

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel**

Variabel berikut yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Variabel dependen : Regulasi Emosi

Variabel Independen : Kepribadian *Hardiness*

#### **B. Definisi Operasional**

##### 1. Regulasi Emosi

Kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi, memahami, dan mengendalikan emosinya dikenal sebagai regulasi emosi. Individu dengan regulasi emosi yang baik dapat menyadari perasaan yang dirasakan, mengevaluasi dampak dari emosi tersebut, dan menyesuaikan reaksi emosionalnya agar tetap sesuai dengan konteks yang dihadapi. Kemampuan ini sangat penting bagi individu yang mengalami *broken home*, karena membantu individu menghadapi tekanan psikologis dengan cara yang lebih sehat. Dengan mengelola emosi secara adaptif, individu dapat mengambil keputusan yang lebih rasional dan tetap menjalani kehidupannya dengan lebih seimbang. Pengukuran regulasi emosi menggunakan skala modifikasi dari skala yang telah dikembangkan sebelumnya oleh Putri dkk (2023) dengan pendekatan *confirmatory factor analysis* (CFA) yang merujuk pada

aspek regulasi emosi yaitu *Activation Of A Regulatory Goal Engagement Of The Processes That Are Responsible For Altering The Emotion Trajectory (Strategies)*, dan *Impact On Emotion Regulation (Outcomes)* dari teori Gross.

## 2. Kepribadian *hardiness*

Kepribadian *hardiness* adalah karakteristik individu untuk bertahan dan menghadapi tekanan hidup dengan sikap yang lebih optimis dan adaptif. Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* cenderung tetap terlibat dalam kehidupannya, merasa memiliki kendali atas situasi yang individu hadapi, serta mampu melihat tantangan sebagai kesempatan untuk berkembang. Kepribadian *hardiness* membantu individu dalam mengelola stres dan menghadapi kondisi yang tidak ideal, seperti tumbuh dalam keluarga *broken home*. Dengan memiliki ketahanan psikologis yang baik, individu dapat menjalani kehidupannya dengan lebih stabil dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan emosional yang muncul dari lingkungan sekitar. Pengukuran kepribadian *hardiness* akan menggunakan modifikasi skala pada variable kepribadian *hardiness* menggunakan skala yang telah diadaptasi oleh Fitri Nur Awaliah (Awaliah, 2024) yaitu skala Bartone yang merujuk pada tiga aspek kepribadian *hardiness* yaitu *control*, *commitment*, dan *challenge* dari teori Kobasa.

### C. Subjek Penelitian

Penelitian ini subjek yang berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta diambil sebagai sampel, Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling* yang berarti subjek dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2024). Adapun kriteria subjek penelitian meliputi: Berumur 18-25 tahun

1. Perempuan dan laki-laki
2. Subjek memiliki kondisi *Broken Home* dengan kriteria
  - a) Kematian salah satu atau kedua orang tua
  - b) Perceraian
  - c) Salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa
  - d) Hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak
  - e) Suasana keluarga tanpa kehangatan
  - f) Hubungan orang tua yang tidak baik
3. Berdomisili di Yogyakarta

### D. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data adalah dengan teknik pengumpulan data. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan Skala *likert* yang dimodifikasi dari penelitian sebelumnya. Menurut Sugiyono, skala likert digunakan untuk mengukur pendapat, persepsi seseorang atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2024). Dalam skala ini, responden diminta

untuk memberikan jawaban berdasarkan tingkat persetujuan tertentu, seperti Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (R), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari peneliti sebelumnya untuk memenuhi kebutuhan dalam mengukur regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* pada dewasa awal yang mengalami *broken home*.

<i>Alternatif Jawaban</i>		<i>Skor</i>	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	SS	4	1
Setuju	S	3	2
Tidak Setuju	TS	2	3
Sangat Tidak Setuju	STS	1	4

*Table 1. Skor Skala Likert*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil modifikasi isi dari penelitian sebelumnya, sehingga disesuaikan dengan kebutuhan pengukuran regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*.

### 1. Skala Penelitian Regulasi Emosi

Peneliti mengukur regulasi emosi dengan memodifikasi skala yang dibuat oleh Putri dkk (2023) menggunakan metode CFA disusun berdasarkan aspek-aspek dalam teori Gross.

Aspek	Aitem	
	<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
<i>activation of a regulatory goal</i>	1, 2, 5,7, 10	3, 4, 6, 8, 9
<i>engagement of the processes that are responsible for altering the emotion trajectory</i>	12, 14, 16, 17,20	11, 13, 15, 18, 19
<i>impact on emotion regulation</i>	21, 24, 25, 26	22, 23, 27, 28
Total	14	14

Table 2. Blue Print Skala Regulasi Emosi

### 2. Skala Penelitian Kepribadian *hardiness*

Peneliti sebelumnya Awaliah (Awaliah, 2024) membuat modifikasi skala Bartone untuk mengukur variable kepribadian *hardiness* berdasarkan pada teori kobasa terdiri dari aspek komitmen, control, dan tantangan.

