

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat kesejahteraan psikologis individu paruh baya secara sistematis dan akurat¹. Metode yang digunakan adalah metode survei, dengan teknik pengumpulan data berupa penyebaran angket kepada subjek yang memenuhi kriteria. Penelitian ini bertujuan untuk menyajikan gambaran kuantitatif mengenai kecenderungan dan kondisi kesejahteraan psikologis berdasarkan dimensi-dimensi yang telah ditentukan dalam teori Carol Ryff². Dengan demikian, penelitian ini menitikberatkan pada analisis data numerik untuk mendeskripsikan karakteristik individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa di TPA Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di TPA Hidayatul Ilmi Paliat, yang terletak di jalan A. Yani, Desa Paliat RT.03 (samping kantor desa), Kecamatan Kelua, Kabupaten Tabalong, Provinsi Kalimantan Selatan, Indonesia.

¹ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Psikologi*, II (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018).

² John W Creswell, *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*, 3rd ed. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017).

Alasan peneliti memilih TPA Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua sebagai lokasi penelitian adalah :

1. Sesuai dengan subjek penelitian : TPA Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua memiliki metode Tilawati Dewasa yang diikuti oleh cukup banyak individu paruh baya secara aktif, sehingga sesuai dengan fokus penelitian mengenai kesejahteraan psikologis pada kelompok usia tersebut.
2. Populasi yang relevan : Lokasi ini menyediakan populasi target penelitian yang relevan dengan usia paruh baya (40-60 tahun), sehingga memungkinkan diperolehnya data yang representatif untuk menggambarkan tingkat kesejahteraan psikologis paruh baya.
3. Ketersediaan Data: Di TPA ini, metode Tilawati Dewasa sudah diterapkan dan berjalan dengan baik dan aktif, sehingga memungkinkan saya mendapatkan data yang relevan.
4. Dukungan Aksesibilitas dan Kemudahan Koordinasi: Lokasi penelitian dipilih karena memiliki tingkat aksesibilitas yang baik dan memungkinkan koordinasi yang lancar dengan pihak pengelola TPA. Hal ini mendukung efisiensi dalam proses pengumpulan data serta meminimalkan kendala administratif selama penelitian berlangsung.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merujuk pada individu yang memberikan informasi mengenai situasi dan kondisi di lokasi penelitian³. Dalam konteks penelitian ini, subjek penelitian adalah para Santri/wati TPA Hidayatul Ilmi yang usia mereka menginjak usia paruh baya .

2. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah fenomena atau hal yang menjadi pusat perhatian dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, objek penelitian yaitu:

a. Kesejahteraan Psikologis Individu Paruh Baya

Objek ini adalah hasil yang diukur dan dijadikan fokus utama penelitian. Kesejahteraan psikologis mencakup berbagai dimensi seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa, berdasarkan pengukuran terhadap dimensi-dimensi tersebut.

D. Populasi dan Sampel

Menurut Sugiyono, populasi merujuk pada keseluruhan wilayah yang menjadi dasar generalisasi dan terdiri atas objek atau subjek yang memiliki ciri-ciri tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti

³ Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Antasari Press, 2018, [https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR METODOLOGI PENELITIAN.pdf](https://idr.uin-antasari.ac.id/10670/1/PENGANTAR%20METODOLOGI%20PENELITIAN.pdf).

akan menganalisis seluruh elemen dalam populasi tersebut untuk menarik kesimpulan yang dapat diterapkan secara umum. Sementara itu, Arikunto menjelaskan bahwa populasi mencakup keseluruhan objek yang menjadi fokus penelitian. Oleh karena itu, apabila peneliti bermaksud meneliti seluruh unsur dalam wilayah penelitian tanpa satu pun yang dikecualikan, maka hal tersebut disebut sebagai populasi⁴.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri paruh baya yang mengikuti metode Tilawati dewasa di TPA Hidayatul Ilmi yang berjumlah 60 orang. Berikut data santri terdiri dari berbagai kategori yaitu sebagai berikut:

tabel 3. 1 data santri paruh baya di tpa hidayatul ilmi

No	Kategori	Jumlah Santri
1.	Tilawati Dewasa Jilid 2 pr	12 Santri
3.	Tilawati Dewasa Jilid 3 pr	5 Santri
4.	Tilawati Dewasa Jilid 4 pr	7 Santri
5.	Tilawati Dewasa Jilid 4 pr	7 Santri
6.	Tilawati Dewasa Jilid 5 pr	6 Santri
7.	Tilawati Dewasa Jilid 5 lk	3 Santri
8.	Tilawati Dewasa Jilid 6 pr	8 Santri
9.	Al-Qur'an pr	7 Santri
10	Al- Qur'an lk	5 Santri
Jumlah		60 Santri

Berdasarkan total populasi yang ada, peneliti menetapkan seluruh santri paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa sebagai sampel penelitian.

