

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

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

1. Variabel Tergantung : Kecemasan Menghadapi Pernikahan
2. Variabel Bebas : Kematangan Emosi

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

##### **1. Kecemasan Menghadapi Pernikahan**

Kecemasan yang muncul saat menghadapi pernikahan pada individu dewasa awal muncul karena masa ini adalah fase penting dalam hidup, di mana banyak keputusan besar harus diambil, termasuk soal hubungan jangka panjang. Banyak dari mereka merasa belum siap secara emosional atau finansial, takut pernikahan akan mengganggu kebebasan atau karir, dan khawatir akan menghadapi masalah seperti perselingkuhan, KDRT, atau perceraian seperti yang terlihat di sekitar atau media sosial. Kecemasan menghadapi pernikahan merupakan bentuk kecemasan yang dirasakan individu saat akan menghadapi pernikahan, kecemasan tersebut bisa berbentuk perasaan khawatir jika tidak gagal membangun rumah tangga, takut menghadapi peran dan tanggung jawabnya, takut mengenai masalah ekonomi dan lain-lain. Terdapat dua aspek dalam kecemasan yaitu aspek

fisiologis dan aspek psikologis. Pada variabel kecemasan ini diukur menggunakan skala dari Taylor (1953).

## 2. Kematangan emosi

Kematangan emosi adalah seseorang yang mampu mengenali perasaannya sendiri, mengendalikan, serta mengekspresikan emosinya dengan cara yang sehat dan konstruktif. Seseorang yang matang secara emosional akan menunjukkan perilaku yang stabil secara emosional dalam menghadapi berbagai situasi, termasuk konflik, tekanan, atau perubahan hidup, mereka tidak mudah terbawa perasaan negatif seperti marah, takut, atau sedih yang berlebihan. Adapun aspek kematangan emosi antara lain mampu memahami diri sendiri, mampu mengontrol emosi, serta berpikir sesuai realita. Pengukuran skala kematangan emosi menggunakan skala yang dibuat berdasarkan teori dari Hurlock (2017).

### C. Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini yaitu dewasa awal yang mengetahui tren *marriage is scary*. Menurut Sugiyono (2016) populasi merupakan sumber data yang terdiri atas objek dan subjek dengan sifat serta karakteristik tertentu yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan dianalisis untuk menarik kesimpulan. Sampel penelitian ini individu dewasa awal dengan rentang usia 18-40 tahun, yang memiliki pemahaman terkait *trend marriage is scary*. Sampel adalah sebagian dari kelompok besar atau populasi yang memiliki karakteristik tertentu, yang dipilih untuk dijadikan objek penelitian (Riduwanr, 2015). Pengambilan

sampel menggunakan metode *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2017) *non probability sampling* merupakan prosedur pengambilan sampel yang tidak memberikan setiap anggota populasi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang melibatkan pemilihan partisipan yang mempunyai karakteristik paling tepat dan dianggap mewakili populasi, sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun karakteristik subjek penelitian ini diantaranya :

1. Individu dalam rentang usia 21 tahun-40 tahun untuk wanita dan 25 tahun-40 tahun untuk laki-laki, yang termasuk kategori dewasa awal.
2. Aktif menggunakan media sosial seperti tiktok atau pun yang lainnya.
3. Mengetahui atau membuat konten terkait pernikahan di sosial media.

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang berfokus pada pengumpulan dan analisis data dari sekelompok orang atau sampel tertentu. Metode ini mempelajari populasi atau sampel tertentu dengan mengumpulkan data menggunakan instrumen pengukuran dan kemudian menganalisisnya secara numerik atau statistik (Sugiyono, 2024). Tujuannya adalah untuk menggambarkan suatu keadaan dan menguji dugaan atau hipotesis yang telah dibuat sebelumnya. Metode kuantitatif fokus pada analisis data yang berbentuk angka yang dikumpulkan melalui berbagai prosedur atau metode pengukuran, kemudian diolah dengan menggunakan teknik analisis statistik

(Azwar,2018).

Metode Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yang terdiri dari skala kematangan emosi dan skala kecemasan. Kedua skala tersebut menggunakan bentuk penilaian yang telah dimodifikasi dari skala likert, dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala likert merupakan suatu skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenome sosial (Sinambela, 2017).

**Tabel 3.1** Kriteria Penilaian

Kategori	Skor Favorable (F)	Skor Unfavorable (UF)
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

### 1. Skala Kecemasan

Dalam penelitian ini digunakan instrumen berupa skala kecemasan yang dimodifikasi dari Argea dan Riana (2024) yang menggunakan teori dari Taylor (1953). Aspek kecemasan menurut Taylor (1953) di bagi menjadi dua yaitu aspek fisiologis dan aspek psikologis.