Aspek	Aitem	
	<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>
<i>commitment</i>	1, 4, 6, 8	2, 3, 5, 7
<i>control</i>	9, 10, 11, 16	12, 13, 14, 15
<i>Challenge</i>	17, 20, 21, 23	18, 19, 22, 24
Total	12	12

Table 3. Blue Print Skala Kepribadian *hardiness*

## E. Metode Analisis Data

### 1. Uji Asumsi

#### a) Uji Normalitas

Penelitian ini akan menggunakan uji normalitas data untuk menentukan apakah data terdistribusi normal, uji normalitas dilakukan menggunakan metode uji *Kolmogorov-Sirnov*, data terdistribusi normal jika nilai signifikansi  $>0,05$ . Jika tingkat signifikansi  $<0,05$ , maka dapat dikatakan bahwa data tidak terdistribusi normal (Azwar, 2020).

#### b) Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan salah satu bagian dari uji asumsi yang perlu dilakukan guna memastikan bahwa hubungan antara dua variabel bersifat linier. Menurut Azwar (2020), hubungan linear menunjukkan bahwa perubahan pada satu variabel sebanding dengan perubahan pada variabel lain secara konsisten, sehingga dapat dianalisis menggunakan teknik statistik parametrik. Penilaian linearitas dalam praktiknya biasanya mengacu pada dua indikator, yaitu signifikansi pada *Linearity* dan *Deviation from Linearity*. Hubungan dikatakan linier apabila nilai signifikansi pada *Linearity* kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya hubungan linier yang signifikan. Sementara itu, nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* harus lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ), yang mengindikasikan tidak adanya penyimpangan signifikan dari pola

hubungan linier. Dengan memenuhi kedua kriteria tersebut, maka asumsi linearitas dinyatakan terpenuhi dan hubungan antar variabel layak dianalisis dengan metode parametrik seperti korelasi Pearson atau regresi linear.

## 2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis merupakan langkah logis dalam penelitian kuantitatif yang termasuk dalam statistik inferensial, dengan tujuan menghasilkan hasil melalui alat uji statistik untuk dianalisis lebih lanjut. Analisis *Pearson Product Moment* biasanya digunakan untuk menguji hubungan antara satu variable bebas dan satu variable terikat jika data penelitian berdistribusi normal. Sehingga demikian, hasil dikatakan signifikan apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed)  $< 0,01$ . Jika data tidak terdistribusi normal, analisis korelasi *Spearman Rank-Order* digunakan untuk menguji hubungan atau hipotesis antara dua variable (Azwar, 2021). Oleh karena itu, pemilihan teknik analisis bergantung pada distribusi data, agar hasil analisis menjadi lebih akurat dan sesuai dengan karakteristik data yang dianalisis.

## 3. Analisis Tambahan

### a) Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Uji beda berdasarkan jenis kelamin dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan skor rata-rata variabel kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi antara responden laki-laki dan perempuan. Karena variabel jenis kelamin terdiri dari dua

kelompok (laki-laki dan perempuan), maka digunakan *Independent Sample T-Test*. Jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed)  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan pada variabel yang diuji. Sebaliknya, jika  $> 0,05$  maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan (Azwar, 2020).

b) Uji Beda Berdasarkan Domisili

Uji beda ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat perbedaan skor rata-rata variabel kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi antar responden berdasarkan lokasi domisili mereka, wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yang terdiri dari lima wilayah administratif, yaitu empat kabupaten (Sleman, Bantul, Gunungkidul, Kulon Progo) dan satu kota madya (Kota Yogyakarta) menggunakan *One-Way ANOVA*. Jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed)  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan pada variabel yang diuji (Azwar, 2020).

c) Uji Beda Berdasarkan Kategori *Broken Home*

*Uji ini* dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan skor antara kategori *broken home terhadap* variabel kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi. Kategori *broken home yaitu*: salah satu atau kedua orang tua meninggal dunia, perceraian, salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau

gangguan jiwa, hubungan yang tidak baik antara orang tua dengan anak, suasana keluarga dingin tanpa kehangatan, hubungan yang tidak baik dengan orang tua. Uji beda menggunakan *One-Way ANOVA*. Jika nilai signifikansi (Sig. 2-tailed)  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan pada variabel yang diuji. Sebaliknya, jika  $> 0,05$  maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan (Azwar, 2020).

d) Uji Regresi

Uji regresi dilakukan untuk melihat sejauh mana variabel kepribadian *hardiness* dapat memprediksi regulasi emosi pada individu yang mengalami *broken home*. Jenis uji yang digunakan adalah regresi *linier* sederhana, karena hanya terdapat satu variabel bebas (kepribadian *hardiness*) dan satu variabel terikat (regulasi emosi). Hasil analisis akan diperoleh nilai signifikansi, koefisien determinasi ( $R^2$ ) menunjukkan seberapa besar kontribusi *hardiness* dalam menjelaskan variabel regulasi emosi.

