

BAB III

METODE PENELITIAN

Unsur yang paling penting di dalam suatu penelitian adalah metode penelitian, karena melalui proses tersebut dapat ditemukan apakah hasil dari suatu penelitian dapat dipertanggungjawabkan (Hadi, 2004).

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif, yakni penelitian yang dituntut menggunakan skala, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2010).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2013). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel bebas (X) : Usia remaja

- usia remaja awal
- usia remaja madya
- usia remaja akhir

Variabel terikat (Y) : Regulasi emosi

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Regulasi emosi adalah suatu kemampuan yang dimiliki setiap individu dalam mengatur, mengontrol, mengevaluasi, mengubah, dan mengelola setiap emosi-emosi yang dirasakannya. Dalam penelitian ini untuk mengukur kemampuan regulasi emosi pada remaja, aitem-aitem pernyataannya disusun berdasarkan skala regulasi emosi menurut Gross (2008) dengan jenis skala *Likert*.
2. Usia remaja adalah usia seorang individu dalam rentang usia 11-19 tahun, yang mengalami perubahan dan perkembangan baik dalam segi fisiologis, psikologis dan kognitif. Penelitian ini menggunakan identitas diri untuk mengetahui usia responden sehingga mempermudah peneliti untuk mengelompokkan diri tiap-tiap responden untuk berada dalam kelompok usia remaja awal, remaja madya dan remaja akhir.

D. Populasi, Sampel, dan Metode Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua remaja baik remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir yang menjadi siswa-siswi di sekolah YPI Swasta Amir Hamzah Medan. Total populasinya adalah sebanyak 417 orang yang terdiri dari remaja awal usia 10-12 tahun (siswa-siswi Sekolah Dasar dari kelas V-VI yang totalnya sebanyak 60 orang), remaja madya usia 13-15 tahun (siswa-siswi Sekolah Menengah

Pertama dari kelas VII-IX yang totalnya sebanyak 182 orang), dan remaja akhir usia 16-19 tahun (siswa-siswi Sekolah Menengah Atas dari kelas X-XII yang totalnya sebanyak 175 orang).

2. Sampel dan Metode Pengambilan Sampel

Pengertian sampel menurut Hadi (2004) adalah sebagian populasi yang dikemukakan langsung dalam penelitian. Pengambilan sampel dilakukan adalah untuk menggenerasikan sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proportional Stratified Random Sampling*. Total sampel yang diambil adalah sebanyak 204 sampel.

Rumus yang digunakan untuk mencari total sampel dalam penelitian ini menggunakan Rumus *Yaname* dan *Slovin*, hal ini sesuai dengan pendapat Riduwan dan Engkos (2011) bahwa “teknik pengambilan sampel menggunakan rumus dari Taro Yaname dan Slovin apabila populasinya sudah diketahui”. Adapun rumus tersebut adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan:

- n : Jumlah sampel
- N : Jumlah populasi
- e : Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir 5% (0,05)

$$n = \frac{417}{1 + 417 (0.05)^2}$$

$$n = \frac{417}{1 + 417 (0.0025)}$$

$$n = \frac{417}{1 + 1.0425}$$

$$n = \frac{417}{2.0425}$$

$$n = 204,16157 = 204 \text{ orang}$$

Untuk mengetahui banyaknya sampel dalam setiap stratum yang akan diteliti dalam penelitian ini menggunakan rumus sebagai berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan:

- ni : Jumlah anggota sampel menurut stratum
n : Jumlah anggota sampel seluruhnya
Ni : Jumlah anggota populasi menurut stratum
N : Jumlah anggota populasi seluruhnya

$$n_1 = \frac{60}{417} \times 204 = 29.35 = 29 \text{ orang}$$

$$n_2 = \frac{182}{417} \times 204 = 89.03 = 89 \text{ orang}$$

$$n_3 = \frac{175}{417} \times 204 = 85.61 = 86 \text{ orang}$$

Maka $n = n_1 + n_2 + n_3 = 29 + 89 + 86 = 204$ sampel, dimana stratum pertama yaitu remaja awal (10-12 tahun) yang akan diteliti sebanyak 29 sampel, dan stratum kedua yaitu remaja madya (13-15 tahun) yang akan diteliti sebanyak 89 sampel, dan stratum

ketiga yaitu remaja akhir (16-19 tahun) yang akan diteliti sebanyak 86 sampel dan bila dijumlahkan secara keseluruhan akan didapatkan sebanyak 204 sampel.

