

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

3.1. Metode Penelitian

Metodologi penelitian adalah cara berpikir ilmiah yang rasional, empiris dan sistematis yang digunakan oleh para peneliti dalam bidang tertentu untuk melakukan kegiatan penelitian secara terarah. Berpikir rasional berarti proses penelitian dilakukan atas dasar logika dan penalaran sehingga tindakan yang dilakukan dapat diterima oleh akal sehat. Selain itu, penelitian bersifat empiris yang didasarkan pada data dan fakta nyata yang diperoleh melalui pengamatan atau pengalaman langsung di lapangan. Sementara itu, sistematis berarti penelitian dilakukan secara terstruktur dan mengikuti urutan langkah-langkah tertentu, mulai dari perumusan masalah hingga penarikan kesimpulan. Melalui pendekatan ini, metodologi penelitian membantu peneliti untuk mengumpulkan dan mengembangkan temuan yang valid, objektif, dan dapat diverifikasi secara ilmiah. Sistematis menunjukkan bahwa proses dalam penelitian dilakukan melalui tahapan-tahapan tertentu yang logis, runtut, dan terorganisir dengan baik. empiris, berarti suatu metode atau cara yang digunakan dapat diamati secara langsung melalui indera manusia, sehingga memungkinkan orang lain juga untuk mengamati dan memverifikasinya (Jaya, 2020, hlm 5).

Penelitian kuantitatif merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian melalui rancangan yang tersusun secara sistematis dan sesuai dengan kaidah ilmiah. Prosesnya mencakup berbagai komponen seperti identifikasi fenomena, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, telaah terhadap penelitian sebelumnya, penyusunan instrumen, penentuan populasi dan sampel, pengumpulan serta jenis data, hingga teknik analisis yang digunakan (R. Wijayanti et al., 2021, hlm 10) .

Jenis pendekatan kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif asosiatif, di mana menurut Arikunto (2011) dalam (A. P. Putri, 2024, hlm 27) kuantitatif asosiatif dapat diartikan sebagai bentuk pendekatan penelitian bersifat untuk mencari hubungan atau pengaruh tingkat keterkaitan antara variabel X dengan Variabel Y. Pemilihan metode penelitian kuantitatif asosiatif selaras dengan tujuan penelitian yaitu untuk mencari tahu keterkaitan antara variabel bebas (X) dengan Variabel terikat (Y), di mana penelitian ini dilakukan untuk mencari tahu apakah terdapat Pengaruh Kesehatan Fisik Terhadap Kesehatan Psikologis.

3.2. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut, nilai/sifat dari objek, individu atau atau aktivitas yang menunjukkan perbedaan atau variasi tertentu antara satu dengan yang lain, yang secara sengaja ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti, dianalisis, dan dijadikan dasar dalam menarik suatu kesimpulan (Sinambela, 2023, hlm 84). Menurut Paramita et al. (2021, hlm 36) Variabel penelitian pada dasarnya adalah objek penelitian atau unsur yang dipilih peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi yang relevan dan digunakan sebagai dasar untuk menarik kesimpulan. Dalam penelitian ini, penulis telah mengidentifikasi dua variabel yang akan diamati dan diteliti, yaitu variabel X (kesehatan fisik) dan variabel Y (kesehatan psikologis).

3.2.1. Variabel Independen

Pada umumnya, sering kali disebut sebagai variabel bebas, Ini adalah variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. (Sugiyono, 2015, hlm 61). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen (X) adalah kesehatan fisik.

