

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif sebagai metode penelitian. Pendekatan kuantitatif ini dalam proses analisisnya didasarkan pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan menggunakan metode statistik, dengan metode kuantitatif ini akan diperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Berdasarkan tujuan dan hipotesis yang ada, penelitian ini masuk dalam penelitian korelasional karena penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki variasi satu variabel yang berkaitan dengan variabel satu atau lebih, berdasarkan dari koefisien korelasi yang dinyatakan oleh Azwar (2004).

#### **3.2 Identifikasi Variabel Penelitian**

Sugiyono (2008) berpendapat bahwa variabel penelitian ialah segala hal yang berbentuk dan ditetapkan oleh peneliti dalam melakukan studi dan dipelajari untuk dapat memperoleh informasi tentang hal tersebut. Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Tergantung : Penyesuaian Diri pada Remaja
2. Variabel Bebas : Kematangan Emosi

#### **3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono, (dalam Sugiarto, 2016) definisi operasional variabel merupakan seperangkat petunjuk yang lengkap yang berisi tentang apa yang harus diamati dan mengukur suatu variabel untuk menguji kesempurnaan. Definisi operasional variabel ditemukan item-item yang dituangkan dalam bentuk instrumen penelitian.

### 3.3.1 Penyesuaian Diri pada Remaja

Penyesuaian diri pada remaja adalah suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat melakukan respon yang baik dan efisien, selain itu juga individu mampu untuk menjalin hubungan yang lebih baik antara dirinya dengan lingkungan agar dapat terjadi keselarasan yang baik satu sama lain sehingga menimbulkan kehidupan yang nyaman bagi individu. Semakin tinggi skor, maka semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki oleh individu, dan sebaliknya.

Variabel ini diukur dengan menggunakan skala penyesuaian diri pada remaja yang disusun berdasarkan karakteristik atau ciri-ciri penyesuaian diri yang baik, yaitu mampu untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik, mampu untuk dapat mempertahankan diri secara fisik, memiliki penguasaan diri yang baik, memiliki motivasi yang tinggi, dan memiliki sikap yang baik terhadap segala sesuatu yang ada di lingkungannya sehingga dapat menerima segala keadaan yang ada dan yang terjadi pada dirinya dengan baik. Semakin tinggi skor, maka semakin baik penyesuaian diri yang dimiliki oleh individu, dan sebaliknya.

### 3.3.2 Kematangan Emosi

Kematangan emosi ialah suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk dapat mengekspresikan emosinya dengan tepat, dapat mengendalikan diri dan juga emosi yang ada di dalam diri individu, mengabaikan rangsangan yang menyebabkan ledakan emosi serta mampu untuk dapat bersikap secara kritis sebelum bertindak secara emosional. Semakin tinggi skor, maka kematangan emosi yang dimiliki individu juga akan semakin baik, dan sebaliknya.

Variabel ini diukur dengan menggunakan skala kematangan emosi yang disusun berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi yaitu dapat menerima

keadaan diri sendiri dan orang lain dengan apa adanya, tidak impulsive, dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya dengan baik, dapat berfikir secara objektif dan realistis sehingga individu menjadi lebih sabar; penuh pengertian; dan memiliki toleransi yang baik, mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan pengertian. Semakin tinggi skor maka semakin baik juga kematangan emosi yang dimiliki individu, dan sebaliknya.

### **3.4 Subjek Penelitian**

#### **3.4.1 Populasi**

Sugiyono (2008) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Pada penelitian ini menggunakan populasi yaitu remaja yang ada di SOS dengan kriteria sebagai berikut : remaja berusia 13-18 tahun, belum menikah, perubahan-perubahan sekunder sudah mulai nampak pada diri remaja, dan juga mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dalam diri remaja baik secara fisik, psikologis, maupun secara intelektual.

Hurlock (2002) menyatakan bahwa remaja ialah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, masa remaja dimulai pada usia 13-18 tahun. Remaja dapat dikatakan matang secara emosional dan dapat menyesuaikan dirinya dengan baik pada saat mencapai usia 16-18 tahun.

