**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Subjek Penelitian**

**1. Populasi**

 Populasi adalah keseluruhan objek atau subjek yang berada dalam satu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian, atau keseluruhan unit dan individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti (Martono, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja SMA 9 kelas XII yang berusia 17 sampai 19 tahun. Jumlah populasi total adalah 322 siswa.

**2. Sampel Penelitian**

 Merupakan bagian dari populasi yang memiliki ciri tertentu atau keadaan tertentu yang akan diteliti (Martono, 2012). Sampel diambil dikarenakan jumlah populasi terlalu besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi. Menurut Arikunto (1983) apabila jumlah sampel lebih dari 100 orang maka sampel penelitian dapat diambil antara 10 – 25 % atau lebih. Berdasarkan pendapat tersebut, karena jumlah populasi dalam penelitian ini terlalu besar, maka sampel penelitian ditetapkan sebesar 20 % dari jumlah keseluruhan populasi (322 siswa). Penetapan jumlah 20 % tersebut dalam teknik sampling penelitian disebut *Propotional Random Sampling*, yaitu pengambilan sampel yang memperhatikan pertimbangan unsur-unsur atau kategori dalam populasi penelitian (Sugiono, 2003). Pengambilan sampel dengan *Proporsional Random Sampling*, dilakukan dengan cara mengambil sampel secara acak dengan tidak ditentukan siapa orang yang akan diambil data, asalkan memenuhi jumlah propotional 20 % dari populasi. Berdasarkan proporsi 20 % tersebut maka diperoleh sampel sebesar 64,4 siswa yang dibulatkan menjadi 70 siswa.

Tabel 1. Populasi dan sampel penelitian

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No. | Kelas  | Populasi | Sampel  |
| 1 | XII IPA 1 | 36 | 8 |
| 2 | XII IPA 2 | 35 | 7 |
| 3 | XII IPA 3 | 36 | 8 |
| 4 | XII IPA 4 | 36 | 8 |
| 5 | XII IPA 5 | 36 | 8 |
| 6 | XII IPA 6 | 36 | 8 |
| 7 | XII IPA 7 | 35 | 7 |
| 8 | XII IPS 1 | 36 | 8 |
| 9 | XII IPS 2 | 36 | 8 |
|  | TOTAL  | 322 | 70 |

Sumber : Data siswa kelas XII di SMAN 9 Surabaya tahun pelajaran 2019/2020

1. **Desain Penelitian**
2. **Jenis Penelitian**

 Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Azwar (2013) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisis-nya pada data-data *numerical* (angka-angka) yang diolah melalui metode statistik.

 Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasi. Penelitian korelasi dapat diartikan sebagai suatu penelitian yang melibatkan kegiatan pengumpulan data untuk menentukan, adakah hubungan dan tingkat hubungan antara 2 variabel atau lebih. Penelitian korelasi dilakukan, saat peneliti ingin mengetahui tentang ada atau tidaknya dan kuat lemahnya suatu hubungan variabel yang berkaitan dalam suatu objek atau subjek yang diteliti. Terdapatnya suatu hubungan dan tingkat variabel ini penting, karena dengan mengetahui tingkat hubungan yang ada, peneliti akan dapat mengembangkannya sesuai dengan tujuan penelitian (Sukardi 2008).

 Menurut Sukmadinata (2010) penelitian korelasional ditujukan untuk mengetahui hubungan suatu variabel-variabel lain. Hubungan antara satu dengan beberapa variable lain dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasi dan keberartian (signifikansi) secara statistik. Adanya korelasi antara dua variabel atau lebih, tidak berarti adanya pengaruh atau hubungan sebab akibat dari suatu variabel terhadap variabel lainnya. Korelasi negatif berarti nilai yang tinggi pada variabel lainnya. Korelasi negatif berarti nilai yang tinggi dalam satu variabel berhubungan dengan nilai yang rendah dalam variabel lain.

1. **Identifikasi Variabel**

Penelitian ini menggunakan beberapa variabel sebagai dasar dalam melakukan penelitian. Menurut Azwar (2013) Variabel merupakan konsep mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang dapat bervariasi baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Penelitian korelasi ini menggunakan tiga variabel, yaitu dua variabel bebas dan satu variabel terikat.

* 1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas disebut juga variabel independen, yakni variabel yang akan dilihat pengaruhnya terhadap variabel terikat atau *dependent variable* (Seniati, 2011). Variabel bebas dalam penelitian ini terdiri dari penerimaan diri (sebagai variabel X1) dan regulasi emosi (sebagai variabel X2)

* 1. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat disebut juga variabel dependen.Variabel ini meru-pakan variabel yang dipelajari perubahan perfomansinya terhadap variabel bebas (Azwar, 2013).Variabel terikat (Y) pada penelitian ini adalah perilaku prososial .

