

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan beberapa variabel utama yang menjadi fokus analisis, yaitu:

1. Variabel Tergantung (Y): Tingkat Resiliensi
2. Variabel Bebas (X): Regulasi Emosi

Variabel tergantung pada penelitian ini yaitu tingkat resiliensi yang merujuk pada kemampuan remaja untuk bangkit dari pengalaman traumatis yang dialaminya, dengan mengelola stress dan beradaptasi dengan keadaan tersebut. Jika remaja korban kekerasan seksual mampu meregulasi emosi yang baik maka akan mempengaruhi kemampuan beradaptasi dari situasi sulit yang dialami akibat kekerasan seksual dalam berpacaran yang dialami.

Variabel bebas pada penelitian ini, yaitu Regulasi emosi yang berfungsi sebagai faktor yang mempengaruhi tingkat resiliensi pada remaja yang mengalami kekerasan seksual dalam berpacaran. Regulasi emosi mencakup kemampuan mengontrol dan mengelola emosi yang berperan penting untuk membantu korban mengekspresikan emosinya secara positif dalam menghadapi trauma akibat pengalaman buruk yang dialaminya.

B. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini disusun berdasarkan teori yang telah dijelaskan pada bagian landasan teori

sebelumnya.

1. Tingkat Resiliensi

Tingkat resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mengatasi, beradaptasi, dan bangkit kembali dari pengalaman trauma yang diakibatkan oleh kekerasan seksual. Remaja korban kekerasan seksual dalam berpacaran yang memiliki kemampuan beradaptasi peristiwa sulit akan lebih mudah bangkit atau pulih dari pengalaman traumatis yang dialaminya. Resiliensi atau kemampuan beradaptasi tersebut yang merujuk pada kecenderungan remaja korban kekerasan seksual dalam berpacaran untuk menghambat atau menekan emosi yang mereka alami dan lebih mudah untuk mengungkapkan emosi mereka dan menilai ulang atau menginterpretasikan emosi yang mereka alami dalam cara yang lebih positif.

Menggunakan pernyataan skala resiliensi Prawita dan Heriyadi, (2023) yang terdiri dari 25 item yang mencerminkan berbagai aspek resiliensi.

2. Regulasi Emosi

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dijelaskan diatas, maka dapat dikatakan bahwa regulasi emosi merupakan bentuk dari proses yang terjadi selama dalam kehidupan. Regulasi emosi merujuk pada kemampuan remaja korban kekerasan seksual dalam berpacaran untuk meregulasi emosi atau mengontrol emosinya sehingga korban

tersebut dapat merespon peristiwa sulit yang dialaminya secara positif. Dalam regulasi emosi, terdapat beberapa dimensi utama yang berperan penting. Yaitu dimensi *reappraisal* yang membantu korban kekerasan seksual dalam berpacaran menilai kembali pengalamannya yang traumatis tersebut dalam bentuk positif, dan dimensi *suppression* untuk menekan emosi tersebut dalam jangka waktu tertentu.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala regulasi emosi Luthfi dan Husni, (2020) pernyataan skala yang berjumlah 8 aitem yang mewakili dimensi regulasi emosi.

C. Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, responden yang terlibat harus memenuhi karakteristik berikut:

1. Laki – laki atau Perempuan
2. Berusia 12 – 21 tahun
3. Pernah atau sedang dalam kondisi mengalami Kekerasan Seksual Dalam Berpacaran.

Responden penelitian berjumlah 100 korban kekerasan seksual dalam berpacaran Dengan pengambilan sampel yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* yang penentuan respondennya, sesuai dengan karakteristik tertentu sesuai kebutuhan penelitian (Cahya, 2023).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan salah satu tahapan yang sangat krusial dalam setiap penelitian, yang secara langsung berperan penting dalam menentukan kualitas dan validitas hasil penelitian itu sendiri. Pada penelitian ini, peneliti memilih untuk menggunakan metode pengukuran psikologi, yang memiliki keunggulan dalam mengeksplorasi sikap dan pandangan individu melalui teknik yang terstruktur. Dalam implementasinya, data dikumpulkan dengan cara membagikan lembar pernyataan kepada responden yang telah ditentukan, dan formulir tersebut diakses secara digital melalui platform *Google Form*, yang memungkinkan pengisian dengan mudah dan efisien.

