

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil regulasi emosi pada remaja dari keluarga bercerai serta menelusuri perbedaan dari masing-masing aspek regulasi emosi remaja dari keluarga bercerai di SMP Negeri 97 Jakarta.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 97 Jakarta yang beralamat di Jl. Galur Sari Raya, Utan kayu Selatan, Matraman, Jakarta Timur. Waktu yang digunakan untuk penelitian selama delapan bulan terhitung sejak Desember 2016 hingga Juli 2017.

#### **C. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survey deskriptif. Penelitian ini digunakan untuk menggambarkan suatu hal dengan menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain. dalam penelitian ini, peneliti hanya memotret apa yang terjadi di lapangan tanpa melakukan manipulasi, kemudian apa yang terjadi di lapangan dipaparkan dalam bentuk laporan (Arikunto, 2010). Penelitian dilakukan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada remaja yang berasal dari keluarga bercerai.

## D. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisir yang terdiri dari objek dan subjek penelitian yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Maka dalam penelitian ini peneliti menetapkan karakteristik dalam populasi yaitu remaja dengan status keluarga telah bercerai.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII dan VIII tahun ajaran 2016/2017 di SMP Negeri 97 Utan Kayu yang berjumlah 48 murid dengan rincian sebagai berikut :

**Tabel 3.1**  
**Populasi Penelitian**

<b>Kelas</b>	<b>Jumlah siswa</b>
<b>VII B</b>	3
<b>VII C</b>	3
<b>VII D</b>	2
<b>VII E</b>	3
<b>VII F</b>	4
<b>VII G</b>	4
<b>VII H</b>	3
<b>VII I</b>	3
<b>VIII A</b>	4
<b>VIII B</b>	2
<b>VIII C</b>	6
<b>VIII D</b>	2
<b>VIII E</b>	4
<b>VIII F</b>	3
<b>VIII G</b>	2
<b>Total</b>	48

## **2.Sampel**

Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling, yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100 sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2009). Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah 48 siswa yang berasal dari keluarga bercerai.

## **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemberian kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2009).

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang berisi sejumlah pernyataan yang sudah disediakan dan disusun sehingga responden dengan mudah memilih salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan dirinya menggunakan tanda *checklist*.

## 2. Definisi Konseptual

Regulasi emosi adalah proses dalam mengatur emosi atau perasaan, dan mengendalikan emosi agar tidak berlebihan selama atau setelah mendapati pengalaman yang mengancam dan peristiwa yang menekan melalui proses kognitif secara sadar ataupun tidak sadar.

## 3. Definisi Operasional

Regulasi emosi remaja dari keluarga bercerai merupakan total skor yang diperoleh subjek dari angket regulasi emosi yang berjumlah 50 butir dan mengukur tingkat kemampuan regulasi emosi dalam dua aspek yaitu *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*.

## 4. Kisi-kisi instrumen

Peneliti mengembangkan instrumen regulasi emosi berdasarkan teori Gross dan John pada tahun 2003. Berdasarkan teori tersebut terdapat 2 aspek dan 5 indikator yang kemudian peneliti mengembangkannya menjadi 50 butir dengan butir pernyataan positif sebanyak 25 dan butir negatif 25. Penjelasan lebih lanjut disajikan pada tabel berikut ini.

**Tabel 3.2**  
**Kisi-kisi instrumen Regulasi Emosi Setelah Uji coba**

Aspek	Deskriptor	Indikator	Sebaran item		Jumlah
			(+)	(-)	
<b>Cognitive reappraisal</b>	Mengubah cara berpikir mengenai hal yang berpotensi memunculkan emosi untuk memodifikasi dampaknya	Mampu menyeleksi situasi	1, 2, 17, 32, 33	3, 18, 19, 34, 47	10
		Mampu memodifikasi situasi	4, 5, 20, 35, 36	6, 21, 22, 37, 48	10
	Mampu melakukan penyebaran perhatian	7, 8, 23, 38, 39	9, 24, 25, 40, 41,	10	
	Mampu melakukan perubahan kognitif	10, 11, 26, 42, 49	12, 27, 28, 43, 44	10	
<b>Expressive suppression</b>	Mengubah aspek perilaku dalam kecenderungan respon emosi.	Mampu memodulasi respon	13, 14, 29, 45, 50	15, 16, 30, 31, 46.	10
<b>Total</b>			25	25	50

## 5. Pedoman Penskoran

Pengukuran kemampuan regulasi emosi pada remaja dari keluarga bercerai menggunakan skala berjenjang model likert dengan pernyataan positif dan negatif yang terdiri dari lima pilihan jawaban berupa tidak pernah, jarang, pernah, sering, selalu. Adapun sistem pemberian skor ditetapkan dengan kriteria sebagai berikut :

**Table 3.3**  
**Tabel penskoran**

Pilihan Jawaban	Item positif	Item negatif
<b>Tidak pernah</b>	5	1
<b>Jarang</b>	4	2
<b>Kadang-kadang</b>	3	3
<b>Sering</b>	2	4
<b>Selalu</b>	1	5