⁴ Iche Andriyani Liberty Eddy Roflin, *Populasi, Sampel, Variabel Dalam Penelitian Kedokteran* (NEM, 2021).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu mengambil seluruh populasi yang memenuhi kriteria sebagai sampel.

Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah individu yang berusia 40–60 tahun, aktif mengikuti metode Tilawati Dewasa, dan bersedia menjadi subjek penelitian. Total sampel yang diperoleh adalah 60 orang.

E. Sumber Data

Data adalah fakta atau informasi yang didapat melalui proses pengukuran, baik berupa data numerik maupun deskriptif yang dapat digunakan sebagai bahan analisis dalam suatu penelitian. Menurut Edi Riadi yang tertera di penelitian Sari dan Zefri⁵, data yang dipakai dalam penelitian ini diklasifikasikan menjadi dua jenis, yaitu:

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini meliputi informasi yang dikumpulkan secara langsung dari subjek, yaitu individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa di TPA Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua. Informasi tersebut diperoleh melalui pengisian skala kesejahteraan psikologis yang mengukur berbagai dimensi yaitu, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Data ini kemudian diolah secara statistik untuk menggambarkan tingkat kesejahteraan psikologis individu paruh baya secara kuantitatif.

⁵ Meita Sekar Sari and Muhammad Zefri, "Pengaruh Akuntabilitas, Pengetahuan, Dan Pengalaman Pegawai Negeri Sipil Beserta Kelompok Masyarakat (Pokmas) Terhadap Kualitas Pengelola Dana Kelurahan Di Lingkungan Kecamatan Langkapura," *Jurnal Ekonomi* 21, no. 3 (2019): 311.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan informasi yang diperoleh secara tidak langsung dari objek penelitian. Data ini dapat diperoleh melalui sumber seperti situs internet atau berbagai referensi lain yang relevan dengan topik penelitian.

F. Teknik pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui angket atau kuesioner. Kuesioner, yang juga dikenal sebagai angket, adalah metode di mana peneliti menyediakan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada subjek. Tujuan dari metode ini adalah untuk memperoleh data langsung dari individu yang menjadi subjek penelitian. Setelah menerima kuesioner, subjek diminta untuk mengisinya secara mandiri berdasarkan pemahaman dan pengalaman mereka tanpa tekanan atau paksaan dari pihak manapun. Proses ini memungkinkan subjek memberikan jawaban yang jujur dan terbuka, sehingga data yang diperoleh dapat mencerminkan kondisi atau pendapat mereka dengan akurat. Penggunaan kuesioner ini juga memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data dalam jumlah besar dalam waktu yang relatif singkat, serta mempermudah analisis data karena jawaban yang diberikan telah terstruktur sesuai dengan format pertanyaan yang ada⁶.

⁶ Vivi Herlina, *Panduan Praktis Mengolah Data Kuesioner Menggunakan SPSS* (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2019).

Menurut Kriyantono, skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi individu atau kelompok terhadap suatu peristiwa atau fenomena sosial. Pengukuran dilakukan dengan menyajikan sejumlah pernyataan kepada subjek, kemudian subjek diminta untuk memilih salah satu dari lima pilihan jawaban yang disediakan, dengan masing-masing opsi memiliki nilai yang berbeda⁷.

Dalam penelitian ini, pernyataan yang diberikan bersifat tertutup, dengan skala penilaian sebagai berikut: Sangat Tidak Setuju (1), Tidak Setuju (2), Netral (3), Setuju (4) dan Sangat Setuju (5).

G. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto, instrument penelitian adalah alat yang dipilih dan digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data secara teratur dan memudahkannya penelitian. Instrumen ini memegang peranan penting dalam metodologi penelitian, karena berfungsi untuk mengumpulkan, memeriksa, dan menyelidiki masalah yang diteliti⁸.

tabel 3. 2 skor skala Likert

Jawaban	Keterangan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	Sangat Setuju	5	1
S	Setuju	4	2
Netral	Tdk Setuju/Tdk Keberatan	3	3
TS	Tidak Setuju	2	4
STS	Sangat Tidak Setuju	1	5

⁷ Suhar Janti, "Analisis Validitas Dan Reliabilitas Dengan Skala Likert Terhadap Pengembangan SI/TI Dalam Penentuan Pengambilan Keputusan Penerapan Strategic Planning Pada Industri Garmen," no. November (2014): 1–203.

⁸ M.Pd Hamni Fadlilah Nasution, "Instrumen Penelitian Dan Urgensinya Dalam Penelitian Kuantitatif," 2015, 6.

