

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (1998) menyatakan bahwa penelitian kuantitatif berfokus pada pengolahan dan analisis data dalam bentuk angka yang dianalisis menggunakan teknik statistik. Selaras dengan pendapat tersebut, Sugiyono (2010) menjelaskan bahwa pendekatan kuantitatif diterapkan untuk mengkaji populasi atau sampel tertentu melalui pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian. Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis secara statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya

Dengan demikian, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena bertujuan untuk menguji pengaruh antara konsep diri dan regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru perantau di Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang secara terukur dan objektif.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2010), variabel penelitian adalah atribut, sifat, atau nilai yang melekat pada individu, objek, maupun aktivitas tertentu yang menunjukkan variasi dan ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis sehingga dapat diperoleh suatu kesimpulan. Dalam penelitian ini, variabel yang

digunakan terdiri atas variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*).

1. Variabel Bebas (*Indevenden*)

Variable yang memeberikan pengaruh atau yang menjadi penyebab perubahannya atau timbulnya variable terikat (Sugiyono, 2010). Variable bebas (*independen*) dalam penelitian ini adalah konsep diri dan regulasi diri. Konsep diri merujuk pada teori yang di kemukakan oleh Calhoun, J. F., & Acocella, J. R (1990), sedangkan regulasi diri merujuk pada teori yang dikemukakan Zimmerman (2000).

2. Variabel Terikat (*Dependen*)

Variabel terikat merupakan variabel yang mengalami perubahan atau dipengaruhi sebagai akibat dari keberadaan variabel bebas (Sugiyono, 2010). Dalam penelitian ini, variabel *dependen* yang digunakan adalah penyesuaian diri. Penyesuaian diri tersebut mengacu pada landasan teori yang dikembangkan oleh Runyon dan Haber (1984).

C. Definisi Operasional Variabel

Menurut Azwar (1998), definisi operasional adalah suatu rumusan mengenai variabel yang disusun berdasarkan karakteristik yang dapat diamati secara langsung serta dapat diukur. Oleh karena itu, guna memperoleh

pemahaman yang lebih jelas dan meminimalkan adanya perbedaan penafsiran terhadap variabel dalam penelitian ini, peneliti memandang perlu untuk menguraikan definisi operasional. Oleh karena itu, variabel-variabel yang akan dijelaskan meliputi konsep diri, regulasi diri, dan penyesuaian diri.

1. Konsep Diri

Konsep diri merupakan cara individu menilai dan memandang dirinya sendiri, baik dari aspek fisik, sosial, emosional, maupun akademik, yang terbentuk melalui pengalaman, interaksi sosial, serta refleksi diri dalam kehidupan sehari-hari, yang diukur dengan skala konsep diri menurut Calhoun, J. F., & Acocella, J. R (1990).

2. Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku secara sadar guna mencapai tujuan yang diinginkan melalui proses perencanaan, pengendalian, serta evaluasi diri, yang diukur dengan skala regulasi diri menurut Zimmerman (2000).

3. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu, khususnya mahasiswa baru perantau, untuk beradaptasi secara efektif dengan lingkungan akademik, sosial, dan emosional ditempat perkuliahan, sehingga tercapai keseimbangan antara kebutuhan diri dan tuntutan

lingkungan, yang diukur dengan skala penyesuaian diri oleh Runyon dan Haber (1984).

D. Lokasi, Populasi, dan Sampel

1. Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan secara daring menggunakan instrumen skala berbasis *Google Form* yang didistribusikan melalui *WhatsApp* kepada mahasiswa baru perantau UIN Imam Bonjol Padang. Metode ini dipilih karena efektif menjangkau populasi yang tersebar serta mendukung pengumpulan data secara otomatis dan sistematis. Pengisian dibatasi satu respons untuk setiap akun guna menjaga keabsahan data.