Penerimaan

Diri

Perilaku Prososial

Regulasi

Emosi

Gambar 1. Skema hubungan antar variabel

1. **Definisi Operasional**

 Langkah selanjutnya dengan penelitian, maka variabel penelitian perlu didefinisikan secara operasional agar dapat ditetapkan cara pengukurannya. Definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Definisi Operasional Perilaku Prososial

 Perilaku prososial dalam penelitian tesis ini didefinisikan secara operasional sebagai tindakan sukarela yang dimaksudkan untuk membantu dan menguntungkan individu atau kelompok individu lain.

 Definisi operasional perilaku prososial tersebut diatas ditetapkan berdasarkan definisi teoritis yang dikemukakan oleh Mussen (1984). Definisi operasional diatas dapat diukur melalui aspek dan indikator sebagai berikut :

1. Berbagi. Kesediaan seseorang untuk berbagi perasaan baik perasaan senang dan sedih dengan orang lain serta mendengarkan keluh kesah orang lain.
2. Menolong. Kesediaan seseorang untuk memberikan bantuan baik secara fisik maupun materiil untuk meringankan beban orang yang mendapat bantuan serta mengutamakan orang lain yang membutuhkan daripada dirinya sendiri.
3. Kerjasama. Melakukan suatu kegiatan bersama dengan orang lain serta mampu menghargai hasil orang lain.
4. Bertindak jujur. Mengatakan hal yang sebeneranya terjadi serta tidak berbuat curang.
5. Berdarma. Memberikan sumbangan kepada orang yang membutuhkan dan merelakan barang yang dimiliki untuk diberikan kepada orang lain.

b. Definisi Operasional Penerimaan Diri

 Penerimaan diri dalam penelitian tesis ini didefinisikan secara operasional sebagai penilaian yang realistis terhadap kemampuan seseorang yang berkesinambungan dengan penghargaan terhadap keberhargaan dirinya, jaminan dirinya tentang batasan (standard) pendiriannya tanpa merasa terendahkan oleh opini orang lain dan penilaian realistis dari keterbatasan dirinya tanpa menyalahkan dirinya secara tidak rasional.

 Definisi operasional penerimaan diri tersebut diatas ditetapkan berdasarkan definisi teoritis yang dikemukakan oleh Jersild (1987). Definisi operasional diatas dapat diukur melalui aspek dan indikator sebagai berikut :

1. Persepsi mengenai diri dan penampilan. Individu lebih berpikir realistik tentang penampilan dirinya dan memahami penilaian orang lain terhadapnya.
2. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain. Individu yang memiliki penerimaan diri memahami kelemahan dan kekurangannya dan memandang dirinya lebih baik daripada orang yang tidak memiliki penerimaan diri.
3. Perasaan inferioritas sebagai gejolak penerimaan diri. Perasaan inferioritas merupakan sikap menunggu penilaian yang realistik atas dirinya dan memahami keadaan tanpa merasa rendah diri.
4. Respon atas penolakan dan kritikan. Individu yang memiliki penerimaan diri mampu menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut.
5. Keseimbangan antara “real self” dan “ideal self”. Individu yang memiliki penerimaan diri adalah memiliki ambisi namun memahami batasan yang dimiliki serta mempertahankan harapan yang dimiliki.
6. Penerimaan diri dan penerimaan orang lain. Individu akan menerima keadaan orang lain dan lebih mampu menerima kelebihan serta kekurangan dirinya.
7. Menuruti kehendak, dan menonjolkan diri. Individu yang memiliki penerimaan diri akan menonjolkan diri sesuai dengan dirinya dan menuruti kehendak sesuai dengan batasan dirinya.
8. Penerimaan diri, spontanitas, dan menikmati hidup. Individu dengan penerimaan diri mempunyai lebih banyak kesempatan untuk menikmati apa yang dimiliki serta menerima diri apa adanya dan bersikap spontan.
9. Aspek moral penerimaan diri. Individu yang mampu menerima dirinya akan mampu menyeimbangkan moral dan budinya serta fleksibel terhadap perubahan.
10. Sikap terhadap penerimaan diri. Individu akan mampu menerima dirinya tanpa mengeluh dan tidak merasa malu dengan keadaan yang dimiliki.

c. Definisi Operasional Regulasi Emosi

 Regulasi emosi dalam penelitian tesis ini didefinisikan secara operasional sebagai strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku.

 Definisi operasional regulasi emosi tersebut diatas ditetapkan berdasarkan definisi teoritis yang dikemukakan oleh Gross (2007). Definisi operasional diatas dapat diukur melalui aspek dan indikator sebagai berikut :

1. *Strategies to emotion regulation* *(strategies)*. Ialah keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.
2. *Engaging in goal directed behavior (goals).* Ialah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya. dapat berfikir dengan baik meskipun dalam keadaan emosi serta tidak mudah tersulut emosi.
3. *Control emotional responses (impulse).* Ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.
4. *Acceptance of emotional response (acceptance)*. Ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi.
5. **Pengembangan Alat Ukur**
6. **Metode Pengumpulan Data**

 Teknik pokok pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2010). Skala yang digunakan dalam mengukur variabel adalah model skala Likert. Menurut Sugiyono (2010) skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