**Tabel 3.2** *Blue Print* Skala Kecemasan

Gejala	Aitem		Total
	F	UF	
Menjadi gelisah ketika sesuatu tidak sesuai dengan harapan	11	2	<b>13</b>
Sering mengalami kesulitan bernafas, masalah pada perut, pusing dan keringat berlebihan	7	2	<b>9</b>
Merasa takut pada banyak hal	6	2	<b>8</b>
Sulit tidur pada malam hari, jantung berdebar-debar, mengalami mimpi buruk	5	-	<b>5</b>
Sulit berkonsentrasi, selalu merasa sendiri, mudah marah, dan tersinggung	7	2	<b>9</b>
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>44</b>

## 2. Skala Kematangan Emosi

Penelitian ini, skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori Hurlock (2017) digunakan untuk mengukur variabel kematangan emosi. Menurut Hurlock (2017), kematangan emosi dibagi menjadi tiga dimensi: kemampuan memahami diri sendiri, kemampuan mengendalikan emosi, dan berpikir sesuai dengan realitas.

**Tabel 3.3** *Blue Print* Skala Kematangan Emosi

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			F	UF	
1.	Mampu memahami diri sendiri	Mengenal setiap emosi yang dialami	1, 2, 3	4, 5, 6	6
		Mampu mengekspresikan setiap emosi yang dialami	7, 8, 9	10, 11, 12	6
2.	Mampu mengontrol emosi	Mengungkapkan emosi dalam situasi yang tepat	13, 14, 15	16, 17, 18	6
		Mampu mengendalikan diri saat emosi memuncak	19, 20, 21	22, 23, 24	6
3.	Berpikir sesuai realita	Mampu berpikir kritis sebelum bereaksi secara emosional	25, 26, 27	28, 29, 30	6
		Mampu berpikir sebelum memberikan reaksi terhadap stimulus yang ada	31, 32, 33	34, 35, 36	6
<b>Jumlah</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	<b>36</b>

## E. Metode Analisis Data

Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) 25.0 for windows. Berikut ini terdapat tahapan dalam melakukan analisis data yaitu:

### 1. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan guna menentukan apakah data terdistribusi secara normal atau tidak. Proses ini memakai Uji Kolmogorov Smirnov melalui SPSS 25 for windows. Jika nilai signifikansi (sig) yang diperoleh lebih besar dari 0,05 maka data dianggap terdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai sig kurang dari 0,05 data tidak terdistribusi normal (Azwar, 2022).

### b. Uji Linieritas

Dalam penelitian ini, uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah terdapat hubungan linear antara kecemasan dan kematangan emosi. Uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah dua variabel memiliki hubungan linear yang signifikan. Jika nilai linearitas yang diperoleh  $<0,05$ , berarti hubungan antara kedua variabel bersifat linear. Sebaliknya, jika nilai probabilitas yang diperoleh  $>0,05$ , maka hubungan antara kedua variabel bersifat non-linear. (Azwar, 2022).

## 2. Uji Hipotesis

Peneliti memakai metode korelasi *Pearson Product Moment* jika data terdistribusi normal, untuk menguji hubungan kedua variabel yaitu variabel kematangan emosi dan variabel kecemasan setelah melakukan uji asumsi. Analisis korelasi *Pearson Product Moment* biasanya dipakai untuk menentukan apakah ada hubungan antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat (Sugiyono, 2024). Namun, jika data tidak berdistribusi secara normal, maka analisis yang digunakan yaitu *Spearman Rank-Order Correlation*. Uji Korelasi Spearman berguna untuk melihat apakah terdapat hubungan antara dua variabel, terutama jika data berbentuk urutan atau peringkat (ordinal), dan sumber data dari masing-masing variabel tidak harus berasal dari kelompok yang sama (Sugiyono, 2024). Jadi, pemilihan metode analisis perlu disesuaikan dengan bentuk dan distribusi data agar hasilnya lebih akurat dan sesuai dengan karakteristik penelitian.

## F. Kredibilitas

Pada penelitian ini, kredibilitas yang digunakan mencakup uji validitas, uji reliabilitas. Pengujian ini dilakukan sebagai syarat untuk memperoleh hasil penelitian yang berkualitas dan untuk menilai apakah aitem pernyataan pada skala yang digunakan layak atau tidak untuk pengumpulan data.