## F. Uji coba Instrumen

### 1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu intrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas yang tinggi, sebaliknya yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (Arikunto, 2005). Untuk menguji validitas butir, peneliti menggunakan *total correlation* dengan teknik korelasi *Product Moment* dari Pearson dengan rumus

sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2 (N \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2)\}}}$$

$r_{xy}$  = koefisien korelasi

N = Jumlah sampel

X = Skor total subyek pada butir nomor yang dianalisis

Y = Skor total butir

$\Sigma XY$  = Jumlah hasil kali skor butir dengan skor total

Setelah diperoleh nilai r Product Moment, lalu dirujuk kepada r tabel Product Moment, maka ketentuannya sebagai berikut :

- Jika  $r_{xy} \geq r_{\text{tabel}}$ , maka butir valid
- Jika  $r_{xy} < r_{\text{tabel}}$ , maka butir tidak valid

## 2. Hasil uji validitas

Peneliti melakukan uji coba instrument (lampiran 1) yang berjumlah 60 butir pernyataan, terdiri atas 32 butir positif dan 28 butir negatif tentang regulasi emosi kepada 42 siswa dengan status orangtua telah bercerai. Hasil perhitungan tersebut dikonsultasikan pada r tabel Product Moment, pada taraf signifikansi 0,3044. Pada uji coba ini, diperoleh data bahwa dari 60 butir, terdapat 33 item yang valid dan 27 item yang drop. (Lampiran 2)

## 3. Uji reliabilitas

Sebuah instrumen, selain harus memenuhi syarat kevalidan, juga harus memenuhi syarat keterandalan (reliabel). Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena

instrumen tersebut sudah baik. Instrument yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga (Arikunto, 2005).

Dalam penelitian ini, reliabilitas diukur dengan menggunakan Alpha Cronbach, dimana instrumen tersebut disebut reliabel bila didapatkan alpha > 0,60. Rumus Alpha Cronbach digunakan untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0 (Arikunto, 2005). Dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{11} = \frac{k}{(k - 1)} \left( 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan :  $r_{11}$  = reliabilitas instrumen  
 $k$  = banyaknya butir pernyataan  
 $\sum \sigma_i^2$  = jumlah varians butir  
 $\sigma^2 t$  = varians total

**Tabel 3.4**  
**Interpretasi nilai r**

Interval koefisien	Interpretasi
<b>0,800-1,000</b>	Sangat tinggi
<b>0,600-0,799</b>	Tinggi
<b>0,400-0,599</b>	Cukup
<b>0,200-0,399</b>	Rendah

#### **4. Hasil uji reliabilitas**

Setelah dilakukan uji validitas, butir pernyataan yang valid berjumlah 33 butir, digunakan untuk menghitung reliabilitas instrumen. Angka reliabilitas yang diperoleh pada uji coba sebesar 0.905 (lampiran 3). Berdasarkan interpretasi nilai  $r$  maka dapat dikatakan tingkat reliabilitas kategori sangat tinggi.

#### **5. Instrumen final**

Hasil uji coba instrumen baik validitas maupun reliabilitas diperoleh instrumen yang valid sebanyak 33 butir dengan koefisien reliabilitas instrumen sebesar 0.905. Adapun instrumen final yang digunakan pada penelitian berjumlah 33 butir pernyataan yang valid dan 17 butir perbaikan sehingga berjumlah 50 butir. 50 butir tersebut terdiri dari 25 butir positif dan 25 butir negatif (lampiran 4).

#### **G. Teknik Analisis Data**

Analisis ini digunakan dengan tujuan untuk memberikan gambaran mengenai keadaan distribusi data skor pada subjek yang dikenal dengan pengukuran. Analisis ini digunakan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan data tentang regulasi emosi antara remaja yang berasal dari keluarga utuh dan keluarga bercerai. Analisis ini dilakukan dengan melakukan perhitungan ukuran sentral (rata-rata hitung/mean), skor terendah, skor tertinggi dan standar deviasi. Teknik analisis data

menggunakan statistika deskriptif dengan teknik persentase. Sebelumnya, peneliti akan membuat sebuah kategori jenjang acuan pada subjek di populasi karena tinggi rendahnya sebuah makna skor tergantung dari jumlah populasi (Widhiarso, 2010). Kategori yang dibuat dalam tiga jenjang, yaitu tinggi, sedang, rendah.

Penentuan kategori dilakukan dengan menentukan kelas interval dengan menggunakan rumus.

**Tabel 3.5**

**Kategori**

<b>Kategori</b>	
$X < (M - 1 SD)$	Rendah
$(M - 1 SD) \leq X < (M + 1 SD)$	Sedang
$(M + 1 SD) \leq X$	Tinggi

Keterangan :

X = skor total

M = mean

*SD* = standar deviasi

Setelah dilakukan kategori, untuk memperjelas hasil yang ada maka dibuat persentase dengan rumus sebagai berikut:

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

**Keterangan**

P = persentase

F = frekuensi

N = jumlah responden