 Pengumpuluan data melalui alat ukur berupa skala yang telah dilakukan menurut Arikunto (2002), sebagai berikut : 1. Perencanaan, meliputi perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel; 2. Penulisan butir soal, atau item skala ; 3. Penyuntingan, yaitu melengkapi instrumen dengan pedoman mengerjakan, dan lain-lain yang diperlukan ; 3. Penganalisaan hasil, analisis item. Setelah hasil dianalisis didapatkan aitem yang gugur, untuk aitem yang valid digunakan untuk penelitian. Penelitian ini diukur dengan menggunakan skala yang bermodel *method of summated ratings* atau yang sering disebut sebagai model Likert. Hal ini dikarenakan jawaban pada kuosioner Likert dapat dimanifestasikan ke dalam angka-angka tabel analisis data statistik dan uraian serta kesimpulan hasil penelitian (Singarimbun, 1989).

 Pernyataan-pernyataan dalam skala tersebut digolongkan ke dalam pernyataan yang bersifat *favourabel* yakni pernyataan yang mendukung teori dan *unfavourabel* pernyataan yang tidak mendukung teori. Pernyataan terdiri dari empat alternatif jawaban, yaitu jawaban sangat sesuai (Ss), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (Ts), dan sangat tidak sesuai (Sts). Adapun pemberian skornya adalah:

Tabel 2. Alternatif jawaban nilai skala Likert

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pernyataan** | **Sangat sesuai** | **Sesuai** | **Netral**  | **Tidak sesuai** | **Sangat tidak sesuai** |
| *Favourable* | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| *Unfavourable* | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

1. **Instrumen dan Pengujian Alat Ukur**

 Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena yang ada pada penelitian. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala. Skala merupakan kumpulan pernyataan-pernyataan mengenai suatu obyek. Skala merupakan bentuk pengukuran terhadap performansi tipikal individu yang cenderung dimunculkan dalam bentuk respon terhadap situasi tertentu yang sedang dihadapi. Skala sikap berisi pernyataan sikap, yaitu obyek sikap (Azwar, 2010).

 Alat ukur pernyataan sikap berupa skala ini dikonstruksikan sendiri oleh peneliti berdasarkan konstruk teoritis yang dipaparkan dalam landasan teori dan secara operasional pembuatan skala ini berdasarkan *blue print*. Model tertutup yakni angket disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden diminta untuk memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dirinya, dengan memberikan tanda lingkaran.

a. Perilaku Prososial

 Skala perilaku prososial yang digunakan pada penelitian ini berdasarkan teori dari Mussen (1984) mengemukakan mengenai aspek-aspek prososial yang berisi lima hal, yaitu; 1)berbagi; 2)menolong; 3) kerjasama; 4) bertindak jujur; 5) berderma. Skala perilaku prososial ini sebelum diberikan kepada subjek penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba untuk menentukan tingkat validitas aitem dan reliabilitas sebagai suatu syarat yang harus dipenuhi untuk standart alat ukur. Adapun aspek-aspek dan indikator dalam perilaku prososial dapat dilihat dalam tabel *blue print* berikut ini :

Tabel 3. *Blue Print* Perilaku Prososial

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No.**  | **Aspek**  | **Indikator**  | ***Favorable***  | ***Unfavorable*** | **Jumlah** |
| 1 | Berbagi  | 1. Kesediaan untuk berbagi perasaan baik senang ataupun sedih dengan orang lain.
 | 1,11,31 | 21 | 4 |
| 1. Mendengarkan keluh kesah orang lain
 | 2,12,32 | 22 | 4 |
| 2 | Menolong  | 1. Bersedia memberikan bantuan kepada orang lain
 | 3,13,33 | 23 | 4 |
| 1. Mengutamakan orang lain yang membutuhkan daripada dirinya sendiri
 | 4,14,34 | 24 | 4 |
| 3 | Kerjasama  | 1. Melakukan sesuatu hal bersama dengan orang lain
 | 5,15,35 | 25 | 4 |
| 1. Mampu menghargai hasil orang lain
 | 6,16,36 | 26 | 4 |
|  4 | Bertindak jujur  | 1. Mengatakan hal yang sebenarnya terjadi
 | 7,17,37 | 27 | 4 |
| 1. Tidak bersikap curang
 | 8,18,38 | 28 | 4 |
| 5 | Berdarma  | 1. Memberikan sumbangan kepada yang membutuhkan
 | 9,19,39 | 29 | 4 |
| 1. Merelakan barang yang dimiliki untuk diberikan kepada orang lain
 | 10,20,40 | 30 | 4 |
|  |  | Jumlah  | 30 | 10 | 40 |

1. Validitas Aitem Perilaku Prososial

 Menurut Azwar (2010) Validitas berasal dari kata validity yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tes 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. Validitas menurut AERA dilakukan dengan uji diskriminasi aitem dengan asumsi sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur.