E. Metode Pengumpulan Data

Alat ukur merupakan metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian yang mempunyai tujuan mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti (Hadi, 2004). Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala dan identitas diri. Penggunaan metode skala, menurut Hadi (2004) didasari oleh beberapa anggapan, yaitu:

1. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
2. Apa yang dinyatakan subjek kepada peneliti adalah benar-benar dapat dipercaya.
3. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepada subjek adalah sama dengan yang dimaksud peneliti.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi emosi untuk melihat baik atau buruknya kemampuan regulasi emosi remaja, dimana skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi menurut Gross (2008) yaitu:

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 sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.
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 tersebut.

Skala ini mencakup pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* adalah pernyataan yang berisi konsep berperilaku yang sesuai atau mendukung atribut yang diukur, sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan yang berisi konsep perilaku yang dikehendaki oleh indikator berperilakuaannya (Azwar, 2013). Peneliti menggunakan jenis skala *Likert*, (dikarenakan Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang), dengan menyajikan empat jawaban alternative, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Pemberian skor pada masing-masing aitem baik untuk aitem *favorable* maupun *unfavorable* dengan cara memberikan nilai 1 sampai dengan 4. Untuk aitem *favorable* jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 4, Setuju (S) diberi nilai 3, Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1. Aitem *unfavorable*, pemberian nilainya sama seperti pada nilai aitem *favorable*, namun berlaku nilai sebaliknya, yaitu untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, Setuju (S) diberi nilai 2, Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4.

Sedangkan untuk mengetahui usia dari subjek penelitian, peneliti menggunakan metode identitas diri yang akan dicantumkan di dalam kuesioner yang akan dibagikan kepada subjek penelitian. Dimana usia adalah salah satu faktor yang menjadi fokus yang sangat penting dalam penelitian ini dengan tujuan untuk melihat ada atau tidak adanya perbedaan regulasi emosi pada remaja, baik remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas berasal dari kata “*Validity*” yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan (mampu mengukur apa yang hendak diukur) dan kecermatan suatu instrumen pengukur melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang satu dengan yang lain (Azwar, 2009). Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur dalam penelitian ini adalah teknik *Corrected Item-Total Correlation*.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai reliabilitas yang reliabel. Walaupun reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti: keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Uji reliabilitas ini dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

Rumus Alpha Cronbach

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum S^2_j}{S^2_x} \right)$$

Keterangan:

- α : koefisien reliabilitas alpha
- k : jumlah item
- S_j : varians responden untuk item
- S_x : jumlah varians skor total

Koefisien reliabilitas berada dalam rentang nilai dari 0 sampai dengan 1, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1 maka semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya, koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2009).

Kategori skor *Alpha Cronbach* adalah:

- a. $\text{Alpha} < 0.7$ = Kurang meyakinkan (*Inadequate*)
- b. $\text{Alpha} > 0.7$ = Baik (*Good*)
- c. $\text{Alpha} > 0.8$ = Istimewa (*Excellent*)

Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan komputerisasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 21.0 for Windows*.

G. Metode Analisis Data

Setelah data diperoleh, maka dilakukan analisa statistik untuk menguji hipotesis yang diajukan, yaitu untuk mengetahui Perbedaan Regulasi Emosi pada Remaja di Sekolah YPI Swasta Amir Hamzah Medan. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisis Varians Satu Jalur (*One Way Anova*), dengan menggunakan bantuan komputerisasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 21.0 for Windows*.

A		
A1	A2	A3
X	X	X

Keterangan:

- A : Remaja
- A1 : Remaja Awal
- A2 : Remaja Madya
- A3 : Remaja Akhir
- X : Regulasi Emosi

Sebelum data dianalisis dengan teknik Analisis Varians Satu Jalur (*One Way Anova*), maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian meliputi:

1. Uji Normalitas, yaitu: untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
2. Uji Homogenitas, yaitu: untuk mengetahui apakah data dari variabel subjek penelitian berasal dari sampel yang homogen.

