

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel yang digunakan dalam pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

1. Variabel Dependen : Regulasi Emosi
2. Variabel Independen : Pola Asuh Permisif

B. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan cara mengukur dan mengamati variabel dalam penelitian agar hasilnya objektif dan konsisten. Menurut Sugiono (2019) definisi operasional akan menunjukkan alat pengambilan data yang tepat dan menunjukkan bagaimana cara mengukur suatu variabel.

1. Regulasi Emosi

Regulasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatur, memahami, dan menyesuaikan reaksi emosinya agar sesuai dengan situasi yang sedang dihadapi. Kemampuan ini bisa terjadi secara sadar maupun tidak sadar, dan mencakup bagaimana seseorang memahami pesan dari orang lain, merasakan perubahan dalam tubuhnya saat emosi muncul, menghubungkan pikiran dengan perasaannya, serta bagaimana cara seseorang menunjukkan emosinya. Regulasi emosi juga membantu seseorang mengatur seberapa sering, sekuat apa, dan berapa lama emosi itu

dirasakan, sehingga seseorang bisa tetap tenang dan mengendalikan diri dalam situasi yang penuh tekanan, seperti saat merasa cemas, sedih, atau marah. Untuk mengukur regulasi emosi pada penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari Puspitasari dan Hidayat (2023) berdasarkan teori Gross dan Thompson (2007). Skala ini mencakup lima aspek yaitu, *situation selection*, *situation modification*, *attentional deployment*, *cognitive change*, dan *response modulation*. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin baik kemampuan regulasi emosi individu.

2. Pola Asuh Permisif

Pola asuh permisif dalam penelitian ini didefinisikan sebagai cara orang tua mengasuh anak dengan memberikan kebebasan yang sangat luas, namun tanpa banyak aturan atau batasan yang jelas. Orang tua dengan pola asuh ini biasanya bersikap lembut, cenderung menghindari konflik, dan jarang memberi teguran atau disiplin yang tegas. Tumbuh dengan pola asuh seperti ini anak seringkali menjadi kurang bisa mengendalikan diri, tidak terbiasa dengan aturan, dan sulit menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Dalam jangka panjang, pola asuh ini bisa memengaruhi perkembangan emosi anak, seperti menjadi lebih mudah cemas atau sulit mengatur perasaannya. Pada penelitian ini pengukuran pola asuh permisif menggunakan *Parental Authority Questionnaire* (PAQ) yang dikembangkan oleh Buri (1991) berdasarkan teori baumrind (1966). Skor diperoleh dari hasil pengisian skala yang terdiri dari pernyataan *favourable* dan

unfavourable, dengan rentang skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat pola asuh permisif yang lebih kuat.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan individu atau kelompok tertentu yang dijadikan fokus utama untuk dikumpulkan datanya, dianalisis, dan dijadikan dasar dalam menarik kesimpulan. Berdasarkan penjelasan dari Sugiyono (2019), populasi penelitian merujuk pada sekelompok subjek yang menjadi sasaran generalisasi hasil penelitian. Sebagai sebuah populasi, kelompok subjek ini harus mempunyai karakteristik tertentu yang dapat menjadi pembeda dari kelompok lain. Selanjutnya, subjek pada penelitian ini adalah dewasa awal umur 18-25 tahun baik laki-laki maupun perempuan, dan sedang menjalin hubungan romantis. Teknik yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu *purposive sampling* yang merupakan teknik pemilihan sampel berdasarkan kriteria atau pertimbangan tertentu. Maka dari itu, kriteria subjek penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perempuan dan laki-laki
2. Berusia 18-25 tahun
3. Sedang menjalin hubungan romantis

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi sebagai instrumen untuk mengukur atribut non-kognitif (Azwar, 21). Penelitian

ini menggunakan skala berbentuk kuesioner berisi pertanyaan-pertanyaan yang disusun dalam *Google Form* dan diberikan kepada subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan skala *likert*, yang Skala *likert* memiliki dua bentuk pernyataan, yaitu *favourble* (mendukung atau memihak subjek) dan *unfavourable* (tidak mendukung subjek), skala *likert* ini terdiri dari lima alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Untuk pernyataan *favouravle*, skor bergerak dari 4 (SS) hingga 0 (STS), sedangkan untuk *unfavourable*, skor bergerak dari 0 (SS) hingga 4 (STS).

Tabel 3.1 Skala Likert

Kategori	Skor <i>Favourable</i> (F)	Skor <i>Unfavourable</i> (UF)
Sangat Sesuai (SS)	4	0
Sesuai (S)	3	1
Netral (N)	2	2
Tidak Sesuai (TS)	1	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	0	4

Pada penelitian ini digunakan instrumen skala Regulasi Emosi dan *Parental Authority Questionnaire* (PAQ). Skala Regulasi Emosi dimodifikasi dari Puspitasari dan Hidayat (2023) berdasarkan teori Gross dan Thompson (2007), yang memiliki lima aspek, yaitu *situation selection*, *situation modification*, *attentional deployment*, *cognitive change*, dan *response modulation*. Modifikasi yang dilakukan bertujuan untuk menyesuaikan aitem dengan subjek dewasa awal yang menjalin hubungan romantis karena pada skala sebelumnya subjek yang digunakan adalah orang tua.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala Regulasi Emosi

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Situation selection</i>	1,2,	3,4,5,6	6
<i>Situation modification</i>	7,8,9,	10,11,12	6
<i>Attentional deployment</i>	13,14,15	16,17,18	6
<i>Cognitive change</i>	19	20,21,22,23	5
<i>Response modulation</i>	24,25,36	27,28,29,30	7
	Total		30

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Pola Asuh Permisif

Jenis-jenis	Nomor Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Permisif	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10		10
	Total		10

Skala pola asuh permisif pada penelitian ini menggunakan skala yang dikembangkan oleh Buri (1991) berdasarkan teori Baumrind. Penelitian ini hanya menggunakan subskala pola asuh permisif karena sesuai dengan fokus variabel yang diteliti. Modifikasi yang dilakukan mengacu pada penelitian Abu, Amran, dan Tazli (2021), yang menggunakan dua dimensi utama, yaitu *relatedness* dan *self*. Penyesuaian dalam penelitian ini dilakukan untuk menyesuaikan aitem dengan subjek dewasa awal yang sedang menjalin hubungan atau berpacaran, karena pada skala sebelumnya subjek yang digunakan adalah orang tua.

