

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasi. Menurut Arikunto (2002) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang datanya berupa angka-angka, sedangkan teknik korelasi adalah meneliti hubungan hubungan di antara variabel-variabel yang diteliti, sejauh mana variabel satu berhubungan dengan variabel yang lain. Penelitian ini akan menghubungkan optimisme dengan depresi pada remaja.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian, adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian (Suryabrata, 2008). Identifikasi terhadap variabel penelitian bertujuan untuk memperjelas dan membatasi masalah serta menghindari pengumpulan data yang tidak diperlukan. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Identifikasi terhadap variabel penelitian bertujuan untuk memperjelas dan membatasi masalah serta menghindari pengumpulan data yang tidak diperlukan.

Yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas (X) : Optimisme
2. Variabel terikat (Y) : Depresi

C. Definisi Operasional Variabel

Dalam penelitian ini, definisi operasional dari variabel yang di teliti adalah sebagai berikut:

1. Optimisme

Optimisme adalah sikap positif mengenai suatu keadaan yang sedang dihadapi, memandang segala sesuatu dari sisi dan kondisi yang baik, serta harapan untuk mendapatkan hasil yang terbaik dari situasi yang dihadapinya. Optimisme diungkapkan dengan skala optimisme yang disusun berdasarkan tiga aspek optimisme oleh Seligman (2008) yaitu *permanent*, *pervasive*, dan *personalization*.

2. Depresi

Depresi adalah suatu gangguan perasaan tidak ada harapan pada remaja yang ditandai dengan kemurungan, sedih, terpuruk, putus asa, mengasihani diri sendiri, rasa bersalah, yang mendalam dan berkelanjutan sehingga kehilangan minat dalam berbagai aktivitas sehari-hari serta menarik diri hingga hilangnya kegairahan hidup yang berlangsung sekurang-kurangnya dalam periode waktu paling sedikit dua minggu. Keadaan depresi diungkap dengan skala BDI (*Beck Depression Inventory*) dari Beck yang mewakili 21 simptom depresi. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala BDI berarti semakin berat depresi individu, begitu pula sebaliknya.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang akan diteliti (Arikunto, 2006). Sebagai populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMAN 3 Kecamatan Sungai Apit yang berjumlah 345 orang. Rincian populasi bisa dilihat pada tabel 3.1:

Tabel 3.1
Keadaan Populasi siswa-siswi SMAN 3 Kecamatan Sungai Apit kelas X dan XI

Lokal	Kelas X	Kelas XI
A	35	35
B	35	30
C	35	35
D	35	35
E	35	35
Jumlah	175	170

2. Sampel

Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang akan diteliti atau dianalisis dan memiliki ciri-ciri yang sama dengan populasi, tetapi sebelumnya harus menentukan luas dan sifat-sifat populasi serta memberikan batasan-batasan yang tegas (Azwar, 2004).

Pada penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah siswa-siswi SMAN 3 Kecamatan Sungai Apit kelas X dan XI berjumlah 86 orang. Arikunto (2002) berpendapat bahwa jika jumlah subjeknya besar dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Karena dalam penelitian ini jumlah populasinya 345, maka peneliti mengambil 25% dari jumlah populasi yaitu 86 siswa untuk dijadikan subjek penelitian.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini, sampel penelitian yang akan diteliti adalah siswa-siswi SMAN 3 Kecamatan Sungai Apit kelas X dan XI. Arikunto berpendapat (1998) untuk memperoleh sampel yang representatif, pengambilan subjek dari setiap strata atau wilayah (tingkatan) ditentukan seimbang atau sebanding dengan banyaknya subjek dalam masing-masing strata atau wilayah.

Menurut Arikunto (1998) jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. Berdasarkan pendapat tersebut, maka peneliti mengambil subjek sampel sebanyak 25% dari jumlah populasi sebanyak 345 orang sehingga diperoleh sebanyak 86 orang sampel penelitian. Adapun siswa yang dijadikan sampel penelitian dipilih secara acak dari masing-masing tingkatan dengan batas jumlah sampel ditentukan banyaknya sesuai dengan ketentuan di atas. Dengan demikian siswa memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden.

Pada umumnya teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian memang tidak tunggal, tetapi gabungan dari dua atau tiga teknik. Dalam kasus ini dari 345 siswa dilakukan secara acak dari tingkat-tingkat lain dengan proporsi yang telah peneliti tentukan yakni 25% maka sudah tiga teknik yang kita gunakan, yakni berstrata, proporsional dan acak. Teknik pengambilan sampel ini disebut teknik *stratified random sampling* (Arikunto, 1998).