### 1. Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan penilaian ahli untuk mengevaluasi validitas pengukuran dalam penelitian ini. Penilaian ahli merupakan cara untuk menentukan validitas dengan membandingkan instrumen pengukuran yang dikembangkan oleh peneliti dengan validitas atau keputusan isi tes, melalui analisis logis oleh individu yang kompeten atau pakar di bidangnya. Jenis validitas yang diterapkan dalam penelitian ini adalah validitas isi, yang melibatkan pengembangan instrumen pengukuran atau penggunaan kisi-kisi instrumen untuk mendukung validitas tersebut. Kisi-kisi instrumen mencakup variabel yang diteliti.

Menurut Azwar (2020), kesesuaian atau kelayakan suatu item itu ditentukan oleh penilaian subjektif dari sekelompok orang atau ahli. Uji validitas isi dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik yaitu Aiken's

V. Rumus Aiken's V adalah :  $V = S / [n (c-1)]$

V: merupakan nilai koefisien validitas Aiken S: merupakan nilai skala penilaian dikurangi 1

n: merupakan jumlah asesor atau pakar yang digunakan dalam validasi

c: merupakan nilai skor tertinggi pada skala penilaian.

Koefisien Aiken's V didasarkan pada penilaian dari beberapa ahli terhadap item untuk melihat beberapa baik item tersebut dapat mewakili struktur yang akan diukur. Menurut Azwar (2020) suatu item dianggap valid jika nilai validitasnya mendekati, 1,00 dan semakin tinggi nilai Aiken's V, maka semakin baik validitas item tersebut.

## **2. Uji Reliabilitas**

Reliabilitas dapat diartikan sebagai seberapa dapat dipercaya suatu alat ukur. Jika alat ukur tersebut menghasilkan data yang konsisten dan akurat, maka data tersebut memberikan data yang dapat dipercaya dan sesuai, maka data tersebut dianggap dapat diandalkan, bahkan jika diukur berulang kali (Azwar, 2021). Dalam penelitian ini, para peneliti menggunakan metode Cronbach alpha untuk mengukur reliabilitas. Suatu instrumen dianggap reliabel jika nilai reliabilitasnya berada di antara 0,00 dan 1,00. Semakin mendekati 1,00, semakin memuaskan nilai reliabilitasnya, dan nilai reliabilitas dianggap baik jika setidaknya berada di kisaran 0,80 (Azwar, 2022).

## **G. Rancangan Penelitian**

### **1. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional yang memiliki tujuan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antar variabel yang ada (Azwar, 2018). Menurut Azwar (2018), penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang fokus pada penggunaan angka, yang diperoleh melalui proses pengukuran mulai dari pengumpulan data, analisis,

hingga penyajian hasilnya. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional adalah jenis penelitian yang dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dua atau lebih variabel yang diteliti, serta untuk mengukur sejauh mana kekuatan atau tingkat hubungan antar variabel tersebut. Penelitian ini berfokus pada analisis hubungan yang ada tanpa adanya manipulasi terhadap variabel-variabel yang diuji.

## **2. Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian ini terdapat tiga tahapan yaitu :

### **a. Tahap Persiapan**

Pada tahap persiapan ini, peneliti mengidentifikasi masalah, mencari referensi, serta menentukan judul dan melakukan konsultasi dengan dosen hingga memperoleh judul yang tepat. Setelah itu, peneliti mencari berbagai sumber atau referensi seperti buku, jurnal, atau artikel ilmiah yang relevan untuk memperkuat pemahaman tentang topik yang di ambil. Setelah judul disetujui, peneliti menentukan siapa yang akan dijadikan subjek penelitian. Terakhir, peneliti mencari atau menyusun alat ukur (skala) untuk menilai tingkat kecemasan dan kematangan emosi berdasarkan teori-teori yang ada.

### **b. Tahap Pelaksanaan**

Pada tahap pelaksanaan, peneliti menguji instrumen penelitian pada subjek deasa awal yang telah memenuhi kriteria yang telah ditentukan, guna menguji validitas dan reabilitas skala yang digunakan. Setelah itu, peneliti akan mengumpulkan data dengan menyebarkan kuisioner yang

telah diuji validitas dan reliabilitasnya, menggunakan Google Form untuk mempermudah proses pengumpulan data.

**c. Tahap Pengolahan Data**

Pada tahap ini, peneliti akan mengelola data secara statistik menggunakan SPSS 25.0 berdasarkan hasil yang diperoleh dari penyebaran kuisioner sebelumnya. Selanjutnya, peneliti akan menganalisis data yang terkumpul dan menyusun pembahasan yang sesuai dengan temuan tersebut, sehingga dari pembahasan tersebut dapat disimpulkan apakah terdapat hubungan antara kematangan emosi dan kecemasan menghadapi pernikahan.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACIMADYAN  
YOGYAKARTA