3.2.2. Variabel Dependen

Pada umumnya, sering kali disebut sebagai variabel terikat, di mana variabel ini dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2013, hlm 39). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel dependen (Y) adalah kesehatan psikologis. Berikut gambaran kedua variabel dalam penelitian ini:



Gambar 3. 1 Variabel Penelitian

Sumber: Peneliti, 2025

Keterangan:

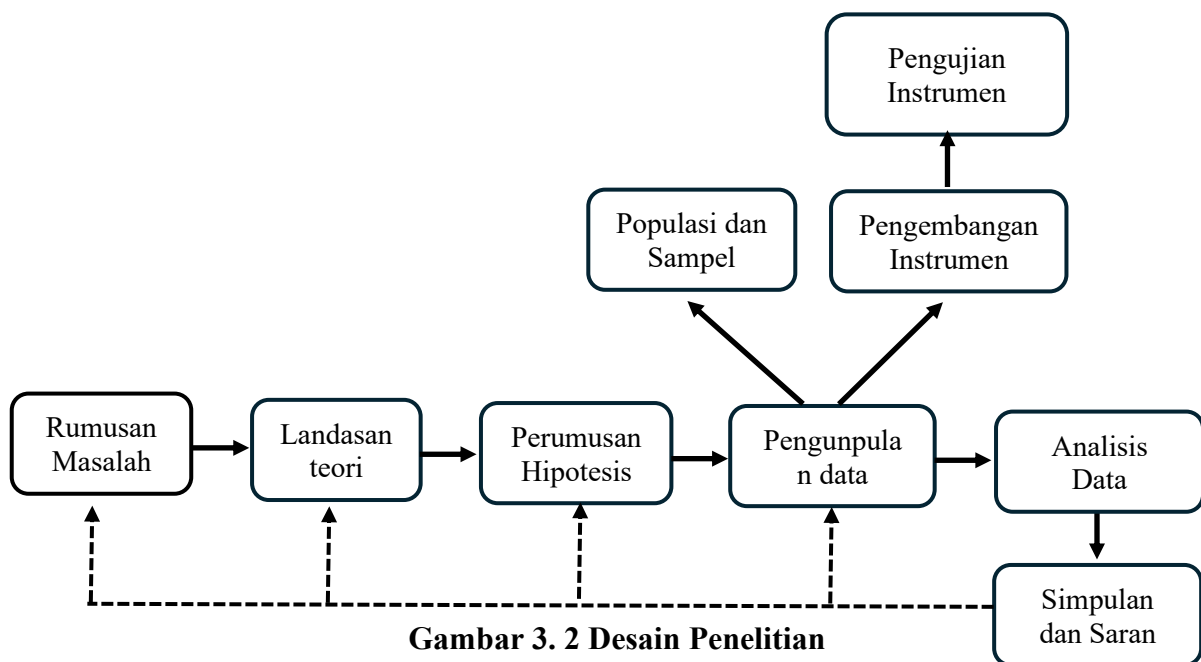
X : Variabel Independen atau bebas (Kesehatan Fisik)

Y : Variabel Dependen atau terikat (Kesehatan Psikologis)

➡ : Pengaruh Kesehatan Fisik Terhadap Kesehatan Psikologis

3.3. Desain Penelitian

Berikut ini merupakan gambaran alur prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, yaitu:



Gambar 3. 2 Desain Penelitian

Sumber: (Sugiyono, 2019)

3.4. Populasi dan Sampel

3.4.1. Populasi

Menurut Sugiyono (2015, hlm 117) Populasi merujuk pada area generalisasi yang mencakup objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik spesifik yang telah ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian diambil kesimpulannya. Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah anggota Posyandu Delima

Putih dengan rentang usia 65 – 70 tahun dimana menurut *World Health Organization* (WHO) dalam (Pipit Festi, 2018, hlm 5) lansia dibagi menjadi 4, yaitu usia pertengahan, lanjut usia, lanjut usia tua, dan usia sangat tua, maka dari itu lansia dengan rentang usia 65 – 75 tahun termasuk dalam kategori lanjut usia, dimana masih memiliki kondisi yang lebih prima karena baru memasuki usia lanjut, sejalan dengan pendapat dari Departemen Kesehatan tahun 1998 dalam (Yunita & Manongga, 2020, hlm 133) sebanyak 5% Lansia dengan usia 65 sampai 70 tahun mengalami gangguan daya ingat dan diperkirakan meningkat dua kali lipat setiap 5 tahun sehingga mencapai 45% pada usia diatas 85 tahun. Dengan itu peneliti memutuskan untuk mengambil populasi lansia dengan usia 65-70 tahun untuk memudahkan peneliti mendapatkan hasil yang maksimal.

