

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah strategi suatu penelitian, yaitu merupakan upaya yang menggambarkan keseluruhan pemikiran atau program penelitian guna mencapai tujuan atau memecahkan problem penelitian secara efektif dan efisien (Ghony., p. 103).

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Arikunto, penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2006, p. 12).

Padapenelitian ini variabel yang ingin diketahui adalah pengaruh pengaruh regulasi emosi terhadap *sosialadjustment* (penyesuaian sosial) remaja di pondok pesantren terpadu al-kamal kunir wonodadi blitar.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk di peajari, sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2008, p. 38).

Penelitian ini, variabel yang diteliti adalah pengaruh regulasi emosi terhadap *social adjustment* remaja di Pondok Pesantren Terpadu Al Kamal. Variabel bebas

adalah variabel yang mempengaruhi variabel-variabel lain. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

Variabel terikat (Y) = socialAdjustment

Variabel bebas (X) = regulasi emosi

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang di definisikan yang dapat di amati⁹². Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

1. Regulasi emosi

Regulasi emosi merupakan serangkaian proses baik yang bersifat otomatis atau terkontrol, yang terjadi sebelum atau sesudah aktivitas emosi dan tersedia untuk meningkatkan kekuatan, menjaga atau mengurangi intensitasnya. Aspek yang diukur dalam regulasi emosi yaitu *sensitivity*, *recovery* dan *impairment*.

2. Penyesuaian sosial

Penyesuaian Sosial adalah suatu keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain atau kelompok dimana individu itu berada, atau penyesuaian diri individu terhadap kebiasaan-kebiasaan atau cara hidup lingkungan serta bagaimana individu menyikapi lingkungan dan apakah

.

individu mampu bergaul dengan orang lain. Aspek penyesuaian sosial:

Penampilan nyata, penyesuaian pribadi, sikap sosial dan kepuasan pribadi

3. Remaja

Remaja dalam penelitian ini adalah para santri putri Pondok Pesantren

Terpadu Al Kamal yang berusia 13-17 tahun (remaja awal).

D. Populasi dan Metode Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang dapat terdiri dari manusia, benda-benda, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tersebut atau peristiwa-peristiwa yang memiliki karakteristik tertentu dalam suatu penelitian (Iskandar, 2009, p. 68).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua santri kelas X Pondok Pesantren Terpadu Al Kamal yang beralamatkan Jln. K.H Mansyur No 09 Kunir Wonodadi Blitar, yang berjumlah 51 santri putri.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian populasi yang diambil secara representatif atau mewakili populasi yang bersangkutan atau bagian kecil yang diamati. Keuntungan menghambil sampel bagi peneliti populasi adalah pengambilan sampel yang cukup, yang representatif dari populasi adalah menghemat waktu, tenaga dan biaya (Iskandar, 2009, p. 69).

Sampel dalam penelitian ini adalah santri putri kelas X yang bertempat tinggal di pondok pesantren terpadu al kamal yang menetap di firqoh al munawaroh berjumlah 51 santri putri.

E. Teknik Sampling

Berdasarkan populasi yang telah di sebutkan oleh Arikunto maka peneliti menggunakan teknik penelitian populasi. Suharsimi Arikunto menegaskan apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, Sebaliknya, jika subjek terlalubesar, maka sampel bisa diambil antara 10%-15%, hingga 20%-25% (Arikunto s. , 2005, p. 220). Subjek penelitian ini berjumlah 51 santri putri yang berdomisili di pondok pesantren terpadu al kamal.

F. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini metode yang di gunakan untuk memperoleh data penelitian dengan menggunakan metode angket.

Angket menurut Arikunto adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto s. , 2005, p. 124). Adapun keuntungan menggunakan angket adalah sebagai berikut:

1. Tidak memerlukan hadirnya peneliti.
2. Dapat dibagikan secara serentak kepada banyak responden.

3. Dapat dijawab oleh responden menurut kecepatannya masing masing dan menurut waktu senggang responden.
4. Dapat dibuat anonim sehingga responden bebas, jujur dan tidak malu-malu menjawab.
5. Dapat dibuat terstandar sehingga bagi semua responden dapat diberi pertanyaan yang benar-benar sama.