 Standar pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan validitas aitem pada skala prososial adalah 0.300 sehingga aitem dianggap valid (Azwar, 2010). Perhitungan validitas dilakukan dengan menggunakan program komputer analisa kesahihan butir aitem dari program IBM SPSS 20.00 *for windows.*

 Proses komputasi uji validitas menghasilkan data skala prososial terdiri dari 40 aitem. Uji validitas dilakukan dalam 2 putaran dan menghasilkan 29 aitem memenuhi syarat indeks validitas dan 11 aitem gugur. Aitem aitem yang dinyatakan memenuhi *correlation item* berkisar antara 0,330 – 0,656. Hasil validasi dapat dilaporkan dalam bentuk tabel rangkuman berikut ini :

Tabel 4. Rangkuman Hasil Validasi Aitem Skala Prososial

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jumlah Aitem Awal**  | **Putaran Analisis** | **Nomor Aitem Gugur** | **Jumlah Aitem Tersisa**  | **Keterangan**  |
| 40 | I | 8,15,16,18,24,25,26,27,32,35,38 | 29 | *Index corrected item total correlation* bergerak dari -0,276 s/d 0.676 |
| 29 | II | 29 | 31 | *Index corrected item total correlation* bergerak dari 0,330 s/d 0.656 |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

1. Reliabilitas Perilaku Prososial

 Menurut Azwar (2010) Reliabilitas adalah sejumlah mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya, yang berarti apabila dalam beberapa pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok yang sama diperoleh hasil yang relatif sama. Dijelaskan lebih lanjut oleh Azwar uji realiabilitas alat ukur adalah proses untuk menguji tingkat konsistensi serta keterpercayaan hasil pengukuran, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengujian reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal formula alpha. Koefisien reliabilitas Reliabilitas skala pengukuran dikatakan memuaskan apabila koefisien reliabilitasnya minimal 0,900 (Azwar, 2010). Apabila tidak dapat memenuhi standart 0,900 dapat dipertimbangkan argumentasi dari Kaplan dan Saccuzob (Farid, 2011) bahwa koefisien reliabilitas 0,700 dapat digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini ditetapkan besaran minimum koefisisen reliabilitas alat ukur sebesar 0,800. Pengukuran koefisien reliabilitas diperoleh dengan menggunakan program komputer dari program IBM SPSS 20.00 *for windows.*

 Hasil uji reliabilitas Alpha skala perilaku prososial setelah dilakukan 2 putaran analisis, diperoleh koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,904 dengan total aitem valid 29. Hal ini menunjukkan bahwa koefisisen reliabilitas skala perilau prososial telah melebihi batas minimum koefisisen reliabilitas 0,800. Koefisisen reliabilitas 0,904 dapat diartikan bahwa perbedaan yang tampak pada skor skala perilaku prososial ini mampu mencerminkan 90,4 % dari variasi yang terjadi pada skor murni kelompok subjek yang bersangkutan dan 9,6 menunjukkan perbedaan skor yang diasumsikan karena variasi kesalahan dalam pengukuran. Hasil uji reliabilitas dapat dilihat dalam tabel rangkuman dibawah ini :

Tabel 5. Rangkuman Hasil Reliabilitas Aitem Skala Prososial

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jumlah Aitem yang Dianalisis**  | **Putaran Analisis** | **Jumlah Aitem Valid**  | **Jumlah Aitem Gugur** | **Reliabilitas**  |
| 40 | I | 29 | 11 | 0,875 |
| 29 | II | 29 | 0 | 0,904 |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

 Aitem skala perilaku prososial yang telah memenuhi indeks validitas dan koefisien reliabilitas, selanjutnya disusun kembali sebagai alat pengambilan data penelitian yang distribusinya dapat digambarkan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 6. Distribusi Aitem Skala Perilaku Prososial setelah Uji Coba

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No.**  | **Aspek**  | **Indikator**  | ***Favorable***  | ***Unfavorable*** | **Jumlah** |
| 1 | Berbagi  | 1. Kesediaan untuk berbagi perasaan baik senang ataupun sedih dengan orang lain.
 | 1,11,31 | 21 | 4 |
| 1. Mendengarkan keluh kesah orang lain
 | 2,12 | 22 | 3 |
| 2 | Menolong  | 1. Bersedia memberikan bantuan kepada orang lain
 | 3,13,33 | 23 | 4 |
| 1. Mengutamakan orang lain yang membutuhkan daripada dirinya sendiri
 | 4,14,34 | - | 3 |
| 3 | Kerjasama  | 1. Melakukan sesuatu hal bersama dengan orang lain
 | 5 | - | 1 |
| 1. Mampu menghargai hasil orang lain
 | 6,36 | - | 2 |
|  4 | Bertindak jujur  | 1. Mengatakan hal yang sebenarnya terjadi
 | 7,17,37 | - | 3 |
| 1. Tidak bersikap curang
 |  | 28 | 1 |
| 5 | Berdarma  | 1. Memberikan sumbangan kepada yang membutuhkan
 | 9,19,39 | 29 | 4 |
| 1. Merelakan barang yang dimiliki untuk diberikan kepada orang lain
 | 10,20,40 | 30 | 4 |
|  |  | Jumlah  | 23 | 6 | 29 |

b. Penerimaan diri

 Skala penerimaan diri menggunakan teori dari Jersild (1987) berisi sepuluh aspek, antara lain; 1) mengenal diri; 2)menerima kelemahan; 3) perasaan inferior; 4) mampu menerima kritik; 5) memiliki keseimbangan; 6) menerima diri dan orang lain; 7) meminta kelayakan diri; 8) menikmati hidup; 9) menyeimbangkan moral; 10) sikap penerimaan diri.