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi di Posyandu Delima Putih

No.	Umur	Jumlah Lansia
1.	65-67	23
2.	68-70	11
Jumlah		34

Sumber: (Data Peneliti, 2025)

3.4.2. Sampel

Dalam penelitian, Sampel merupakan sebagian dari jumlah keseluruhan dan karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi. Ketika jumlah populasi terlalu besar, maka tidak memungkinkan bagi peneliti untuk mempelajari seluruh elemen populasi karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya. Oleh karena itu, peneliti dapat mengambil sampel sebagai perwakilan dari populasi untuk dijadikan subjek penelitian. (Sugiyono, 2013, hlm 81).

Dalam penelitian ini sampel yang akan digunakan adalah sampling jenuh. Dimana Sampling jenuh menurut (Sugiyono, 2018, hlm 138) merupakan metode pengambilan sampel yang mencakup seluruh anggota populasi sebagai sampel. Oleh karena itu penelitian ini sampel yang digunakan adalah seluruh populasi yang berjumlah 34.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sidik Priadana (2012) dalam (Septiani, 2024, hlm 31) menjelaskan bahwa teknik pengumpulan data adalah upaya untuk mengumpulkan data yang ada di lapangan untuk menjawab pertanyaan penelitian (untuk penelitian kualitatif) atau hipotesis dalam penelitian kuantitatif.

Menurut Istijanto (2005) dalam (Sinambela, 2023, hlm 202) pengumpulan data kuantitatif menghasilkan data yang bersifat terstruktur, sehingga peneliti dapat melakukan proses pengkuantitatifan data, yaitu mengubah data semula menjadi data berwujud angka. Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan berupa:

3.5.1. Kuesioner

Kuesioner merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara menyajikan pertanyaan, atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2015, hlm 199). Menurut Pujiastuti (2010, hlm 44) kuesioner digunakan untuk memperoleh informasi pribadi misalnya sikap, opini, harapan, dan keinginan responden.

Penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup yang diberikan kepada beberapa lansia yang menjadi sampel penelitian berjumlah 34 orang. Kuesioner tertutup adalah jenis pertanyaan yang dirancang untuk mendapatkan jawaban singkat, di mana responden diminta memilih satu jawaban dari pilihan yang telah disediakan untuk setiap pertanyaan. (Sugiyono, 2013, hlm 143).

Dimana saat pembagian kuesioner, peneliti akan bertanya secara langsung dengan memberikan pernyataan melalui *handphone* peneliti dikarenakan pernyataan menggunakan *Google Form* dan untuk memastikan kerahasiaan dan kenyamanan dalam pengisian, selain itu juga akan membantu para lansia agar tidak mengalami kesulitan dalam memahami pertanyaan. Pembagian kuesioner dilakukan seperti ini bertujuan untuk memperkecil resiko kesalahan dalam pengisian data tanpa mempengaruhi jawaban responden.

3.5.2. Observasi

Sutrisno Hadi (1986) dalam (Sugiyono, 2013, hlm 145) Observasi adalah suatu proses yang melibatkan gabungan beberapa aspek biologis dan psikologis. Teknik observasi dibedakan menjadi dua jenis, yaitu observasi partisipatif, dan non partisipatif observasi partisipatif adalah peneliti terlibat langsung pada kegiatan yang teliti, dan observasi nonpartisipatif adalah peneliti hanya sebagai pengamat tanpa terlibat langsung. Dalam penelitian ini, observasi nonpartisipatif adalah observasi yang digunakan oleh peneliti. Dalam artian peneliti tidak terlibat langsung dalam kegiatan di tempat penelitian melainkan hanya menjadi pengamat independen.