Sedangkan kelemahan dari kuesioner adalah sebagai berikut:

1. Responden sering tidak teliti dalam menjawab dan adanya kejanuhan responden
2. Seringkali sukar untuk dicari validitasnya
3. Walaupun dibuat anonim, namun terkadang responden memberikan jawaban yang tidak jujur
4. Waktu pengembalian tidak bersama-sama dan bahkan sering tidak kembali.

G. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengungkap aspek yang ingin diteliti dalam suatu penelitian. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Angket. Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto s. , 2005). Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup, responden sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Angket yang digunakan ini juga

menggunakan kuesioner langsung, yaitu responden menjawab tentang dirinya. Bentuk angket yang digunakan adalah skala bertingkat, yaitu sebuah pernyataan diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkat-tingkatan misalnya mulai dari sangat setuju sampai ke sangat tidak setuju.

Untuk mengukur variabel yang diteliti, peneliti menggunakan skala likert dalam bentuk angket yang akan digunakan. Skala Likert merupakan skala untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat yang terdiri dari komponen sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Berikut ini adalah kedua skala yang digunakan dalam penelitian ini:

1. *The Emotional Reactivity Scale*

The Emotional Reactivity Scale, sebagaimana solichatun, adalah skala yang dikembangkan oleh Prince-Embury yang mengungkap aspek-aspek regulasi emosi: antara lain, *sensitivity*, *recovery*, dan *impairment*. Adapun skala ini telah disesuaikan dengan menerjemahkan bahasanya dan memodifikasi struktur bahasanya supaya aitem yang digunakan dipahami oleh subjek. *The Emotional Reactivity Scale* merupakan skala yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya, di mana telah digunakan dalam penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Agus Sakti Saiful Ridho dan Fina Ayu Faizah. Komponen yang dikembangkan oleh Prince-Embury ini antara lain:

- a. *Sensitivity*, ambang reaksi atau intensitas reaksi ketika individu menjadi terbangkitkan secara emosi

- b. *Recovery*, kemampuan individu untuk pulih dari kekacauan emosional serta memperoleh kembali kesdeimbangan emosi
- c. *Impairment*, tingkat dimana individu dapat menjaga keseimbangan emosinya dan melanjutkan untuk berpikir secara jelas ketika terbangkitkan emosinya tanpa membuat kesalahan, kehilangan kontrol dan mendapat masalah.

Tabel 3.1
Blue Print dari Regulasi emosi

Aspek	Nomor Sebaran Favourable	Jumlah
Sensitivity	1, 2, 3, 4, 5	5
Recovery	6, 7, 8, 9, 10	5
Impairment	11, 12, 13, 14, 15	5
Total		15

2. Skala penyesuaian sosial

Tabel 3.2
Kategori respon Skor item favourabel Skor item unfavourabel

Kategori respon	Favorabel	Unfavorabel
Sangat setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak setuju	2	3
Sangat tidak setuju	1	4

Tabel 3.3
Blue Print Angket Penyesuaian Sosial

Variabel	Aspek	Indikator perilaku	Nomor Item			
			F	UF	Total	
Penyesuaian sosial	Penampilan nyata	Aktualisasi diri	1, 2	23, 24	4	
		Keterampilan menjalin hubungan dengan orang lain	3, 4	25, 26	4	
		Kesediaan untuk terbuka kepada orang lain	5,6	27, 28	4	
	Penyesuaian diri terhadap kelompok		Kerjasama dengan kelompok	7,8	29, 30	4
			Tanggung jawab	9,10	31, 32	4
			Setia kawan	11, 12	33, 34	4

	Sikap sosial	Mengikuti kegiatan sosial	13, 14	35, 36	4
		Empati	15, 16	37,38,39	5
	Kepuasan pribadi	Kehidupan bermakna dan terarah	17, 18	40,41,42	5
		Keterampilan hidup	19, 20	43,44,45	5
		Percaya diri	21, 22	46,47,48	5
	Jumlah				48

H. Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan dalam dua tahap, tahap pertama adalah persiapan dan tahap kedua merupakan pelaksanaan penelitian, berikut rinciannya:

1 Tahap pertama

a. Persiapan

Pada tahap persiapan, untuk memudahkan dalam proses penelitian, peneliti melakukan wawancara dan survei lapangan untuk memperoleh informasi tentang permasalahan yang akan diteliti.