Skala pengukuran yang diterapkan dalam penelitian ini berlandaskan pada skala Likert, yang terkenal dengan kemampuannya untuk mengukur intensitas sikap atau perasaan seseorang terhadap suatu pernyataan atau objek. Pilihan jawaban yang disediakan terdiri dari empat kategori, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai), yang memungkinkan responden untuk memberikan respons yang lebih terperinci mengenai sejauh mana mereka setuju atau tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan.

Sebagaimana yang dijelaskan oleh Sugiyono (2019), instrumen penelitian ini dibangun dengan mengacu pada konsep-konsep yang terperinci dan sistematis, dimana aspek-aspek utama yang relevan dengan topik penelitian diidentifikasi dan kemudian dijabarkan dalam bentuk

indikator-item yang dapat diukur. Item-item tersebut kemudian dibagi menjadi dua kategori, yakni *favorable* (item-item yang mencerminkan sikap atau perilaku yang positif atau sesuai dengan tujuan penelitian) dan *unfavorable* (item-item yang menunjukkan sikap atau perilaku yang bertentangan atau tidak mendukung tujuan penelitian) (Simamora, 2022). Adapun kriteria penilaian aitem sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Kriteria Penilaian

Kategori Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat tidak sesuai	1	4
Tidak sesuai	2	3
Sesuai	3	2
Sangat sesuai	4	1

Menurut Sugiyono (2017) Skala *likert* dengan 4 kategori jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai) S (Sesuai) SS (Sangat Sesuai) digunakan untuk menghindari kecenderungan netral, responden yang akan memilih jawaban yang lebih tegas, sehingga sikap atau pendapat mereka lebih jelas. Mengurangi bias sosial, tanpa opsi netral responden lebih cenderung memberikan jawaban yang mencerminkan pendapat mereka sebenarnya, bukan sekadar menghindari respons. Meningkatkan validitas data, dengan meminimalkan jawaban ambigu atau "aman," data yang diperoleh lebih akurat dalam menggambarkan kecenderungan sikap atau persepsi. Untuk meningkatkan kejelasan interpretasi hasil penelitian – data yang dihasilkan lebih mudah dianalisis karena distribusi jawaban lebih jelas dibandingkan dengan skala ganjil yang memiliki opsi netral.

1. Skala Resiliensi

Pada penelitian ini, peneliti memodifikasi skala resiliensi yang disusun oleh Prawita dan Heriyadi, (2023) yang diadaptasi dari skala *Connor-Davidson*, yang berjumlah 25 aitem *favorable*.

Tabel 3. 2 Blue Print Skala Resiliensi

No	Aspek	Nomor Aitem	Jumlah
1	Kompetensi personal, standar tinggi, dan keuletan yang dimiliki individu.	1,5,8,9,10,17,18,25	8
2	Keyakinan terhadap insting, toleran terhadap hal negatif, dan fokus pada dampak dari stress.	2,3,11,19,20,21,22	7
3	Penerimaan yang positif dan memiliki hubungan yang aman.	4,12,14,23,24	5
4	Kontrol diri.	6,13,16	3
5	Pengaruh spiritualitas.	7,15	2
Jumlah			25

2. Skala Regulasi Emosi

Pada penelitian ini, peneliti memodifikasi skala regulasi emosi yang disusun Luthfi & Husni, (2020) yang diadaptasi Gross & John 2003, yang berjumlah 8 aitem *favorable*.

Tabel 3. 3 Blue Print Skala Regulasi Emosi

No	Dimensi	Nomor Aitem	Jumlah
1	<i>Reappraisal</i>	1,2,3,4,5	5
2	<i>Suppression</i>	6,7,8	3
Jumlah			8

D. Metode Analisis Data

Proses analisis data dalam penelitian ini memanfaatkan perangkat lunak SPSS, yang telah terbukti sangat efektif dalam mengelola dan menganalisis data untuk menguji hipotesis yang telah disusun secara

mendetail. Fokus utama dalam analisis ini adalah penerapan metode regresi linear sederhana, yang merupakan teknik statistik inferensial yang umum dan sering dipilih dalam berbagai penelitian ilmiah untuk mengeksplorasi hubungan antara satu variabel independen (X) dan satu variabel dependen (Y). Dengan menggunakan teknik ini, peneliti dapat menggali sejauh mana perubahan pada variabel independen dapat mempengaruhi atau memberikan penjelasan atas variasi yang terjadi pada variabel dependen, memberikan wawasan yang lebih dalam tentang dinamika hubungan antara keduanya.