3.6. Indikator Penelitian

Berdasarkan dari variabel penelitian dan kajian teori dalam penelitian ini, indikator yang diambil dalam penelitian ini yaitu kesehatan fisik yang mempengaruhi kesehatan psikologis. Berikut gambaran indikator penelitian dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3. 2 Indikator Penelitian

Variabel	Indikator
Kesehatan Fisik (Variabel X)	1. Energi dan Kelelahan
	2. Tidur dan Istirahat
	3. Nyeri dan Ketidaknyamanan
	4. Aktivitas Sehari-hari
	5. Mobilitas
	6. Ketergantungan Pada Obat
	7. Kapasitas Kerja
Variabel	Indikator
Kesehatan Psikologis (Variabel Y)	1. Citra dan Penampilan Tubuh
	2. Perasaan Negatif
	3. Perasaan Positif
	4. Harga Diri
	5. Berfikir, Belajar, Memori, dan Konsentrasi
	6. Agama, Spiritual dan keyakinan Pribadi

Sumber: (Data Peneliti, 2025)

3.7. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan sarana yang digunakan untuk mengumpulkan, mengelola, menganalisis, dan menyajikan data secara terstruktur dan objektif, dengan tujuan untuk menyelesaikan suatu permasalahan atau menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya.. (Nasution, 2016, hlm 64). Menurut Djaali (2000) dalam (Sappaile, 2007, hlm 2) Instrumen adalah alat yang telah memenuhi kriteria akademis sehingga layak digunakan sebagai alat ukur untuk menilai suatu objek atau mengumpulkan data terkait suatu variabel. Instrumen penelitian merupakan panduan tertulis yang digunakan dalam proses wawancara, observasi, maupun pemberian pertanyaan, yang disusun untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. (Ovan & Saputra, 2020, hlm 1).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner atau angket dan skala likert. Dimana Skala likert adalah skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena sosial (Sinambela, 2023, hlm 234-237). Berikut gambaran mengenai skor skala likert dalam bentuk tabel:

Tabel 3. 3 Skor Skala Likert

Jawaban	Kode	Skor Positif
Sangat Setuju	SS	5
Setuju	S	4
Netral	N	3
Tidak Setuju	TS	2
Sangat Tidak Setuju	STS	1

Sumber: (Budiaji, 2013, hlm 130)

3.9.1. Instrumen Variabel Kesehatan Fisik (X)

Instrumen variabel independen (X) adalah kesehatan fisik, indikator yang digunakan pada penelitian ini merupakan bentuk-bentuk kesehatan fisik menurut (Simanjuntak, 2023, hlm 17). Adapun kisi-kisi instrumen kesehatan fisik (X) yaitu dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen Kesehatan Fisik (X)

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	No. Item	Total
Kesehatan Fisik	Kesehatan Fisik	Energi dan kelelahan	01	1
		Tidur dan istirahat	02	1
		Nyeri dan ketidaknyamanan	03,04	2
		Aktifitas sehari-hari	05,06,07	3
		Mobilitas	08	1
		Ketergantungan pada obat	09	1
		Kapasitas kerja	10	1

3.9.2. Instrumen Variabel Kesehatan Psikologis (Y)

Instrumen variabel dependen (Y) yaitu kesehatan psikologis. Indikator yang digunakan dalam penelitian ini menunjukkan bentuk-bentuk kesehatan psikologis yang dirumuskan oleh (Andrew, 2022, hlm 41).

Tabel 3. 5 Kisi-kisi Instrumen Penelitian Variabel Kesehatan Psikologis (Y)

Variabel	Indikator	Sub-Indikator	No. Item	Total
Kesehatan Psikologis	Kesehatan Psikologis	Citra dan penampilan tubuh	01,02	2
		Perasaan negatif	03	1
		Perasaan Positif	04,05	2
		Harga diri	06	1
		Berfikir, mendapatkan penghasilan, memori dan konsentrasi	07	1
		Agama/spiritual/kepercayaan pribadi	08	1

Sumber: (Data Peneliti, 2025)

3.10. Teknik Analisis Data

3.8.1. Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam suatu penelitian dikenal dengan uji validitas dan uji reliabilitas. Maka dari itu, dalam penelitian kuantitatif, kriteria yang menjadi standar utama terhadap data hasil penelitian yaitu melibatkan kriteria valid, reliabel, dan objektif. Sehingga suatu instrumen yang digunakan dalam penelitian kuantitatif perlu melalui tahap pengujian keabsahan terlebih dahulu, yaitu dengan melakukan uji validitas dan reliabilitas.