b. Perizinan

Pada tahap ini, peneliti meminta izin untuk melakukan penelitian di pondok pesantren terpadu Al Kamal dengan membawa surat yang telah dikeluarkan oleh pihak fakultas pada tanggal 28 februari 2012.

c. Penyusunan alat ukur

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua alat ukur, yang pertama sakala penyesuaian sosial yang dibuat dari butir-butir indikator yang telah ada pada blue print, skala ini menggunakan uji terpakai. Sakala yang kedua menggunakan *The Emotional Reactivity Scale*, skala yang dikembangkan oleh Prince-Embury yang mengungkap aspek-aspek regulasi emosi. Yang telah di adaptasi gunakan dalam penelitian sebelumnya oleh Agus Sakti Saiful Ridho dan Finna ayu faizah.

2 Tahap kedua (pelaksanaan)

a. Pelaksanaan penelitian

Penelitian dimulai pada tanggal 1-20 maret 2012, dengan memberikan skala penyesuaian sosial dan regulasi emosi kepada santri putri yang duduk di klas X Madrasah aliyah negeri kunir yang berdomisili di pondok pesantren terpadu al-kamal.

b. Tahap pasca pelaksanaan

Merupakan tahap akhir, yaitu tabulasi data hasil penelitian yang diperoleh dari lapangan yang diperoleh melalui wawancara, dokumentasi dan angket yang diberikan kepada para santri baru.

I. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut arikunto, validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas yang tinggi. Sebuah instrumen dikatakan apabila mampu mengukur apa yang diinginkan(Arikunto S. , 2006, p. 144).

Untuk menyatakan butir valid atau tidak, digunakan patokan 0,2 dan dibandingkan dengan angka yang ada pada kolom *corrected item-total correlation*. Bila angka yang terdapat pada kolom *corrected item-total correlation* berada di bawah 0,2 atau bertanda negatif (-) maka dinyatakan tidak valid atau gugur. Sebaliknya bila angka korelasinya diatas 0,2 maka dinyatakan valid(Nisfiannoor, 2009, p. 229).

Uji validitas yang digunakan adalah dengan menggunakan rumus korelasi pearson, atau yang lebih dikenal dengan “*korelasi product moment*” dengan rumus sebagai berikut:

Rumus korelasi product moment dari karl pearson:

$$r = \frac{n\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n\sum x^2 - (\sum X)^2)(n\sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Dimana:

r_{xy} = korelasi product moment antara skor aitem dengan skor total

N = jumlah subjek yang diselisiki

$\sum x$ = jumlah skor aitem

$\sum y$ = jumlah skor total

$\sum xy$ = jumlah skor perskala aitem dengan skor total

X^2 = jumlah skor kuadrat x

Y^2 = jumlah skor kuadrat y

2. Reliabilitas

Menurut Arikunto, reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik. Dimana instrumen tersebut tidak bersifat tendensius sehingga bisa mengarahkan responden untuk memilih jawaban tertentu (Arikunto S., 2006, p. 154).

Sebuah alat ukur dikatakan reliabel jika hasil pengukuran dapat dipercaya, dengan kata lain reliabel bisa disebut sebagai kepercayaan, kejelasan, kestabilan dan konsisten. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama (Azwar, 1999, p. 4)

Mengingat data yang diolah dalam bentuk skala, maka rumus yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah dengan menggunakan rumus *Alpha cronbach*, yaitu

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right]$$

keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya pertanyaan

$\sum \sigma_b^2$ = jumlah varian butir

σ_1^2 = varian total

Perhitungan validitas alat ukur dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer seri program SPSS (Statistical Product and Service Solution) 16.00 for Windows.

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentan 0 sampai 1,000. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,000 berarti semakin tinggi reliabilitasnya.

J. Metode Analisis Data

Metode analisis data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan rumus *Product Moment* dari Karl Pearson, dimana Penelitian korelasi bertujuan untuk menemukan pengaruh regulasi emosi terhadap sosial adjustment remaja.

Sebelum melakukan analisis data, perlu dilakukan uji asumsi untuk mendapatkan parameter estimasi dari model dinamis yang dipakai, artinya untuk mengukur kualitas dari data yang diperoleh (Fanani, 2006).