 Skala penerimaan diri sebelum diberikan kepada subjek penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba untuk menentukan tingkat validitas aitem dan reliabilitas sebagai suatu syarat yang harus dipenuhi untuk standart alat ukur. Adapun aspek-aspek dan indikator dalam skala penerimaan diri dapat dilihat dalam tabel *blue print* berikut ini :

Tabel 7. *Blue Print* Skala Penerimaan Diri

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No**  | **Aspek**  | **Indikator**  | ***Favorable***  | ***Unvaforable*** | **Jumlah** |
| 1 | Persepsi mengenai diri dan penampilan | 1. Berfikir realistik tentang penampilannya
 | 1,41 | 21 | 3 |
| 1. Memahami penilaian orang lain terhadapnya
 | 43 | 2,22 | 3 |
| 2 | Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain | 1. Memahami kelemahan dan kekurangannya
 | 3,42 | 23 | 3 |
| 1. Memandang dirinya lebih baik daripada orang lain yang tidak memiliki penerimaan diri
 | 4,24 | 44 | 3 |
| 3 | Perasaan inferioritas sebagai gejolak penerimaan diri | 1. Menunggu penilaian yang realistik terhadap dirinya
 | 5 | 25,60 | 3 |
| 1. Memahami keadaannya tanpa merasa rendah diri
 | 6 | 26,59 | 3 |
| 4 | Respon terhadap penolakan dan kritikan  | 1. Mampu menerima kritik
 | 7 | 27,45 | 3 |
| 1. Mampu mengambil hikmah dari kritik yang diberikan
 | 8,28 | 46 | 3 |
| 5 | Keseimbangan antara *real self* dan *ideal self* | 1. Memiliki ambisi namun memahami batasan yang dimiliki
 | 9,47 | 29 | 3 |
| 1. Mempertahankan harapan yang dimiliki (optimis)
 | 10,30 | 48 | 3 |
| 6 | Menerima diri dan orang lain  | 1. Menerima keadaan orang lain
 | 11,49 | 31 | 3 |
| 1. Menerima kelebihan dan kekurangan dirinya
 | 12,32 | 50 | 3 |
| 7 | Menuruti kehendak dan menonjolkan diri | 1. Menonjolkan diri yang sesuai dengan dirinya
 | 13,51 | 33 | 3 |
| 1. Menuruti kehendak sesuai dengan batasan dirinya
 | 14,34 | 52 | 3 |
| 8 | Penerimaan diri, spontanitas dan menikmati hidup | 1. Menikmati apa yang dimiliki
 | 15,53 | 35 | 3 |
| 1. Menerima diri apa adanya dan bersikap spontan
 | 16,36 | 54 | 3 |
| 9 | Aspek moral penerimaan diri | 1. Mampu menyeimbangkan moral
 | 17,55 | 37 | 3 |
| 1. Bersikap fleksibel terhadap perubahan
 | 18,38 | 56 | 3 |
| 10 | Sikap terhadap penerimaan diri  | 1. Tidak merasa malu dengan keadaan yang dimiliki
 | 19,57 | 39 | 3 |
| 1. Menerima keadaannya tanpa mengeluh
 | 20,40 | 58 | 3 |
|  |  | Jumlah  | 36 | 24 | 60 |

1. Validitas Aitem Penerimaan Diri

 Standar pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan validitas aitem pada skala penerimaan diri adalah 0.300 sehingga aitem dianggap valid (Azwar, 2010). Perhitungan validitas dilakukan dengan menggunakan program komputer analisa kesahihan butir aitem dari program IBM SPSS 20.00 *for windows.*

 Proses komputasi uji validitas menghasilkan data skala penerimaan diri terdiri dari 60 aitem. Uji validitas dilakukan dalam 2 putaran dan menghasilkan 52 aitem memenuhi syarat indeks validitas dan 8 aitem gugur. Aitem aitem yang dinyatakan memenuhi *correlation item* berkisar antara 0,336 – 0,760. Hasil validasi dapat dilaporkan dalam bentuk tabel rangkuman berikut ini :

Tabel 8. Rangkuman Hasil Validasi Aitem Skala Penerimaan Diri

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jumlah Aitem Awal**  | **Putaran Analisis** | **Nomor Aitem Gugur** | **Jumlah Aitem Tersisa**  | **Keterangan**  |
| 60 | I | 2,6,17,21,24,46,54,56 | 52 | *Index corrected item total correlation* bergerak dari -0,036 s/d 0.749 |
| 52 | II | Tidak ada  | 52 | *Index corrected item total correlation* bergerak dari 0,336 s/d 0.760 |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