3.10.1.1. Uji Validitas

Uji validitas adalah proses yang digunakan untuk menilai apakah suatu alat ukur dapat dianggap valid atau tidak. Alat ukur yang dimaksud dalam hal ini adalah pernyataan yang ada di dalam kuesioner (Janna & Herianto, 2021, hlm 2). Menurut Wahyudi (2020) dalam (Ovan & Saputra, 2020, hlm 2) Validitas, yang berasal dari kata *validity*, mengacu pada sejauh mana akurasi dan ketelitian suatu alat ukur dalam menjalankan fungsi dan ukurannya.

Penelitian ini menggunakan analisis Korelasi Pearson sebagai metode untuk melakukan uji validitas instrumen dan pengujian validitas ini dilakukan pada para lansia yang ada di Posyandu Delima Putih. Adapun rumus matematika dari analisis korelasi pearson, sebagai berikut (Sugiono, 2007 dalam A. P. Putri, 2024, hlm 37):

$$r_{xy} = \frac{\sum nXY - \sum X \sum Y}{\sqrt{(n \sum X^2 - (\sum X)^2) (n \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Korelasi antara variabel X dengan variabel Y
- $\sum X$: Jumlah data variabel X
- $\sum Y$: Jumlah data variabel Y
- $\sum xy$: Jumlah dari perkalian variabel X dan variabel Y
- n : Jumlah sampel

Dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

- Jika $r_{hitung} > r_{tabel} (0,361)$ maka dikatakan bahwa instrumen penelitian bersifat valid, dan apabila
- Jika $r_{hitung} < r_{tabel} (0,361)$ maka dikatakan bahwa instrumen penelitian bersifat tidak valid.

Uji validitas dilakukan kepada 30 lansia yang merupakan anggota di Posyandu Cempaka dengan taraf signifikan 0,05 dengan nilai r_{tabel} pada penelitian ini yaitu 0,361. Maka jika $r_{hitung} > 0,361$ maka instrumen penelitian ini dinyatakan valid. Sebaliknya jika $r_{hitung} < 0,361$ maka instrumen penelitian dinyatakan tidak valid. Adapun hasil uji validitas dapat dilihat melalui tabel dibawah ini:

Tabel 3. 6 Perbandingan r tabel dan r hitung Uji Validitas

No. Item	r tabel	r hitung	Keterangan
X1	0,361	0,390	Valid
X2	0,361	0,738	Valid
X3	0,361	-029	Tidak Valid
X4	0,361	0,506	Valid
X5	0,361	0,546	Valid
X6	0,361	0,396	Valid
X7	0,361	0,424	Valid
X8	0,361	-,154	Tidak Valid
X19	0,361	0,499	Valid
X10	0,361	0,537	Valid
X11	0,361	0,738	Valid
X12	0,361	0,588	Valid
X13	0,361	0,068	Tidak Valid
X14	0,361	0,236	Tidak Valid
X15	0,361	0,077	Tidak Valid
X16	0,361	0,453	Valid
X17	0,361	0,699	Valid
Y1	0,361	0,409	Valid
Y2	0,361	0,730	Valid
Y3	0,361	0,093	Tidak Valid
Y4	0,361	0,477	Valid
Y5	0,361	0,552	Valid
Y6	0,361	0,457	Valid
Y7	0,361	0,457	Valid
Y8	0,361	-,127	Tidak Valid
Y9	0,361	0,475	Valid
Y10	0,361	0,521	Valid
Y11	0,361	0,720	Valid
Y12	0,361	0,536	Valid
Y13	0,361	0,071	Tidak Valid
Y14	0,361	0,277	Tidak Valid