1. Uji Normalitas

Distribusi normal merupakan distribusi teoritis dari variabel random yang kontinu (Draper dan Smith, 1992). Kurva yang menggambarkan distribusi normal adalah kurva normal yang berbentuk simetris. Untuk menguji apakah sampel penelitian merupakan jenis distribusi normal maka digunakan pengujian Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test terhadap masing-masing variabel. Apabila $H_0 : F(x) = F_0(x)$, dengan $F(x)$ adalah fungsi distribusi populasi yang diwakili oleh sampel, dan $F_0(x)$ adalah fungsi distribusi suatu populasi berdistribusi normal. dan $H_a : F(x) \neq F_0(x)$ atau distribusi populasi tidak normal. maka pengambilan keputusan apakah H_0 diterima atau ditolak didasarkan atas (Santoso, 2001, 392 - 393):

- Jika Probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima.
- Jika Probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

2. Uji Linearitas

Untuk mengetahui apakah hubungan antar variable linear atau tidak, dengan menggunakan syarat $p < 0,05$ atau $p < 0,01$ dengan taraf signifikan yang digunakan adalah 0,05 (Winarsunu, 2002). Uji linearitas dapat menggunakan uji Durbin-Watson.

Setelah dilakukan uji asumsi, selanjutnya dilakukan analisis data. Dimulai dengan pembuatan skor hipotetik. Adapun langkah-langkah dalam pembuatan skor hipotetik dalam penelitian ini adalah:

a). Menghitung mean hipotetik (μ), dengan rumus:

$$\mu = \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum x$$

Keterangan:

μ : Rerata hipotetik

i_{\max} : Skor maksimal item

i_{\min} : Skor minimal item

$\sum x$: Jumlah item

b). Menghitung deviasi standart hipotetik (σ), dengan rumus:

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min})$$

Keterangan:

σ : deviasi standart hipotetik

X_{\max} : skor maksimal subyek

X_{\min} : skor minimal subyek

c). Kategorisasi

Skor yang didapat kemudian di tafsirkan dan diklasifikasikan, adapun rumus pengklasifikasian pada norma tersebut adalah (Azwar, 1999, p. 109):

Tabel 3.4
Rumus Pengklasifikasian Kategori

No	Kategori	Kriteria
1	Tinggi	$X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
2	Sedang	$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
3	Rendah	$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

d). Analisis Prosentase

Rumus prosentase digunakan untuk menghitung jumlah prosentase subjek yang termasuk dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah baik itu kategori penyesuaian sosial dan penerimaan teman sebaya, ialah sebagai berikut rumus

$$\text{Prosentase: } \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan :

P : Prosentase

F : Frekuensi

N : Jumlah subjek

e). Teknik Analisi Data

Untuk mengetahui korelasi antara dua variabel yaitu penyesuaian sosial dan penerimaan teman sebaya digunakan rumus korelasi product moment. Penggunaan rumus ini karena penelitian ini mengandung dua variabel dan fungsinya untuk mencari hubungan diantara keduanya. Adapun rumusnya Korelasi Product Moment Pearson sebagai berikut:

$$r = \frac{n\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n\sum x^2 - (\sum X)^2)(n\sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keteranga

r_{xy} = korelasi product moment antara skor aitem dengan skor total

N = jumlah subjek yang diselidiki

$\sum x$ = jumlah skor aitem

$\sum y$ = jumlah skor total

$\sum xy$ = jumlah skor perskala aitem dengan skor total

X^2 = jumlah skor kuadrat x

Y^2 = jumlah skor kuadrat y

Untuk mencari ada atau tidaknya pengaruh regulasi emosi terhadap penyesuaian sosial digunakan rumus regresi linear sederhana, uji ini digunakan untuk menguji atau menganalisis antara variabel bebas dengan satu atau lebih variabel. adapun rumusnya adalah:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = variabel dependen

X = variabel independen

a = nilai konstanta

b = koefisien regresi

Besar kecilnya korelasi selalu dinyatakan dalam angka. Angka korelasi tersebut disebut koefisien korelasi. Koefisien korelasi selalu bergerak diantara

0,000 dan $\pm 1,000$. Lebih jelas taraf signifikansinya dapat di lihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 3.5
Signifikansi

No	Angka Korelasi	Taraf Signifikan
1	$P \leq 0.010$	Sangat signifikan
2	$P \leq 0.050$	Signifikan
3	$P > 0.050$	Tidak signifikan