## F. Kreadibilitas

### 1. Validitas

Uji validitas isi dalam penelitian ini dilakukan melalui penilaian para ahli (*expert judgment*), sebagaimana disarankan oleh Azwar (2020), yang menyatakan bahwa validitas isi dapat diperoleh dengan meminta pendapat dari sejumlah pakar yang memahami konstruk yang diukur. Para ahli diminta untuk menilai setiap item berdasarkan

kesesuaian isi dengan indikator konstruk yang diukur. Penilaian tersebut kemudian dianalisis menggunakan rumus Aiken's V untuk mengukur tingkat kesepakatan antar ahli. Menurut Azwar (2020), nilai Aiken's V minimal yang menunjukkan validitas item yang baik adalah 0,80. Dengan demikian, item-item yang memiliki nilai Aiken's V  $\geq$  0,80 dinyatakan valid dan layak untuk digunakan dalam instrumen penelitian. Setelahnya semua hasilnya sudah ditabulasi akan dilakukan komputasi Aiken's V dengan menggunakan formula Aiken dengan rumus sebagai berikut:

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

$s$  =  $r - l_0$   
 $l_0$  = Angkat *rating* yang terendah  
 $c$  = Angka *rating* yang tertinggi  
 $r$  = Angka *rating* diberikan oleh seorang penilai  
 $n$  = Jumlah rater

## 2. Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah metode untuk mengukur suatu kuesioner yang memiliki indikator dari variabel atau konstruk, dengan tujuan untuk menilai konsistensi alat ukur. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan dapat diandalkan dan tetap menunjukkan konsistensi jika dilakukan pengukuran berulang dalam penelitian ini uji reabilitas menggunakan alpha roncbach. Penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* untuk mengukur reliabilitas.

Sebuah instrument reliabel jika skor reliabilitasnya semakin dekat skornya dengan 1,00, semakin dapat dipercaya. Nilai reliabilitas dikatakan baik apabila minimal berada pada kisaran 0,08 (Azwar, 2024).

## **G. Rancangan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara variabel regulasi emosi dan kepribadian *hardiness* pada individu dewasa awal yang mengalami *broken home*. Pendekatan korelasional bertujuan untuk mengukur seberapa besar korelasi antara perubahan pada variabel regulasi emosi dan variabel kepribadian *hardiness*. Untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antara kedua variabel, analisis data dilakukan dengan menggunakan metode korelasi.

### **1. Prosedur Penelitian**

#### **a) Tahap Persiapan**

Penelitian ini dimulai dengan tahap persiapan, di mana peneliti menyusun latar belakang, menetapkan tujuan, menyusun hipotesis, dan mengidentifikasi variabel yang digunakan, yaitu kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi. Setelah itu peneliti menyusun metode penelitian yang sesuai dengan karakteristik dan tujuan penelitian. Pada penelitian ini juga ditentukan karakteristik subjek penelitian, alat ukur penelitian yang dimana menggunakan

skala likert yang di modifikasi dari peneliti sebelumnya, lalu menentukan teknik analisis data dan teknik pengelolaan data.

b) Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti mulai mengumpulkan data dari partisipan dengan teknik *purposive sampling*. Partisipan diberi instruksi yang jelas dan diarahkan dalam proses pengisian, baik secara online, untuk memastikan data yang terkumpul adalah valid dan reliabel. Peneliti juga mengatur jadwal pengambilan data dan memastikan lingkungan pengambilan data mendukung kenyamanan partisipan agar hasilnya lebih akurat

c) Tahap Pengelolaan Data

Setelah data terkumpul, peneliti memasuki tahap pengelolaan data. Semua data mentah yang terkumpul dimasukkan ke dalam perangkat lunak statistik, seperti SPSS. Peneliti melakukan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* atau *Shapiro-Wilk* untuk memeriksa apakah distribusi data memenuhi syarat normalitas. Selanjutnya, uji *linearitas* dilakukan untuk memastikan hubungan antar variable dan melakukan uji hipotesisi menggunakan *Pearson Product Moment*, namun, jika data tidak terdistribusi normal, maka analisis korelasi yang digunakan adalah *Spearman Rank-Order Correlation*.

d) Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi, peneliti menganalisis hasil korelasi atau regresi yang diperoleh, kemudian menyimpulkan hasil penelitian terkait apakah hipotesis diterima atau ditolak. Hasil ini diinterpretasikan dalam konteks teori untuk memberikan pemahaman lebih lanjut mengenai hubungan antara kepribadian *hardiness* dan regulasi emosi pada individu dewasa awal yang mengalami *Broken Home*. Peneliti juga merefleksikan metode yang digunakan, mengevaluasi kekuatan dan kelemahan dalam prosedur, serta memberikan saran atau rekomendasi bagi penelitian selanjutnya untuk memperkuat hasil atau memperdalam hasil penelitian ini.