Sumber: (Data Peneliti, 2025)

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa pada variabel kesehatan Fisik (X) dari total 17 item sebanyak 12 item dinyatakan Valid dan sisanya 5 item dinyatakan tidak valid. Sementara pada variabel kesehatan Psikologis (Y) dari total 14 item sebanyak 10 item dinyatakan valid dan sisanya 4 item dinyatakan tidak valid. Item yang tidak valid tidak akan digunakan, sebagaimana pendapat dari Marthasari & Hayatin (2016, hlm 6) bahwa item yang tidak valid akan digantikan oleh item lain dalam kuesioner yang dianggap mampu mewakili pertanyaan tersebut.

3.10.1.2. Uji Reliabilitas

Menurut Dewi (2018, hlm 2) reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur, apakah dapat digunakan dan tetap konsisten jika pengukuran tersebut diulang.. Alat ukur itu reliabel dalam mengukur suatu gejala pada waktu yang berlainan senantiasa menunjukkan hasil yang sama. Sejalan dengan apa yang dijelaskan oleh Ovan & Saputra (2020, hlm 4) Reabilitas adalah istilah yang dipakai untuk menunjukkan sejauh mana suatu hasil pengukuran relatif konsisten apabila pengukuran diulang dua kali atau lebih.

Uji reliabilitas ini akan dilakukan kepada lansia yang ada di Posyandu Delima Putih. Adapun rumus pada uji reliabilitas dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan model alpha cronbach, dengan rumus sebagai berikut (Yusup, 2018, hlm 22) :

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

Keterangan:

- r_i : Nilai Reliabilitas
 k : Jumlah Item pertanyaan
 $\sum si^2$: Jumlah varian skor tiap-tiap item
 S_t^2 : Varian total

Dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut (Gunawan, 2015, hlm 107):

- Jika alpha bernilai 0,8-10 maka dikatakan bahwa reliabilitas baik
- Jika alpha bernilai 0,6-0,799 maka dikatakan bahwa reliabilitas diterima
- Jika alpha bernilai $> 0,6$ maka dikatakan bahwa reliabilitas kurang baik.

Adapun hasil uji reliabilitas instrumen variabel Kesehatan Fisik (X) dapat dilihat melalui tabel di bawah ini:

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kesehatan Fisik (X)

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach' Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,677	17

Sumber: (Data Peneliti, 2025)

Berdasarkan tabel tersebut, hasil uji reliabilitas instrumen Kesehatan Psikologis memperoleh nilai sebesar 0,677 yang menandakan bahwa koefisien reliabilitas instrumen pada variabel Kesehatan Fisik (X) diterima.

Selain itu, terdapat data hasil reliabilitas instrumen variabel Kesehatan psikologis (Y) dapat dilihat melalui tabel dibawah ini:

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kesehatan Psikologis (Y)

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach' Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.607	14

Sumber: (Data Peneliti, 2025)

Berdasarkan tabel tersebut, hasil uji reliabilitas instrumen Kesehatan Psikologis memperoleh nilai sebesar 0,677 yang menandakan bahwa koefisien reliabilitas instrumen pada variabel Kesehatan Psikologis (Y) diterima.

3.8.2. Analisis Statistika Deskriptif

Statistik deskriptif adalah metode statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan atau mendeskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya, tanpa bertujuan untuk menarik kesimpulan umum atau melakukan generalisasi (Sugiyono, 2018, hlm 226). Analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk mendeskripsikan kesehatan fisik dan kesehatan psikologis dengan menggunakan bantuan komputer IBM SPSS versi 23 for windows. Berikut rumus dari statistik deskriptif.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Presentase

F : Responden Frekuensi

N : Jumlah Data/Sampel

3.8.3. Uji Asumsi Klasik

Uji Asumsi klasik adalah persyaratan statistik yang harus dipenuhi pada analisis regresi linier yang berbasis pada *Ordinary Least Square* (OLS). Analisis regresi yang tidak didasarkan pada OLS, maka tidak memerlukan asumsi klasik. Uji asumsi klasik yang akan digunakan oleh peneliti ada 3 jenis, yaitu uji normalitas, uji Heteroskedastisitas, dan uji Linearitas.

