisis data hasil penelitian yang telah dilaksanakan, untuk kemudian diuji kebenarannya. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan model analisis korelasi *Pearson Product Moment*. Dimana teknik korelasi *Pearson Product Moment* dapat digunakan untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2013).