1. Reliabilitas Penerimaan Diri

 Menurut Azwar (2010) Reliabilitas adalah sejumlah mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya, yang berarti apabila dalam beberapa pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok yang sama diperoleh hasil yang relatif sama. Dijelaskan lebih lanjut oleh Azwar uji realiabilitas alat ukur adalah proses untuk menguji tingkat konsistensi serta keterpercayaan hasil pengukuran, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengujian reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal formula alpha. Koefisien reliabilitas Reliabilitas skala pengukuran dikatakan memuaskan apabila koefisien reliabilitasnya minimal 0,900 (Azwar, 2010). Apabila tidak dapat memenuhi standart 0,900 dapat dipertimbangkan argumentasi dari Kaplan dan Saccuzob (Farid, 2011) bahwa koefisien reliabilitas 0,700 dapat digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini ditetapkan besaran minimum koefisisen reliabilitas alat ukur sebesar 0,800. Pengukuran koefisien reliabilitas diperoleh dengan menggunakan program komputer dari program IBM SPSS 20.00 *for windows.*

 Hasil uji reliabilitas Alpha skala penerimaan diri setelah dilakukan 2 putaran analisis, diperoleh koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,947 dengan total aitem valid 52. Hal ini menunjukkan bahwa koefisisen reliabilitas skala penerimaan diri telah melebihi batas minimum koefisisen reliabilitas 0,800. Koefisien reliabilitas 0,947 dapat diartikan bahwa perbedaan yang tampak pada skor skala penerimaan diri ini mampu mencerminkan 94,7 % dari variasi yang terjadi pada skor murni kelompok subjek yang bersangkutan dan 5,3 menunjukkan perbedaan skor yang diasumsikan karena variasi kesalahan dalam pengukuran. Hail uji reliabilitas dapat dilihat dalam tabel rangkuman dibawah ini :

Tabel 9. Rangkuman Hasil Reliabilitas Aitem Skala Penerimaan Diri

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jumlah Aitem yang Dianalisis**  | **Putaran Analisis** | **Jumlah Aitem Valid**  | **Jumlah Aitem Gugur** | **Reliabilitas**  |
| 60 | I | 52 | 8 | 0,937 |
| 52 | II | 52 | 0 | 0,947 |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

 Aitem skala penerimaan diri yang telah memenuhi indeks validitas dan koefisien reliabilitas, selanjutnya disusun kembali sebagai alat pengambilan data penelitian yang distribusinya dapat digambarkan pada tabel dibawah ini :

Tabel 10. Distribusi Aitem Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No**  | **Aspek**  | **Indikator**  | ***Favorable***  | ***Unfavorable*** | **Jumlah** |
| 1 | Persepsi mengenai diri dan penampilan | 1. Berfikir realistik tentang penampilannya
 | 1,41 |  | 2 |
| 1. Memahami penilaian orang lain terhadapnya
 | 43 | 22 | 2 |
| 2 | Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain | 1. Memahami kelemahan dan kekurangannya
 | 3,42 | 23 | 3 |
| 1. Memandang dirinya lebih baik daripada orang lain yang tidak memiliki penerimaan diri
 | 4 | 44 | 2 |
| 3 | Perasaan inferioritas sebagai gejolak penerimaan diri | 1. Menunggu penilaian yang realistik terhadap dirinya
 | 5 | 25,60 | 3 |
| 1. Memahami keadaannya tanpa merasa rendah diri
 | - | 26,59 | 2 |
| 4 | Respon terhadap penolakan dan kritikan  | 1. Mampu menerima kritik
 | 7 | 27,45 | 3 |
| 1. Mampu mengambil hikmah dari kritik yang diberikan
 | 8,28 |  - | 2 |
| 5 | Keseimbangan antara *real self* dan *ideal self* | 1. Memiliki ambisi namun memahami batasan yang dimiliki
 | 9,47 | 29 | 3 |
| 1. Mempertahankan harapan yang dimiliki (optimis)
 | 10,30 | 48 | 3 |
| 6 | Menerima diri dan orang lain  | 1. Menerima keadaan orang lain
 | 11,49 | 31 | 3 |
| 1. Menerima kelebihan dan kekurangan dirinya
 | 12,32 | 50 | 3 |
| 7 | Menuruti kehendak dan menonjolkan diri | 1. Menonjolkan diri yang sesuai dengan dirinya
 | 13,51 | 33 | 3 |
| 1. Menuruti kehendak sesuai dengan batasan dirinya
 | 14,34 | 52 | 3 |
| 8 | Penerimaan diri, spontanitas dan menikmati hidup | 1. Menikmati apa yang dimiliki
 | 15,53 | 35 | 3 |
| 1. Menerima diri apa adanya dan bersikap spontan
 | 16,36 | - | 2 |
| 9 | Aspek moral penerimaan diri | 1. Mampu menyeimbangkan moral
 | 55 | 37 | 2 |
| 1. Bersikap fleksibel terhadap perubahan
 | 18,38 | - | 2 |
| 10 | Sikap terhadap penerimaan diri  | 1. Tidak merasa malu dengan keadaan yang dimiliki
 | 19,57 | 39 | 3 |
| 1. Menerima keadaannya tanpa mengeluh
 | 20,40 | 58 | 3 |
|  |  | Jumlah  | 33 | 19 | 52 |