3.8.3.1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak (Sholicha, 2020, hlm 1). Penelitian ini menggunakan metode uji *One Sampel* Kolomogorov Smirnov. Dengan dasar pengambilan keputusan, apabila:

- Nilai signifikansi $\leq \alpha 0,05$ maka data dikatakan tidak terdistribusi secara normal, atau
- Nilai signifikansi $\geq \alpha 0,05$ maka data dikatakan terdistribusi secara normal.

3.8.3.2. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk menguji apakah terdapat ketidakkonsistenan varians residual antara satu pengamatan dengan pengamatan lainnya dalam model regresi linier. Jika varians residual tetap konstan antara pengamatan satu dengan yang lainnya, maka dikatakan terjadi homoskedastisitas. Sebaliknya, jika varians residual berbeda-beda antar pengamatan, maka disebut heteroskedastisitas. (Sholicha, 2020, hlm 1).

Uji heteroskedastisitas yang digunakan oleh penulis adalah metode uji Glejser dengan dasar pengambilan keputusan, apabila:

- Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala heteroskedastisitas dalam model regresi.
- Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat gejala heteroskedastisitas dalam model regresi.

3.8.3.3. Uji Asumsi Linearitas

Uji asumsi linearitas adalah prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian berstatus linier atau tidak. Uji ini berguna untuk membuktikan bahwa masing-masing variabel bebas mempunyai hubungan yang linier dengan variabel terikat (Sahri et al., 2019, hlm 7). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan komputer IBM SPSS versi 23 for windows. Berikut rumus yang digunakan dalam uji lineritas yakni sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 JK(T) &= \sum Y^2 \\
 JK(A) &= \frac{(\sum Y)^2}{n} \\
 JK(b|a) &= b \left\{ \sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{n} \right\} \\
 JK(G) &= \frac{[n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)]^2}{n [n \sum X^2 - (\sum X)^2]} \\
 JK(S) &= JK(T) - JK(a) - JK(b|a) \\
 JK(TC) &= \sum_{vi} \left(\sum Y - \frac{(\sum Y)^2}{n_i} \right)
 \end{aligned}$$

Keterangan:

- JK (T) : Jumlah Kuadrat Total
- JK (a) : Jumlah Kuadrat Koefisien a
- JK (b | a) : Jumlah Kuadrat Regresi (b | a)
- JK (S) : Jumlah Kuadrat Sisa
- JK (TC) : Jumlah Kuadrat Tuna Cocok
- JK (G) : Jumlah Kuadrat Galat

Adapun kriteria pengujian tersebut adalah sebagai berikut:

- Jika nilai signifikansi > 0,05 maka terdapat hubungan yang linear secara signifikansi pada dua variabel
- Jika nilai signifikansi < 0,05 maka tidak terdapat hubungan yang linear secara signifikan pada dua variabel (A. F. Putri, 2024, hlm 51).

3.8.4. Uji Hipotesis

Menurut (Heryana, 2020, hlm 2) hipotesis merupakan dugaan-dugaan masih lemah dan harus diputuskan menerima atau menolak hipotesa tersebut dengan uji hipotesis. Hipotesis berasal dari dua kata yaitu *Hypo* artinya lemah dan *Thesis* yang artinya teori/pendapat. Pada penelitian ini, penulis melakukan uji hipotesis untuk mencari tahu apakah terdapat pengaruh variabel bebas/X (Kesehatan Fisik) terhadap Variabel terikat/Y (Kesehatan Psikologis).