2. Populasi

Populasi merupakan kelompok subjek yang menjadi sasaran dalam proses penarikan generalisasi hasil penelitian (Azwar, 1998). Menurut Sugiyono (2010) menyatakan bahwa populasi adalah cakupan generalisasi yang meliputi objek atau subjek dengan karakteristik dan kualitas tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji dan selanjutnya disimpulkan. Mengacu pada definisi tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru perantau Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang pada tahun akademik 2025–2026 yang berjumlah 2.473 orang. Adapun rincian populasi tersebut adalah sebagai berikut

Tabel 3. 1
Data Mahasiswa Perantau UIN Imam Bonjol Padang

Angkatan	Jumlah Mahasiswa/i
2025	2.473

Sumber Data: Akama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang

3. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang merepresentasikan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Azwar, 1998). Sugiyono (2010) mengemukakan bahwa sampel merupakan bagian dari keseluruhan jumlah serta ciri-ciri yang terdapat dalam populasi. Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah *non-probability* sampling dengan pendekatan *purposive sampling*, yaitu metode penentuan sampel yang didasarkan pada pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Adapun kriteria yang digunakan dalam penentuan sampel penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswa Baru Tahun Akademik 2025-2026
- b. Berasal Dari Luar Kota Padang
- c. Laki-laki dan Perempuan

Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan tabel rumus Isac dan Michael dengan tingkat kesalahan (*significane Lavel*) sebanyak 5% dengan jumlah populasi 2.473, sehingga diperoleh total sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 307 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data

Sugiyono (2010) menjelaskan bahwa teknik pengumpulan data merupakan berbagai metode yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang diperlukan. Teknik pengumpulan data dapat dilakukan melalui beberapa cara, antara lain wawancara, penyebaran kuesioner, observasi, maupun dengan mengombinasikan lebih dari satu teknik tersebut.

Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti lakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner menurut Sugiyono (2010) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

F. Instrumen Penelitian

Sugiyono (2010) menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk menilai atau mengukur variabel yang menjadi fokus penelitian. Dengan demikian, banyaknya instrumen yang digunakan disesuaikan dengan jumlah variabel yang diteliti. Instrumen tersebut berperan sebagai alat ukur yang dirancang untuk menghasilkan data kuantitatif yang tepat, sehingga setiap instrumen perlu dilengkapi dengan skala pengukuran yang terstandarisasi secara jelas.

Sugiyono (2010) menjelaskan bahwa skala pengukuran merupakan kesepakatan yang dijadikan pedoman dalam menetapkan jarak interval pada suatu alat ukur, sehingga penerapannya dapat menghasilkan data dalam bentuk

kuantitatif. Penelitian ini menggunakan skala Likert sebagai skala pengukuran. Menurut Sugiyono (2010), skala Likert digunakan untuk menilai sikap, pandangan, serta persepsi individu maupun kelompok terhadap suatu gejala atau fenomena sosial.

Penerapan variabel penelitian dijabarkan ke dalam indikator-indikator variabel, yang selanjutnya dijadikan dasar dalam penyusunan item-item instrumen, baik dalam bentuk pernyataan maupun pertanyaan (Sugiyono, 2010). Alternatif jawaban pada skala Likert dalam penelitian ini terdiri atas lima kategori, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), N (Netral), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai).

Pemberian skor pada pernyataan yang bersifat *favorable* dilakukan dengan rentang skor 5 hingga 1, di mana skor 5 diberikan untuk jawaban “Sangat Sesuai” dan skor 1 untuk jawaban “Sangat Tidak Sesuai”. Sebaliknya, pada pernyataan yang bersifat *unfavorable*, pemberian skor dilakukan secara terbalik, yaitu skor 1 untuk jawaban “Sangat Sesuai” dan skor 5 untuk jawaban “Sangat Tidak Sesuai”. Sistem penskoran ini digunakan untuk memperoleh data kuantitatif yang selanjutnya dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian.

Tabel 3. 2
Alternatif Jawaban Perilaku

Alternatif jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Netral	3	3
Tidak sesuai	2	4
Sangat tidak sesuai	1	5

Penelitian ini menggunakan tiga skala pengukurun yaitu skala konsep diri, skala regulasi diri dan skala penyesuain diri, sebagi berikut.

1. Skala Konsep Diri

Skala konsep diri teridiri dari enam aspek yang dikemukakan oleh Bracken (1992), yaitu *Academic self-concept*, *Affect self-concept*, *Competence self concept*, *Family self-Concept*, *Physical self-concept* dan *Social self-concept*. Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala yang di kembangkan oleh Nur Eva, dkk (2020) yang terdiri dari 36 *item favorabel*. Berikut ini *blueprint* distribusi aitem-aitem skala konsep diri.