b. Regulasi Emosi

 Skala regulasi emosi menggunakan teori dari Gross (2007) dengan aspek-aspek yang terdiri dari empat hal, yaitu; 1) yakin dengan kemampuan dalam mengatasi masalah; 2) tidak mudah terpengaruh dengan emosi negative; 3) kemampuan mengontrol emosi; 4) kemampuan menerima suatu keadaan. Skala regulasi emosi sebelum diberikan kepada subjek penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba untuk menentukan tingkat validitas aitem dan reliabilitas sebagai suatu syarat yang harus dipenuhi untuk standart alat ukur. Adapun aspek-aspek dan indikator dalam skala regulasi emosi dapat dilihat dalam tabel *blue print* berikut ini :

Tabel 11. *Blue Print* Skala Regulasi Emosi

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No.**  | **Aspek**  | **Indikator**  | ***Favorable*** | ***unfavorable*** | **Jumlah** |
| 1 | Yakin dengan kemampuan dalam mengatasi masalah | 1. Mampu menenangkan diri setelah merasakan emosi yang berlebihan
 | 1,17,25 | 9 | 4 |  |
| 1. Mampu mengurangi emosi negative
 | 2,18,26 | 10 | 4 |
| 2 | Tidak mudah terpengaruh dengan emosi negative | 1. Dapat tetap berfikir dengan baik meskipun dalam keadaan emosi
 | 3,11,27 | 19 | 4 |  |
| 1. Tidak mudah terpengaruh atau tersulut emosi
 | 4,12,28 | 20 | 4 |
| 3 | Mampu mengontrol emosi  | 1. Mampu menunjukkan respon emosi yang tepat
 | 5,21,29 | 13 | 4 |  |
| 1. Tidak mengeluarkan emosi secara berlebihan
 | 6,22,30 | 14 | 4 |
| 4 | Mampu menerima keadaan  | 1. Tidak merasa malu dengan emosi yang dirasakan
 | 7,15,31 | 23 | 4 |  |
| 1. Mampu menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negative
 | 8,16,32 | 24 | 4 |
|  |  | Jumlah  | 24 | 8 | 32 |

1. Validitas Aitem Regulasi Emosi

 Standar pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan validitas aitem pada skala Regulasi Emosi diri adalah 0.300 sehingga aitem dianggap valid (Azwar, 2010). Perhitungan validitas dilakukan dengan menggunakan program komputer analisa validitas aitem dari program IBM SPSS 20.00 *for windows.*

 Proses komputasi uji validitas menghasilkan data skala regulasi emosi terdiri dari 32 aitem. Uji validitas dilakukan dalam 2 putaran dan menghasilkan 25 aitem memenuhi syarat indeks validitas dan 7 aitem gugur. Aitem aitem yang dinyatakan memenuhi *correlation item* berkisar antara 0,314 – 0,705. Hasil validasi dapat dilaporkan dalam bentuk tabel rangkuman berikut ini :

Tabel 12. Rangkuman Hasil Validasi Aitem Skala Regulasi Emosi

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jumlah Aitem Awal**  | **Putaran Analisis** | **Nomor Aitem Gugur** | **Jumlah Aitem Tersisa**  | **Keterangan**  |
| 32 | I | 11,12,13,14,19,23,24 | 25 | *Index corrected item total correlation* bergerak dari -0,035 s/d 0.677 |
| 25 | II | Tidak ada  | 25 | *Index corrected item total correlation* bergerak dari 0,314 s/d 0.705 |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

1. Reliabilitas Regulasi Emosi

 Pengujian reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan pendekatan konsistensi internal formula alpha. Koefisien reliabilitas Reliabilitas skala pengukuran dikatakan memuaskan apabila koefisien reliabilitasnya minimal 0,900 (Azwar, 2010). Apabila tidak dapat memenuhi standart 0,900 dapat dipertimbangkan argumentasi dari Kaplan & Saccuzob (Farid, 2011) bahwa koefisien reliabilitas 0,700 dapat digunakan dalam penelitian. Penelitian ini ditetapkan besaran minimum koefisisen reliabilitas alat ukur sebesar 0,800. Pengukuran koefisien reliabilitas diperoleh dengan menggunakan program komputer dari program IBM SPSS 20.00 *for windows.*

 Hasil uji reliabilitas Alpha skala regulasi emosi setelah dilakukan 2 putaran analisis, diperoleh koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0, 898 dengan total aitem valid 25. Hal ini menunjukkan bahwa koefisisen reliabilitas skala penerimaan diri telah melebihi batas minimum koefisisen reliabilitas 0,800. Koefisien reliabilitas 0,898 dapat diartikan bahwa perbedaan yang tampak pada skor skala penerimaan diri ini mampu mencerminkan 89,8 % dari variasi yang terjadi pada skor murni kelompok subjek yang bersangkutan dan 10,2 menunjukkan perbedaan skor yang diasumsikan karena variasi kesalahan dalam pengukuran. Hail uji reliabilitas dapat dilihat dalam tabel rangkuman dibawah ini :