E. Metode Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan bantuan dari SPSS (*Statistical Product and Service*) 25.0 for windows. Tahapan analisis data penelitian ini dilakukan melalui beberapa langkah, antara lain sebagai berikut:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas untuk mengetahui apakah data dalam sampel memiliki distribusi yang normal. Dalam penelitian ini, uji tersebut menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* melalui bantuan program *SPSS 25 for Windows*. Data nyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi berada di atas angka 0,05. Namun, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka dapat dikatakan bahwa data tidak berdistribusi normal (Sugiyono, 2019).

b. Uji Linearitas

Dalam penelitian ini, uji linearitas dilakukan dengan menggunakan metode *test for linearity* yang dibantu oleh program *SPSS 25 for Windows*. Tujuan uji untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara dua variabel yang diteliti. Suatu hubungan dikatakan linear apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka hubungan antara kedua variabel dianggap tidak linear (Sugiyono, 219).

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilaksanakan setelah seluruh uji asumsi terhadap variabel pola asuh permisif (X) dan regulasi emosi (Y) diselesaikan. Metode yang digunakan yaitu korelasi *pearson product moment* untuk menganalisis hipotesis, dengan catatan apabila data tidak memenuhi asumsi normalitas, maka digunakan alternatif analisis korelasi *spearman rank*.

F. Kredibilitas

Pada penelitian ini, kredibilitas data diuji melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Pengujian ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap item pernyataan dalam skala yang digunakan layak serta mampu menghasilkan data penelitian yang berkualitas.

1. Uji Validitas

Proses validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi, yang dilakukan dengan melibatkan penilaian dari ahli pada bidang terkait guna mengevaluasi kesesuaian atau kelayakan item dalam alat ukur. Menurut Azwar (2021), validitas isi dapat ditentukan melalui penilaian subjektif dari sejumlah ahli, kemudian dianalisis dengan teknik statistik Aiken's V. Koefisien Aiken's v diperoleh dari penilaian beberapa ahli terhadap setiap item, dengan tujuan untuk mengukur sejauh mana item tersebut dapat mewakili struktur yang diukur. Suatu item dianggap valid apabila nilai Aiken's v $> 0,8$, di mana semakin tinggi nilai Aiken's v, maka semakin baik validitas item tersebut. Berikut rumus untuk Aiken's v.

$$V = \frac{\text{Jumlah } s}{n(c-1)}$$

Keterangan:

S = $r - l_o$

l_o = Skor penilaian validitas terendah

c = Skor penilaian validitas tertinggi

r = Nilai yang diberikan oleh seorang ahli

2. Uji Reliability

Reliabilitas mengacu pada tingkat konsistensi sebuah alat ukur dalam menghasilkan data yang stabil dan dapat dipercaya. Jika alat ukur dapat menghasilkan data yang konsisten dan akurat dalam berbagai pengukuran, maka data tersebut dianggap dapat diandalkan. Pada penelitian ini, reliabilitas diukur menggunakan teknik *Cronbach's Alpha*. Menurut Azwar (2021), nilai *Cronbach's Alpha* berada pada rentang 0,00 hingga 1,00, dan semakin mendekati 1,00 maka reliabilitasnya semakin baik.

G. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan metode korelasional, untuk menelusuri apakah terdapat keterkaitan pola asuh permisif yang diterima individu dan kemampuannya dalam mengelola emosi.

2. Prosedur Penelitian

Prosedur pada penelitian ini terdapat empat tahapan yaitu:

a. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti mengidentifikasi permasalahan, mencari referensi, serta menentukan judul melalui konsultasi dengan dosen hingga memperoleh judul yang sesuai. selain itu, peneliti juga menentukan subjek penelitian. selanjutnya, dilakukan pencarian berbagai jurnal dan teori yang relevan, serta skala untuk digunakan dalam mengukur pola asuh permisif dan regulasi emosi.

b. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti menguji instrumen penelitian pada subjek dewasa awal sesuai kriteria yang sudah ditentukan untuk mengevaluasi validitas dan reliabilitas skala yang digunakan. Setelah itu, peneliti mengumpulkan data dengan mendistribusikan kuesioner yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya melalui *Google Form* guna mempermudah proses pengambilan data.

c. Tahap Pengolahan Data

Di tahap ini, peneliti mulai melakukan proses pengolahan data secara statistik menggunakan SPSS 25 berdasarkan hasil kuesioner yang telah dikumpulkan sebelumnya. Setelah itu, peneliti akan menganalisis data yang diperoleh dan mulai menyusun pembahasan sesuai dengan hasil analisis tersebut. Dari pembahasan tersebut, peneliti akan menarik kesimpulan mengenai apakah ada keterkaitan antara gaya pengasuhan permisif dengan kemampuan individu dalam mengelola emosi.

d. Tahap Evaluasi

Setelah menganalisis data, peneliti menyusun laporan penelitian yang harus disajikan secara sistematis dan jelas. Selanjutnya, menarik kesimpulan serta memberikan saran sesuai penelitian yang telah dilakukan.