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara-cara yang dapat dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Pengumpulan data didapatkan dari instrumen

penelitian yang digunakan peneliti sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data penelitian. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala optimisme dan depresi.

1. Skala Optimisme

Teori yang digunakan dalam skala ini adalah teori Seligman (2008) yaitu *permanent, pervasive, dan personalization*. Model skala optimisme menggunakan model modifikasi skala Likert yang dibuat dalam empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral untuk menghindari *central tendency effect* (Hadi, 1990). Dimana penilaian untuk pernyataan *favourable* diberi dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS)=4, Sesuai (S)=3, Tidak Sesuai (TS)=2, Sangat Tidak Sesuai (STS)=1. Sedangkan penilaian untuk pernyataan *unfavourable* diberi ketentuan sebagai berikut: Sangat Tidak Sesuai (STS)=4, Tidak Sesuai (TS)=3, Sesuai (S)=2, Sangat Sesuai (SS)=1.

Tabel 3.2

Blue print try out optimisme

No	Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Permanensi	1, 2, 6, 7, 8	3, 4, 5, 9, 10, 11	11
2.	Pervasif	12, 13, 14, 17, 18, 19	15, 16, 20, 21, 22	11
3.	Personalisasi	23, 24, 25, 29, 30, 31	26, 27, 28, 32, 33, 34	12
	Jumlah	17	17	34

2. Skala BDI

The Beck Depression Inventory (BDI) disusun oleh Aaron T. Beck berdasarkan observasi dan catatannya mengenai sikap dan simtom pasien selama proses psikoterapi (1996) *Beck Depression Inventory* (BDI), terdiri dari 21

aitem *self-report* yang mengukur gejala-gejala depresif dan tingkat keparahannya. Peneliti menggunakan skala BDI yang telah diadaptasi oleh peneliti untuk mengukur tinggi rendahnya depresi yang dialami oleh siswa-siswi.

Melalui seleksi, Beck menyusun menjadi 21 kategori sebagai berikut: kesedihan, pesimisme, perasaan gagal, ketidakpuasan, perasaan bersalah, perasaan dihukum, rasa tidak suka terhadap diri sendiri, menyalahkan diri sendiri, ide bunuh diri, menangis, iritabilitas, menarik diri dari hubungan sosial, ketidakmampuan mengambil keputusan, perubahan citra tubuh, hilangnya nafsu makan, hilangnya berat badan, preokupasi somatik, dan hilangnya dorongan seksual.

Interpretasi dari hasil penjumlahan skor BDI (Marnat, dalam Sari & Basri, 2007:115):

- 4 < : Ada kemungkinan menyangkal depresi, *faking good*, dibawah skor normal.
- 5-9 : Tanpa depresi atau depresi minimal
- 10-18 : Depresi ringan menuju depresi sedang
- 19-29 : Depresi sedang menuju depresi berat
- 30-36 : Depresi berat (*severe*)
- > 40 : Diatas depresi berat, diperkirakan ada kemungkinan melebihi-lebihkan depresi, ada kemungkinan memiliki karakteristik gangguan kepribadian *histrionic* atau *borderline*.

Penilaian untuk tiap pernyataan diberi dengan ketentuan skor. Masing-masing aitem tersebut disusun berjenjang, merefleksikan beratnya simptom dari netral sampai terberat dengan nilai 0 – 3.

F. Validitas dan Reliabilitas

Sebelum penelitian ini dilaksanakan, maka alat ukur yang digunakan harus diuji coba (*tryout*) terlebih dahulu. *Tryout* ini bertujuan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas alat ukur yang akan digunakan. Dengan kata lain agar butir-butir pernyataan dalam kedua skala tersebut benar-benar dapat mengukur apa yang ingin diukur.

Setelah melakukan *tryout*, selanjutnya dilakukan penskoran terhadap hasil yang diterima dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas dari keseluruhan skala optimisme dan depresi yang tersebar dengan menggunakan analisis program *SPSS 17.0 for Windows*.

1. Uji Validitas

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

Jenis validitas dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengukuran terhadap isi tes dengan analisis rasional atau *professional judgment* (Azwar, 2009). Dalam hal ini, *professional judgment* dilakukan oleh dosen pembimbing dan narasumber seminar.