Tabel 13. Rangkuman Hasil Reliabilitas Aitem Regulasi Emosi

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jumlah Aitem yang Dianalisis**  | **Putaran Analisis** | **Jumlah Aitem Valid**  | **Jumlah Aitem Gugur** | **Reliabilitas**  |
| 32 | I | 25 | 7 | 0,875 |
| 25 | II | 25 | 0 | 0,898 |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

 Aitem skala regulasi emosi yang telah memenuhi indeks validitas dan koefisien reliabilitas, selanjutnya disusun kembali sebagai alat pengambilan data penelitian yang distribusinya dapat digambarkan pada tabel dibawah ini :

Tabel 14. Distribusi Aitem Skala Regulasi Emosi setelah Uji Coba

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No.**  | **Aspek**  | **Indikator**  | **Favorable**  | **Unfavorable** | **Jumlah** |
| 1 | Yakin dengan kemampuan dalam mengatasi masalah | 1. Mampu menenangkan diri setelah merasakan emosi yang berlebihan
 | 1,17,25 | 9 | 4 |
| 1. Mampu mengurangi emosi negative
 | 2,18,26 | 10 | 4 |
| 2 | Tidak mudah terpengaruh dengan emosi negative | 1. Dapat tetap berfikir dengan baik meskipun dalam keadaan emosi
 | 3,27 | - | 2 |
| 1. Tidak mudah terpengaruh atau tersulut emosi
 | 4,28 | 20 | 3 |
| 3 | Mampu mengontrol emosi  | 1. Mampu menunjukkan respon emosi yang tepat
 | 5,21,29 | - | 3 |
| 1. Tidak mengeluarkan emosi secara berlebihan
 | 6,22,30 | - | 3 |
| 4 | Mampu menerima keadaan  | 1. Tidak merasa malu dengan emosi yang dirasakan
 | 7,15,31 | - | 3 |
| 1. Mampu menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negative
 | 8,16,32 | - | 3 |
|  |  | Jumlah  | 22 | 3 | 25 |

**D. Analisa Data**

1. Teknik Analisis Data

 Penelitian ini menggunakan statistic parametrik oleh karena itu sebelum melakukan analisis data maka terlebih dahulu dilakukan uji normalitas, linieritas. Analisis data adalah suatu cara yang digunakan untuk mengolah atau menganalisis data hasil penelitian yang selanjutnya dicari kesimpulan dari hasil penelitian yang diperoleh. Sesuai dengan judul masalah dan hipotesis penelitian maka analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda. Semua proses analisis menggunakan program SPSS versi 20.0 *for windows*.

1. Uji Asumsi atau Uji Prasyarat

 Sebelum melakukan analisis regresi berganda terdapat beberapa prasyarat yang harus dipenuhi oleh peneliti, yaitu uji normalitas, uji linieritas, dan uji kolinieritas. Hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk Test* menunjukkan bahwa nilai *Shapiro-Wilk Test* = 0,966 dan p = 0,057 yang berarti lebih besar dari pada 0,05 atau p = 0,057 > 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data perilaku prososial berdistribusi normal.

 Tabel 15. Hasil Uji Sebaran dengan *Shapiro Wilk*

p

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel  | Statistik |  | Keterangan  |
| Prososial  | 0,966 |  |  0,057 | Normal |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

 Hasil uji linearitas diperoleh nilai *deviation form linearity* F = 1,153 dan p = 0,371 (p > 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel penerimaan diri (X1) dengan prososial (Y). Hasil uji linearitas pada variabel regulasi emosi (X2) dengan prososial (Y) diperoleh nilai *deviation form linearity* F= 1,726 dengan p = 0,059 (p > 0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel regulasi emosi dengan prososial.

Tabel 16. Uji Linearitas

p

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel  | F |  | Keterangan  |
| Penerimaan diri-Prososial  | 1,153 |  0,371 | Linear  |
| Regulasi emosi – Prososial  | 1,726 | . 0,059 | Linear  |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*

 Uji prasyarat selanjutnya adalah uji multikolinearitas. Didapatkan hasil uji multikolonearitas . Didapatkan hasil uji multikolinearitas memperoleh hasil tolerance sebesar 0,937 > 0,10 dan didapatkan nilai VIP sebesar 1,067 <10,0. Didapatkannya hasil tersebut maka dapat dinyatakan tidak terjadi multikolonearitas antara variabel penerimaan diri dan regulasi emosi.

Tabel 17. Uji Multikolinearitas

|  |  |
| --- | --- |
| Variabel  | *Colinearity Statistic* |
| Tolerance | VIF | Keterangan  |
| Penerimaan diri – Regulasi emosi | 0,937 | 1,067 | Tidak terjadi multikolonearitas |

Sumber : *Output* SPSS IBM 20.00 *for windows*