Tabel 3. 3
Blue Print Skala Konsep Diri

Dimensi	Idikator	Item
Fisik	Tampilan fisik	1,2
	Keterampilan fisik	3,4
	Kesehatan	5,6
Keluarga	Penerimaan dari keluarga	7,8
	Dukungan dari keluarga	9,10
	Relasi dengan keluarga	11,12
Akademik	Mampu menyelesaikan tugas kuliah	13,14
	Bangga dengan kemampuan akademis	15,16
	Memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan akademis	17,18
Kompetensi	Kepemimpinan	19,20
	Kerjasama	21,22
	Inovatif	23,24
Sosial	Teman sebaya	25,25
	Lawan jenis	27,28
	Orang lain	29,30
Afek	Emosi positif	31,32
	Sikap positif	33,34
	Nilai	35,36
Jumlah item		36

2. Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri terdiri dari 3 proses yang dikemukakan oleh Zimmerman (2000) yaitu *Performance and volitional, Forethought*

control, and Self-reflection. Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala yang dikembangkan oleh Setiawan, B, (2022) yang terdiri dari 58 *item favorable* dan 20 *item unfavorable*. Berikut ini *blueprint* distribusi aitem-aitem skala regulasi diri:

Tabel 3. 4
Blue Print Skala Regulasi Diri

Dimensi	Indikator	Jumlah item		Jumlah
		<i>F</i>	<i>UF</i>	
<i>Forethought</i>	Mampu menganalisis peran dan tanggung jawab, menetapkan tujuan, dan merencanakan upaya strategis untuk mencapai tujuan	1,2,3, 6,7,8, 9,10,1 2,13,1 4	4,5,11	14
	Mampu memotivasi diri, meliputi efikasi diri, orientasi dan harapan tujuan, dan nilai-nilai internal dalam diri	15,16, 19,20, 22,23	17,18, 21	9
<i>Performance and volitional control</i>	Mampu mengendalikan diri dengan melibatkan proses intruksi diri untuk menjaga konsentrasi, dan	24,26, 30,31, 32,	25,27, 28,29,	9

	pemilihan strategis dalam mencapai tujuan			
	Mampu mengamati tindakan untuk menghasilkan pemahaman diri yang lebih baik	34,36, 37,38. 39	33,35	7
<i>Self- reflection</i>	Mampu memberikan penilaian diri terhadap satndar, dan pertimbangan sebab- akibat dari tindakan yang diambil.	40,41, 43,44, 45,47, 48,49, 51,52	42,46, 50	13
	Mampu bereaksi secara positif dengan cara mengganti tujuan secara hirarkis, memilih strategi yang lebih efektif, dan menciptakan pendorong diri dalam mencapai tujuan	56	53,54, 55,57, 58	6
Jumlah Total		38	20	58

3. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri terdiri dari 5 karakteristik yang di tentukan oleh Runyon, R. P., & Haber, A. (1984), yaitu persepsi realitas yang akurat, kemampuan menghadapi stres dan kecemasan, citra diri positif, kemampuan mengekspresikan emosi secara penuh

dan hubungan interpersonal yang baik. Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala yang dikembangkan oleh Ababiel, M., dan Yudiarso, A (2025), yang terdiri dari 12 *item favorable* dan 9 *item unfavorable*. Berikut ini *blueprint* distribusi aitem-aitem skala regulasi diri:

Tabel 3. 5
Blueprint Skala Penyesuaian Diri

Aspek	Aitem		Total
	F	UF	
<i>Accurate perception of reality</i>	1,2	3,4	3
<i>Ability to copewith stress and anxiety</i>	5,6	7	2
<i>A positive self-image</i>	9,10	8	2
<i>Ability to express feelings</i>		11, 13, 12,14	3
<i>Good interspers onal relations</i>	17	15,16	3
Total			17

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas menunjukkan tingkat kesesuaian antara data yang diperoleh dari objek penelitian dengan data yang dapat disajikan oleh peneliti. Oleh karena itu, data dikatakan valid apabila informasi yang

dilaporkan peneliti mencerminkan kondisi yang sebenarnya pada objek yang diteliti (Sugiyono, 2010). Uji validitas dalam instrument penelitian konsep diri dan regulasi diri didasarkan pada uji validitas yang telah dilakukan oleh para ahli yang mengembangkan skala penelitian ini.