Menurut (Husdi & Dalai, 2023) regresi linear sederhana tidak hanya bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut, tetapi juga memiliki fungsi krusial dalam memprediksi nilai variabel dependen berdasarkan informasi yang diperoleh dari variabel independen, yang pada akhirnya memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan terukur mengenai hubungan kausal yang ada di antara keduanya

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan SPSS untuk memastikan bahwa data yang dianalisis memiliki distribusi normal. Salah satu metode yang digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*, untuk menentukan apakah nilai residual atau perbedaan antar data mengikuti distribusi normal atau tidak. Interpretasi hasil uji normalitas didasarkan pada nilai signifikansi (*p-value*), di mana data dianggap terdistribusi normal jika nilai signifikansi melebihi

tingkat signifikansi yang ditetapkan (Machali, 2019).

b. Uji linearitas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian. Metode yang digunakan adalah uji *Test for Linearity*. bertujuan untuk mengevaluasi apakah data mengikuti pola linear. Asumsi linearitas terpenuhi dengan membandingkan komponen *linearity* dan *deviation from linearity* pada hasil ANOVA. Hubungan dikatakan linear jika signifikansi *linearity* $< 0,05$ dan signifikansi *deviation from linearity* $> 0,05$. (Machali, 2019).

c. Uji Heterokodestisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah model regresi memenuhi asumsi klasik mengenai konstan atau tidaknya varians dari residual (error). Tujuan dari uji ini adalah untuk mendeteksi adanya gejala heteroskedastisitas, yaitu kondisi ketika varians residual tidak konstan pada semua tingkat variabel independen. Pelanggaran asumsi ini dapat menyebabkan standar error dari koefisien regresi menjadi bias, sehingga hasil uji t dan F tidak dapat sepenuhnya diandalkan (Machali, 2019).

2. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, untuk menguji hipotesis yang berkaitan dengan pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen, digunakan analisis regresi sederhana. Tujuan dari analisis

regresi ini adalah untuk mengeksplorasi dan menggambarkan hubungan yang ada antara variabel independen (sebagai prediktor) dan variabel dependen (sebagai kriteria), serta memberikan dasar yang kuat untuk prediksi yang akurat, seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono (2019).

a. Uji Simultan (F)

Uji simultan dalam analisis regresi memainkan peran yang sangat penting karena metode ini dirancang untuk menilai pengaruh keseluruhan semua variabel independen terhadap variabel dependen dalam satu kesatuan model (Machali, 2019).

Hasil uji F yang menunjukkan tingkat signifikansi di bawah ambang batas 0,05 mengindikasikan bahwa variabel independen tersebut secara bersama-sama memberikan dampak yang nyata dan berdaya guna dalam menjelaskan variasi pada variabel dependen. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi berada di atas 0,05, hal ini menandakan bahwa pengaruh kolektif variabel independen tidak cukup kuat untuk mempengaruhi variabel dependen secara signifikan, sehingga model tersebut mungkin kurang efektif dalam menangkap dinamika hubungan antar variabel yang diteliti.

b. Uji t (Parsial)

Uji t digunakan digunakan untuk menganalisis pengaruh relatif setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial .untuk menganalisis pengaruh relatif setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial . Dengan

dengan kata lain, tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan apakah setiap variabel bebas mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap variabel terikat jika diperiksa secara terpisah dalam model regresi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah masing-masing variabel bebas mempunyai kontribusi yang signifikan terhadap variabel terikat jika diperiksa secara terpisah dalam model regresi. (Machali, 2019). Uji t berguna untuk mengetahui variabel mana saja yang secara parsial benar-benar berpengaruh signifikan, sehingga dapat menjadi dasar dalam pengambilan keputusan mengenai variabel-variabel penting yang perlu diperhatikan. Nilai signifikansi (Sig.) < 0,05 menunjukkan bahwa variabel independen tersebut berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen secara parsial.

c. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur seberapa besar kemampuan model regresi dalam menjelaskan variasi atau perubahan pada variabel dependen yang disebabkan oleh variabel-variabel independen (Machali, 2019). Koefisien determinasi menggambarkan proporsi variansi variabel terikat yang dapat dijelaskan oleh model. Nilai R^2 berkisar antara 0 hingga 1, yang biasanya dinyatakan dalam persentase. Semakin besar nilai R^2 , semakin baik kemampuan model dalam menjelaskan variabel dependen. Misalnya, R^2 sebesar 0,60 berarti 60% variasi variabel

dependen dapat dijelaskan oleh variabel independen, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain di luar model.

3. Uji Beda (Analisis Tambahan)

Uji beda digunakan untuk melihat apakah ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata kelompok-kelompok pada variabel yang sama.

a. Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada uji beda berdasarkan jenis kelamin ini menggunakan uji independen sample t-test untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara dua kelompok yang tidak saling berhubungan (independen) terhadap variabel yang sama (Machali,2019).

b. Uji Beda Berdasarkan Domisili

Pada uji beda berdasarkan domisili ini menggunakan uji *One-Way ANOVA* digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata dari tiga kelompok (berdasarkan domisili) atau lebih terhadap satu variabel yang sama (Machali,2019).

E. Kredibilitas

1. Validitas

Metode validitas adalah aspek penting dalam penelitian dan pengukuran karena menyangkut kebenaran interpretasi dari hasil pengukuran (Azwar, 2017). Validitas yang tinggi sangat penting untuk

memastikan bahwa hasil pengukuran penelitian benar-benar mencerminkan fenomena yang sedang diamati. Validitas menjadi pertimbangan utama dalam mengevaluasi kualitas suatu instrumen pengukuran atau tes, dan memastikan bahwa instrumen tersebut benar-benar dapat menjalankan fungsinya sebagai alat ukur yang akurat. Validitas pada penelitian ini mengacu pada sejauh mana instrumen yang digunakan dapat secara akurat mengukur regulasi emosi dan tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Instrumen penelitian diuji validitasnya untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh benar-benar mencerminkan hubungan antara kedua variabel tersebut, sehingga kesimpulan yang diambil dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Analisis validitas isi instrumen regulasi emosi dan resiliensi dalam penelitian ini menggunakan formula Aiken:

$$V = \sum s / (c-1)$$

2. Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2019), reliabilitas merujuk pada kemampuan suatu instrumen pengukuran untuk memberikan hasil yang konsisten dan stabil ketika digunakan berulang kali. Sebuah instrumen dikatakan reliabel jika mampu menghasilkan data yang seragam setiap kali digunakan untuk mengukur objek yang sama. Salah satu pendekatan yang paling sering diterapkan untuk menilai reliabilitas internal adalah teknik *Alpha Cronbach*, terutama pada instrumen yang

terdiri dari berbagai item atau pertanyaan. Menurut Azwar (2017), tes dan skala psikologi memerlukan koefisien reliabilitas yang tinggi agar dapat dianggap memuaskan, yaitu minimal 0,80.

F. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan asosiatif, yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan secara sistematis berdasarkan kerangka teoritis yang ditetapkan. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang menggunakan pengukuran numerik, di mana seluruh tahap penelitian, proses pengumpulan data, pengolahan data, hingga interpretasi hasil dilakukan menggunakan analisis yang berbasis angka (Sugiyono, 2015)

Dalam penelitian ini, analisis yang dilakukan berfokus untuk melihat pengaruh antara regulasi emosi (X) dan tingkat resiliensi (Y), pengaruh antara dimensi *reappraisal* dan tingkat resiliensi (Y), dan pengaruh antara dimensi *suppression* dan tingkat resiliensi (Y) pada korban kekerasan seksual dalam berpacaran. Dengan desain regresi linear sederhana, yang bertujuan memastikan bahwa data memenuhi asumsi statistik sebelum dilakukan analisis regresi dan untuk mengetahui apakah regulasi emosi benar-benar berpengaruh terhadap resiliensi dan seberapa besar pengaruhnya.