Dalam suatu skala pengukuran, item pernyataan dapat dibedakan menjadi dua kategori utama, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* mengacu pada pernyataan yang mencerminkan dukungan atau sikap positif terhadap objek sikap yang diukur. Sebaliknya, item *unfavorable* merujuk pada pernyataan yang menunjukkan sikap tidak mendukung atau bertentangan terhadap objek yang sama. Pengelompokan ini bertujuan untuk menggambarkan dimensi yang lebih luas dari respons individu terhadap objek sikap tertentu. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan adalah kesejahteraan psikologis.

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk menilai kesejahteraan psikologis adalah skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff dan Keyes⁹, serta telah diadaptasi ke dalam konteks bahasa dan budaya Indonesia oleh Rachmayani dan Ramdhani¹⁰. Skala ini terdiri atas 48 aitem dengan nilai korelasi antar aitem berkisar antara 0,304 hingga 0,580, serta menunjukkan tingkat reliabilitas yang baik sebesar 0,912. Selanjutnya, skala ini dimodifikasi oleh Lidya Sesillia¹¹.

Skala ini kemudian disesuaikan lebih lanjut oleh peneliti dengan kebutuhan penelitian berikutnya yang berjudul “Tingkat Kesejahteraan Psikologis Individu Yang Mengikuti Tilawati Dewasa di TPA Hidayatul Ilmi

⁹ Ryff and Keyes, “The Structure of Psychological Well-Being Revisited.”

¹⁰ Dita Rachmayani and Neila Ramdhani, “Language and Cultural Adaptation Psychological Well-Being Scale,” *Proceeding Seminar Nasional Psikometri*, 2014, 253–68.

¹¹ Lidya Sesillia, “Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Masyarakat Miskin,” 2020, 1–135, [https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN SKRIPSI KECUALI BAB IV.pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/29398/1/GABUNGAN%20SKRIPSI%20KECUALI%20BAB%20IV.pdf).

Paliat Kecamatan Kelua”. Modifikasi tersebut dilakukan agar alat ukur lebih relevan dengan konteks dan tujuan penelitian yang diangkat.

tabel 3. 3 blue print skala kesejahteraan psikologis sebelum tryout

NO	DIMENSI	AITEM		JUMLAH
		F	UF	
1	Penerimaan Diri	1,2,3,4,5	6	6
2	Hubungan Positif Dengan Orang Lain	7,8,10,11,12	9, 10	6
3	Otonomi	13, 14, 16, 15, 17	18	6
4	Penguasaan Lingkungan	19, 20, 22, 23	21, 24	6
5	Tujuan Hidup	25, 26, 27,29	28, 30	6
6	Pertumbuhan Pribadi	31, 32, 33, 35	34, 36	6
JUMLAH		25	11	36

Berdasarkan Tabel 3.3, diketahui dimensi penerimaan diri memiliki 6 aitem, hubungan positif terhadap orang lain memiliki 6 aitem, otonomi atau kemandirian memiliki 6 aitem, penguasaan lingkungan memiliki 6 aitem, tujuan hidup memiliki 6 aitem, dan pertumbuhan pribadi memiliki 6 aitem. Total keseluruhan aitem berjumlah 36 aitem, dengan 25 aitem *favorable* dan 11 aitem *unfavorable*.

tabel 3. 4 blue print skala kesejahteraan psikologis sesudah tryout

NO	DIMENSI	AITEM		JUMLAH
		F	UF	
1	Penerimaan Diri	1, 2	3	3
2	Hubungan Positif Dengan Orang Lain	4, 5, 7, 8	6	5
3	Otonomi	9, 10, 11, 12, 13	14	6
4	Penguasaan Lingkungan	15, 16, 18	17	4
5	Tujuan Hidup	19, 20, 21,23	22, 24	6
6	Pertumbuhan Pribadi	25, 26, 27, 29	28, 30	6
JUMLAH		21	9	30

H. Teknik Pengolahan Data

Untuk menjawab rumusan masalah yang telah ditetapkan, peneliti melaksanakan serangkaian tahapan penelitian secara sistematis dan terstruktur. Proses dimulai dengan pengumpulan data melalui penyebaran angket kepada 60 santri paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa di TPA Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua. Sebelumnya, peneliti meminta izin kepada pimpinan TPA untuk melaksanakan penelitian, dan setelah mendapatkan izin, peneliti kembali ke lokasi penelitian untuk memberikan angket kepada subjek.

Setelah data terkumpul, peneliti melakukan pemeriksaan (editing) untuk memastikan bahwa setiap jawaban telah diisi dengan lengkap dan jelas. Langkah ini penting untuk menjamin kualitas data yang akan digunakan dalam tahap analisis selanjutnya.