Pada skala adopsi konsep diri yang dikembangkan oleh Nur Eva, dkk (2020) telah melakukan pengujian validitas dan didapatkan nilai *loading factor* 0,240-1.677. Adapun skala regulasi diri peneliti mengadopsi skala yang di kembangkan oleh Setiawan, B, (2022) telah melakukan pengujian validitas dan didapatkan jika nilai $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ maka aitem dinyatakan valid dan aman. Dari 80 aitem terdapat 22 aitem yang $t\text{-tabel} > t\text{-hitung}$ sehingga diperoleh aitem yang valid sebanyak 58 aitem. Sedangkan skala penyesuaian diri peneliti menggunakan skala yang di kembangkan oleh Ababiel, M., dan Yudiarso, A (2025), kemudian di modifikasi dengan jumlah sebanyak 17 aitem.

2. Uji Diskriminasi atau Daya Beda

Uji daya beda aitem merupakan prosedur yang digunakan untuk menilai kemampuan setiap aitem dalam membedakan individu atau kelompok yang memiliki karakteristik sesuai dengan atribut yang diukur dari mereka yang tidak memilikinya (Azwar, 2012). Pengujian daya diskriminasi aitem dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi antara skor masing-

masing aitem dan skor total, yang direpresentasikan melalui nilai *Corrected Item-Total Correlation*.

Aitem yang memiliki koefisien korelasi $\geq 0,300$ dinyatakan memiliki daya beda yang memuaskan, sedangkan aitem dengan koefisien korelasi $< 0,300$ dianggap memiliki daya beda rendah. Namun demikian, aitem yang memiliki koefisien mendekati batas minimal, yaitu sekitar 0,275, masih dapat dipertimbangkan untuk dipertahankan dengan pertimbangan tertentu (Azwar, 2012).

Pengujian daya diskriminasi aitem dilakukan berdasarkan data hasil uji coba (*try out*) instrumen penelitian. Analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 20 *for Windows*. Uji coba instrumen penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2026 secara daring di Universitas Islam Sumatra Barat dengan melibatkan 32 orang mahasiswa baru perantau sebagai subjek penelitian.

Data hasil uji coba selanjutnya dianalisis menggunakan SPSS versi 20 *for Windows* untuk mengidentifikasi aitem-aitem yang valid dan tidak valid berdasarkan kategori indeks daya diskriminasi aitem. Suatu aitem dinyatakan valid apabila memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* sebesar $\geq 0,300$.

a. Hasil uji coba skala penyesuaian diri

Tabel 3. 6
Blueprint Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Aitem		Total
	F	UF	
<i>Accurate perception of reality</i>	1,2	3,4	3
<i>Ability to copewith stress and anxiety</i>	5,6	7	2
<i>A positive self-image</i>	9,10	8	2
<i>Ability to express feelings</i>		11, 13, 12,14	3
<i>Good interpers onal relations</i>	17	15,16	3
Total			13

Keterangan: Angka yang dicetak tebal menunjukkan aitem yang dinyatakan gugur.

Berdasarkan hasil uji daya diskriminasi aitem pada skala penyesuaian diri, dengan ketentuan bahwa nilai koefisien korelasi $\geq 0,300$ termasuk dalam kategori daya beda aitem yang baik dan dapat diterima, diperoleh hasil bahwa dari total 17 aitem yang diuji, sebanyak 13 aitem dinyatakan diterima dan layak digunakan dalam penelitian. Sementara itu, sebanyak 4 aitem dinyatakan gugur atau tidak valid

karena memiliki nilai koefisien korelasi $\leq 0,300$, yaitu aitem nomor 2, 6, 10, dan 13.

3. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2010) uji reliabilitas merupakan uji yang berkaitan dengan tingkat konsistensi dan kestabilan data atau temuan penelitian. Dalam penelitian kuantitatif, data dikatakan reliabel apabila beberapa peneliti yang mengukur objek yang sama memperoleh hasil yang serupa, atau peneliti yang sama mendapatkan hasil yang konsisten pada waktu berbeda. Selain itu, data juga dianggap reliabel jika ketika dibagi menjadi dua bagian, hasil yang diperoleh tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan.

Tingkat reliabilitas suatu instrumen diukur menggunakan koefisien reliabilitas yang nilainya berkisar antara 0,0 hingga 1,0. Semakin mendekati angka 1,0, maka instrumen tersebut dianggap semakin reliabel (Azwar, 2019). Dalam penelitian ini, hanya aitem yang telah lolos uji validitas yang kemudian dianalisis reliabilitasnya. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 20 untuk Windows.

Hasil uji reliabilitas instrumen penelitian disajikan untuk masing-masing skala yang digunakan, yaitu skala konsep diri, skala regulasi diri, dan skala penyesuaian diri.

Tabel 3. 7
Uji Relianilitas Skala Konsep Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.924	61

Berdasarkan hasil analisis reliabilitas, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* pada skala konsep diri sebesar 0,924, yang menunjukkan bahwa skala tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik.

Tabel 3. 8
Uji Relianilitas Skala Regulasi Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.881	61

Berdasarkan hasil analisis reliabilitas, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* pada skala regulasi diri sebesar 0,881, yang

menunjukkan bahwa skala tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik.

Tabel 3. 9
Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.855	13

Berdasarkan hasil analisis reliabilitas, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* pada skala peyesuaian diri sebesar 0,855, yang menunjukkan bahwa skala tersebut memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses yang dilakukan setelah semua data penelitian berhasil dikumpulkan dan diolah menggunakan metode statistik (Sugiyono, 2010). Analisis ini dilakukan setelah data dari seluruh responden tersedia, dengan langkah-langkah mencakup pengelompokan data berdasarkan variabel dan karakteristik responden, mentabulasi data sesuai variabel penelitian, penyajian data dari setiap variabel yang diteliti, serta pelaksanaan pengujian hipotesis.

Pada penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi berganda. Proses analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat

lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 20, yang digunakan untuk mengolah dan menganalisis data penelitian sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

1. Kategori Variabel

Analisis kategori variabel pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui seberapa tinggi kategorisasi ketiga variabel yaitu Konsep diri, regulasi diri dan penyesuaian diri.

Tabel 3. 10
Penentuan Kategori

No	Kategori	Kriteria
1.	Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$
2.	Sedang	$M - \text{SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
3.	Tinggi	$M + 1 \text{ SD} \leq X$

Keterangan:

X : Skor total jawaban sampel

M : Skor rata-rata

SD : Standar deviasi

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji normalitas.

Menurut Indartini dan Mutmainah (2024), uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dalam

penelitian berdistribusi normal atau tidak, sehingga dapat memenuhi asumsi dasar analisis statistik parametrik. Normalitas data dapat diukur dengan *Test Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit*, dengan kaidah keputusan apabila nilai signifikansi (*sig.*) dari uji normalitas lebih besar dari atau sama dengan 0,05 ($\alpha \geq 0,05$), dan sebaliknya data dinyatakan tidak berdistribusi normal jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 (*sig.* $< 0,05$). Adapun pengolahan data akan di bantu oleh program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*)

b. Uji multikolinearitas

Ghozali (2013), menjelaskan bahwa uji multikolinearitas merupakan salah satu syarat dalam analisis regresi berganda, yang digunakan untuk menilai apakah terdapat hubungan korelasi di antara variabel-variabel bebas. Deteksi keberadaan multikolinearitas dalam suatu model regresi dapat dilakukan dengan langkah-langkah berikut:

- 1) Nilai R^2 yang di hasilkan dari estimasi model regresi empiris sangat tinggi, tetapi secara individual variabel-variabel *independen* banyak yang tidak signifikan dalam mmepengaruhi varaibel *Dependen*.