2. Prosedur Penelitian

a. Persiapan Penelitian

Penelitian dimulai dengan tahap persiapan, tahap persiapan dimulai dari peneliti menetapkan tujuan, menyusun hipotesis, dan mengidentifikasi variabel yang digunakan, yaitu regulasi emosi dan tingkat resiliensi. Pada tahap ini, peneliti memilih alat ukur, seperti skala regulasi emosi yang disusun oleh Luthfi dan Husni, (2020) dan skala resiliensi yang disusun oleh Prawita dan Heriyadi, (2023). Kriteria inklusi partisipan mencakup korban yang pernah atau sedang berada pada kondisi mengalami kekerasan seksual dalam berpacaran, berjenis kelamin laki – laki atau perempuan, dan berusia 12 – 21 tahun. Kemudian Peneliti memastikan partisipan memahami tujuan penelitian dan memberikan persetujuan tertulis untuk berpartisipasi.

b. Tahap Pelaksanaan

Peneliti akan menyebarkan skala menggunakan *google form* kepada partisipan secara online menggunakan platform yang mudah diakses oleh partisipan. Peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, cara mengisi skala, dan menggarisbawahi pentingnya kerahasiaan serta hak untuk menarik diri kapan saja tanpa konsekuensi. Setelah pengisian skala selesai, peneliti akan mengumpulkan seluruh data yang telah diisi oleh partisipan. Peneliti akan memeriksa apakah data yang dikumpulkan

lengkap dan valid. Jika terdapat data yang tidak lengkap atau tidak konsisten, peneliti akan melakukan pengecekan lebih lanjut atau menanyakan kepada partisipan (jika diperlukan).

c. Tahap Pengolaan Data

Dalam penelitian ini, langkah awal setelah pengumpulan data adalah melakukan pemeriksaan awal untuk menyaring data yang tidak lengkap atau tidak valid, serta mengeluarkan data yang tidak memenuhi syarat dari analisis. Data mentah kemudian dianalisis menggunakan aplikasi SPSS for Windows versi 16.0. Tahap pertama analisis dimulai dengan uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* untuk memastikan bahwa data berdistribusi normal. Setelah itu, dilakukan uji linearitas untuk menguji apakah hubungan antara variabel independen (regulasi emosi) dan variabel dependen (resiliensi) bersifat linear, yang merupakan prasyarat dalam regresi linear. Selanjutnya, dilakukan uji heteroskedastisitas untuk memastikan bahwa varians dari residual adalah konstan, sehingga tidak terjadi penyimpangan dalam model regresi.

Jika seluruh uji asumsi klasik terpenuhi, maka analisis dilanjutkan dengan uji regresi linear sederhana. Uji ini digunakan untuk mengukur pengaruh regulasi emosi terhadap tingkat resiliensi pada korban kekerasan seksual dalam pacaran. Dalam analisis ini dilakukan uji F untuk mengetahui signifikansi model

secara keseluruhan, uji t untuk menguji signifikansi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial, serta penghitungan koefisien determinasi (R^2) untuk melihat seberapa besar kontribusi variabel regulasi emosi dalam menjelaskan variasi pada resiliensi.

d. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi ini bertujuan untuk menilai keberhasilan penelitian serta kesesuaian dengan tujuan yang telah ditetapkan. Peneliti akan melakukan evaluasi terhadap hasil analisis, apakah pengaruh yang ditemukan antara regulasi emosi dan tingkat resiliensi sesuai dengan hipotesis yang diajukan. Kemudian hasil penelitian akan di evaluasi dalam konteks literatur yang ada, untuk melihat kesesuaian dengan teori dan penelitian sebelumnya. Peneliti melakukan refleksi terhadap keseluruhan proses penelitian, termasuk kendala-kendala yang ditemui dan cara mengatasinya. Peneliti akan menilai apakah instrumen yang digunakan untuk mengukur regulasi emosi dan tingkat resiliensi telah valid dalam konteks korban kekerasan seksual.