3.8.4.1. Analisis Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana adalah metode statistik yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana hubungan sebab akibat antara variabel faktor penyebab (X) terhadap variabel akibat (Y) (Erzed, 2019, hlm 1). Dalam pegujian ini, peneliti menggunakan bantuan IBM SPSS versi 23 for windows. Adapun rumus matematika yang digunakan dalam analisis regresi linier sederhana, sebagai berikut:

$$\hat{Y} = a + bX$$

Keterangan:

- $\hat{Y}$: Subjek dalam variabel dependen (kesehatan psikologis)
- X : Subjek dalam variabel independen (kesehatan fisik)
- a : Bilangan konstanta regresi untuk X = 0 (nilai Y pada saat X nol)
- b : Koefisiensi arah Y dapat bertambah atau berkurang 1 unit

5.5.3.2. Analisis Determinasi *R-Square*

Analisis determinasi (*R-Square*) dilakukan untuk melakukan pengukuran seberapa besar variabel bebas (X) memberikan kontribusi terhadap variabel terikat (Y). Analisis ini juga dimanfaatkan untuk mengetahui besaran presentase pengaruh yang diberikan variabel independen terhadap variabel dependen (Novianti, 2020 dalam (Nursyifa, 2023, hlm 92-93).

$$KD = R^2 \times 100\%$$

Keterangan:

- KD : Koefisien Determinan
- R^2 : Kuadrat Koefisien Korelasi Sederhana r_{xy}
- 100% : Presentase kontribusi

3.9. Langkah-langkah Penelitian

Terdapat tiga tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu tahapan persiapan, tahapan pelaksanaan, dan tahapan laporan. Berikut penjelasannya:

a. Tahapan Persiapan

Pada tahapan ini, penelitian dimulai dengan menentukan lokasi untuk melakukan observasi awal, setelah sudah menentukan tempat dan mengetahui permasalahan apa saja yang ada disana, penulis mulai menentukan judul yang sesuai dengan masalah yang ditemukan, lalu meminta persetujuan kepada dosen mengenai judul penelitian. Selanjutnya mulai membuat latar belakang, membuat perumusan, tujuan, manfaat, membuat landasan teori, menetapkan hipotesis, menetapkan metode penelitian dan mengumpulkan berbagai sumber yang berkaitan dengan apa yang akan penulis teliti.

b. Tahapan Pelaksanaan

Tahapan selanjutnya adalah tahapan pelaksanaan, yaitu mulai mengumpulkan data-data yang diperlukan untuk menjawab permasalahan dengan menggunakan angket sebagai teknik, kemudian melakukan analisis terhadap data yang sudah didapatkan agar bisa ditarik kesimpulan berdasarkan data di lapangan.

c. Tahapan Laporan

Tahapan yang terakhir, yaitu tahapan pelaporan mengenai penelitian yang sudah dijalankan, apakah berjalan dengan baik atau tidak. Laporan hasil penelitian diberikan dalam bentuk skripsi.

3.10. Waktu dan Tempat Penelitian

3.10.1. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini sudah terhitung sejak bulan September, dimulai dengan tahap persiapan observasi sampai tahap penyusunan laporan penelitian. Jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3. 9 Jadwal Rencana kegiatan Penelitian

No.	Jenis Kegiatan	2024/2025									
		Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Aprl	Mei	Jun
1.	Observasi Awal & Pengajuan Judul Penelitian										
2.	Pembuatan Proposal Penelitian										
3.	Ujian Proposal Penelitian										
4.	Penyusunan dan Uji Coba Instrumen										
5.	Pengolahan Data dan Analisis Data										
6.	Pelaksanaan Penelitian & Pengolahan Analisis Data										
7.	Seminar Hasil										
8.	Penyusunan Skripsi										
9.	Sidang Skripsi										

Sumber: Data Peneliti 2025

3.10.2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Delima Putih Kelurahan Empangsari, Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya. Alasan peneliti melakukan penelitian di Posyandu Delima Putih dikarenakan ditemukan perbedaan kondisi kesehatan psikologis lansia yang dipengaruhi oleh keadaan fisik mereka menunjukkan pentingnya penelitian lebih lanjut. Dengan itu, peneliti mengharapkan penelitian ini dapat menjadi salah satu penguat untuk posyandu, masyarakat, maupun keluarga untuk lebih memperhatikan para lansia.