- 2) Menganalisis matriks korelasi antar variabel bebas. Jika terdapat korelasi yang cukup tinggi antara variabel *independen*, biasanya di atas 0,90, hal ini dapat menjadi indikasi adanya multikolinearitas.
- 3) Multikolinearitas juga dapat diamati melalui nilai tolerance dan kebalikannya, variance inflation factor (VIF). Tolerance menunjukkan proporsi varians dari suatu variabel *independen* yang tidak dijelaskan oleh variabel *independen* lainnya, sementara VIF mencerminkan tingkat inflasi varians akibat adanya korelasi antar variabel bebas (Ghozali, 2013). Secara umum, suatu model regresi dianggap bebas dari multikolinearitas jika nilai Tolerance $> 0,10$ dan VIF < 10 . Sebaliknya, jika Tolerance $\leq 0,10$ atau VIF ≥ 10 , hal ini menandakan adanya multikolinearitas yang tinggi dalam model (Ghozali, 2013).

3. Uji Hipotesis

a. Uji regresi linear berganda

Analisis regresi linear berganda merupakan teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan linear antara dua atau lebih variabel bebas ($X_1, X_2, \dots, X_n$) dengan

variabel terikat (Y). Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengetahui arah pengaruh setiap variabel *independen* terhadap variabel *Dependen*, apakah bersifat positif atau negatif, serta untuk memprediksi nilai variabel *Dependen* ketika nilai variabel *independen* meningkat atau menurun. Biasanya, analisis ini diterapkan pada data yang memiliki skala interval atau rasio (Indartini & Mutmainah, 2024).

Persamaan regresi linear berganda sebagai berikut:

$$Y=a+b_1X_1+b_2X_2+.....+b_nX_n$$

Keterangan:

Y= Variabel *Dependent* (nilai yang diprediksikan)

X1 dan X2= Variabel *independent*

a= Konstanta (nilai Y' apabila X1, X2...Xn=0)

b= Koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)

b. Uji simultan (Uji F)

Menurut Priyatno (dalam Rusi, 2019), menyatakan bahwa uji F digunakan untuk menilai apakah variabel *independen* secara bersamaan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel *Dependen*. Dalam analisis regresi, uji F ini berfungsi untuk mengevaluasi kelayakan model secara keseluruhan dengan cara membandingkan nilai signifikansi yang diperoleh dengan tingkat signifikansi yang telah

ditentukan. Jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa variabel *independen* secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel *Dependen*, sehingga model regresi dianggap layak digunakan dalam penelitian

- 1) Jika nilai $\text{sig} < 0,05$ atau $F \text{ hitung} > F \text{ tabel}$ maka terdapat pengaruh simultan yang signifikan.
- 2) Jika nilai $\text{sig} > 0,05$ atau $F \text{ hitung} < F \text{ tabel}$ maka tidak terdapat pengaruh simultan yang signifikan.

c. Uji parsial (Uji t)

Menurut Priyatno (dalam Rusi, 2019), menyatakan bahwa uji t digunakan untuk menilai pengaruh tiap variabel *independen* secara parsial terhadap variabel *Dependen*. Uji t bertujuan untuk mengetahui sejauh mana masing-masing variabel bebas, yaitu X_1 dan X_2 , memberikan pengaruh secara individual terhadap variabel terikat (Y). Pengujian dilakukan dengan membandingkan nilai $t \text{ hitung}$ dengan $t \text{ tabel}$ atau dengan melihat nilai signifikansi yang diperoleh. Apabila nilai $t \text{ hitung}$ lebih besar dari $t \text{ tabel}$ atau nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa variabel *independen*

secara parsial berpengaruh signifikan terhadap variabel *Dependen*.

d. Koefisien determinan

Menurut Ghozali (2013), menjelaskan bahwa koefisien determinan pada intinya mengukur sejauh mana kemampuan model dalam menerangkan variasi pada variabel *Dependen*. Dalam penelitian ini, koefisien determinasi digunakan untuk menilai sejauh mana variabel *independen*, yaitu konsep diri (X_1) dan regulasi diri (X_2), dapat menjelaskan perubahan pada variabel *Dependen*, yaitu resiliensi (Y). Dengan kata lain, nilai R^2 mencerminkan besarnya kontribusi gabungan X_1 dan X_2 terhadap variasi yang terjadi pada Y .