Tahap berikutnya adalah pemberian skor (scoring), di mana setiap jawaban pada skala kesejahteraan psikologis diberi nilai sesuai pedoman yang telah ditentukan. Setelah skor dihitung, data ditabulasi ke dalam tabel (tabulating) agar lebih terstruktur dan memudahkan analisis lebih lanjut. Tabel-tabel ini digunakan untuk melihat pola dan penyebaran data, serta mempersiapkan tahap interpretasi hasil penelitian.

I. Teknik Analisis Data

Analisis ini dilakukan menggunakan aplikasi IBM SPSS *Statistics 30.0 for Windows*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Uji Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif merupakan Teknik analisis yang digunakan untuk menyajikan atau menggambarkan data yang telah dikumpulkan tanpa bermaksud melakukan generalisasi atau penarikan kesimpulan yang bersifat umum¹². Melalui pendekatan ini, dapat diketahui berbagai ukuran statistic seperti nilai rata-rata (mean), standar deviasi, varian, nilai maksimum, dan nilai minimum”¹³. Informasi tersebut berguna untuk memberikan Gambaran kuantitatif terhadap hasil penelitian secara sistematis.

2. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Validitas merujuk pada tingkat sejauh mana suatu instrumen atau alat ukur mampu secara akurat dan tepat mengukur atribut atau karakteristik tertentu yang memang menjadi tujuannya. Dengan kata lain, sebuah alat ukur dikatakan valid jika hasil yang diperoleh benar-benar mencerminkan apa yang seharusnya diukur oleh alat tersebut. Alat ukur yang valid menunjukkan tingkat keakuratan dan keandalan yang tinggi dalam pengukurannya. Sebaliknya, jika alat ukur tidak dapat memberikan hasil yang sesuai dengan apa yang ingin diukur, maka alat tersebut dianggap memiliki tingkat validitas yang rendah, yang berarti hasil pengukurannya kurang dapat dipercaya.¹⁴

Peneliti melakukan pengujian validitas menggunakan IBM SPSS *Statistics 30.0 for windows*. Peneliti menerapkan uji validitas Pearson Product

¹² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*, 2nd ed. (Bandung: Alfabeta, 2019).

¹³ Imam Ghazali, *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 19 Edisi 5*, 5th ed. (Kendal: UNDIP Press, 2011).

¹⁴ Suharsimi Arikunto, “Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek,” 2010.

Moment. Uji ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara skor masing-masing item dengan skor total dari instrumen yang digunakan, dalam hal ini skala kesejahteraan psikologis.

Dasar pengambilan Keputusan dalam uji validitas product moment :

- Perbandingan antara nilai r hitung dan r tabel

Apabila nilai r hitung $> r$ tabel, maka butir pernyataan dalam angket tersebut dinyatakan valid. Sebaliknya, jika nilai r hitung $< r$ tabel, maka butir pernyataan dianggap tidak valid.

b. Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada ketepatan atau konsistensi hasil yang diperoleh dari suatu alat ukur. Ini menggambarkan sejauh mana alat ukur tersebut menghasilkan hasil yang konsisten dan dapat dipercaya dalam setiap pengukurannya. Secara sederhana, reliabilitas menunjukkan tingkat keandalan suatu alat ukur dalam memberikan hasil yang akurat dan stabil.¹⁵ Untuk pengujian reliabilitas, peneliti menggunakan IBM SPSS *Statistics 30.0 for windows* dengan metode *Alpha Cronbach*. Reliabilitas diuji pada skala kesejahteraan psikologis. Metode *Alpha Cronbach* dipilih karena merupakan teknik yang paling umum digunakan untuk menguji konsistensi internal, terutama ketika instrumen penelitian berbentuk skala likert, yang dirumuskan sebagai berikut:

¹⁵ Saifuddin Azwar, "Penyusunan Skala Psikologi Yogyakarta," *Pustaka Pelajar*, 2016.

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

Keterangan :

r_{11} : Koefisien reliabilitas instrument

k : Banyaknya butir pernyataan

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir

σ_t^2 : Varians total

3. Uji Normalisasi

Untuk mengevaluasi apakah data dalam penelitian ini terdistribusi secara normal, peneliti menerapkan uji Kolmogorov-Smirnov sebagai metode pengujian normalitas yang tersedia dalam IBM SPSS *Statistics 30.0 for windows*. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Distribusi normal berarti data membentuk pola seperti lonceng simetris (*normal curve*) saat digambarkan dalam grafik. Menilai apakah data dari kedua variabel mengikuti distribusi normal ini penting karena banyak teknik statistik, termasuk korelasi, memerlukan data yang berdistribusi normal untuk memberikan hasil yang valid¹⁶.

¹⁶ Nisrina Haniah, "Uji Normalitas Dengan Metode Liliefors," *Statistika Pendidikan*, no. 1 (2013): 1–17.