Pengujian tingkat validitas alat ukur dilakukan dengan mengkorelasikan antara skor setiap pernyataan (aitem) dengan skor total skala, dengan kriteria pemilihan aitem di atas 0,30. Indeks daya beda ini digunakan untuk mengetahui seberapa baik kesesuaian indikator optimisme terhadap subjek penelitian sebagai satu-satunya variabel yang perlu diujicobakan. Indeks daya beda merupakan koefisien yang menunjukkan bahwa fungsi aitem selaras dengan fungsi tes. Aitem yang memiliki indeks daya beda baik merupakan aitem yang konsisten karena mampu menunjukkan perbedaan antar subjek pada aspek yang diukur dengan skala bersangkutan (Azwar, 2010). Indeks daya beda merupakan indikator konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang diistilahkan konsistensi aitem-total (Azwar, 2010).

Menurut Azwar (2009), umumnya skala psikologi yang digunakan untuk menentukan indeks daya diskriminasi di atas 0,30 atau diatas 0,25 sudah dianggap mengindikasikan daya diskriminasi yang baik. Namun, apabila jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan maka peneliti dapat menurunkan batasan kriteria 0,30 menjadi 0,25. Dalam penelitian ini peneliti menentukan daya diskriminasi di atas 0,30. Dengan demikian aitem koefisien < 0,30 dinyatakan tidak valid, sedangkan aitem yang dianggap valid adalah aitem dengan koefisien korelasi $\geq 0,30$. Oleh karena itu, pengukuran indeks daya beda dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi skor subjek pada aitem dengan skor tes (konsistensi aitem total).

Hasil analisis 20 aitem optimisme (X) yang telah diujicoba terdapat 9 aitem yang gugur dan 25 aitem yang sah (valid), dengan koefisien korelasi aitem

total di atas 0,30 yaitu berkisar antara 0,330 – 0,850. Berikut ini menunjukkan *blueprint* skala optimisme (X) dengan aitem yang valid dan gugur setelah dilakukan uji coba (*tryout*), dapat dilihat pada tabel 3.3 berikut:

Tabel 3.3
Blueprint optimisme yang valid dan gugur

No	Dimensi	Favorabel		Unfavorabel		Jumlah
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	Permanensi	1, 2, 6, 7, 8	-	3, 5, 10, 11	4, 9,	11
2.	Pervasif	13, 14, 18, 19	12, 17,	16, 20, 21, 22	15,	11
3.	Personalisasi	24, 25, 29, 30, 31	23,	32, 33, 34	26, 27, 28,	12
	Jumlah	14	3	11	6	34

Berdasarkan hasil uji indeks daya beda aitem yang valid dan gugur, maka disusun *blue print* skala optimisme (X) yang akan digunakan untuk penelitian.

Uraianya dapat dilihat secara rinci dalam tabel 3.4, sebagai berikut:

Tabel 3.4
Blue print optimisme untuk penelitian

No	Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	Permanensi	1, 2, 5, 6, 7	3, 4, 8, 9	9
2.	Pervasif	10, 11, 13, 14	12, 15, 16, 19	8
3.	Personalisasi	18, 19, 20, 21, 22	23, 24, 25	8
	Jumlah	14	14	25

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mempunyai pengertian keterpercayaan, keandalan, kejegan, kestabilan, konsistensi. Namun, ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat di percaya (Azwar, 2009). Dalam penelitian ini, reliabilitas dihitung dengan menggunakan rumus koefisien reliabilitas alpha diperoleh lewat penyajian suatu bentuk skala yang

dikenakan hanya sekali saja pada kelompok responden (Azwar, 2003). Skala yang akan diestimasi di belah menjadi dua, sehingga setiap belahan berisi aitem dengan jumlah yang sama banyak.

Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas ($r_{xx'}$) yang angkanya berada pada rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya dan sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 (nol) berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2009).

Dari perhitungan dengan menggunakan program SPSS 17.0 *for windows* diketahui nilai koefisien alpha reliabilitas optimisme (X) dari 25 aitem yang valid adalah 0,957. Semakin dekat dengan skor 1,00, maka instrumen skala optimisme dinyatakan reliabel dan dapat dipergunakan sebagai alat pengumpulan data.

G. Analisis Data

Analisa data yang digunakan penelitian ini adalah analisis statistik *product moment* dari Pearson yang digunakan untuk mengetahui hubungan variabel X (optimisme) dengan variabel Y (depresi) yang dianalisa dengan menggunakan bantuan program SPSS 17.0 *For Windows*.