Individu dapat disebut matang emosinya apabila mampu berpikir secara luas dan tidak bersifat kekanak-kanakan, dapat mengontrol dan mengendalikan

emosi, berpikir realistik, memahami diri sendiri dan dapat menempatkan emosi dalam situasi dan kondisi yang tepat. Thalib (dalam Ghofinayah & Setiowati, 2017) juga mengungkapkan bahwa individu yang telah matang emosinya dapat mengontrol emosi dan mengatur emosi dengan baik dan tepat sehingga dapat mengekspresikan emosi pada situasi dan kondisi yang tepat. Seseorang yang memiliki kematangan emosi yaitu individu yang dapat menjalin relasi interpersonal yang baik dengan orang lain dan memandang orang lain dengan rasa hormat, dan dapat menjaga perannya secara fleksibel, serta dapat mempertimbangkan akibat yang ditimbulkan dari perilakunya.

Individu dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang baik apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam usahanya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya dengan cara yang wajar dan dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu lingkungan, mengatasi ketegangan, terbebas dari berbagai gangguan psikologis, frustrasi dan konflik. Sebaliknya Individu dikatakan tidak mampu menyesuaikan diri apabila kesedihan, kekecewaan dan keputusan itu berkembang dan mempengaruhi kehidupannya baik dari segi fungsi fisiologis maupun psikologis. (Ghufron, 2012)

#### **3.4.2 Sampling**

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang digunakan ialah studi populasi yaitu remaja yang ada di SOS yang berjumlah 60 orang.

#### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode skala. Terdapat dua jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini. Skala

yang pertama adalah skala yang digunakan untuk mengukur variabel tergantung yaitu penyesuaian diri pada remaja, sedangkan skala kedua adalah skala yang digunakan untuk mengukur variabel bebas dalam penelitian ini yaitu kematangan emosi.

### 3.5.1 Skala Penyesuaian Diri pada Remaja

Skala penyesuaian diri pada remaja yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan dengan karakteristik atau ciri-ciri penyesuaian diri yang baik, yaitu mampu untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik, mampu untuk dapat mempertahankan diri secara fisik, memiliki penguasaan diri yang baik, memiliki motivasi yang tinggi, dan memiliki sikap yang baik terhadap segala sesuatu yang ada di lingkungannya sehingga dapat menerima segala keadaan yang ada dan yang terjadi pada dirinya dengan baik.

Skala ini terdiri dari 20 pernyataan yang mendukung penyesuaian diri remaja. *Blueprint* dari skala ini akan ditampilkan dalam tabel di bawah ini :

**Tabel 3.1 Blueprint Skala Penyesuaian Diri Pada Remaja**

Ciri-Ciri Penyesuaian Diri	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
Mampu untuk menyesuaikan dirinya dengan baik,	2	2	4
Mampu untuk dapat mempertahankan diri secara fisik,	2	2	4
Memiliki penguasaan ( <i>mastery</i> ) diri yang baik,	2	2	4

Memiliki motivasi yang tinggi,	2	2	4
Memiliki sikap yang baik terhadap segala sesuatu yang ada di lingkungannya sehingga dapat menerima segala keadaan yang ada dan yang terjadi pada dirinya dengan baik.	2	2	4
Total	10	10	20

Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian pada item *favourable* adalah sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4, Sesuai (S) dengan skor 3, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1. Penilaian pada item *unfavourable* ialah sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS) dengan skor 1, Sesuai (S) dengan skor 2, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 4.

### 3.5.2 Skala Kematangan Emosi

Skala kematangan emosi yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi yaitu : dapat menerima keadaan diri sendiri dan orang lain dengan apa adanya, tidak impulsive, dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya dengan baik, dapat berfikir secara objektif dan realistis sehingga individu menjadi lebih sabar; penuh pengertian; dan memiliki toleransi yang baik, mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri,

tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan pengertian. Skala ini terdiri dari 28 pernyataan yang mendukung kematangan emosi. *Blueprint* dari skala ini akan ditampilkan dalam tabel di bawah ini :

**Tabel 3.2 Blueprint Skala Kematangan Emosi**

Aspek Kematangan Emosi	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Total
Dapat menerima keadaan diri sendiri dan orang lain apa adanya.	2	2	4
Tidak impulsive.	2	2	4
Dapat mengendalikan emosi dan ekspresi emosinya dengan baik.	2	2	4
Dapat berpikir secara objektif dan realistis, sehingga individu menjadi lebih sabar, penuh pengertian dan memiliki toleransi yang baik terhadap orang lain.	2	2	4
Mempunyai tanggung jawab yang baik.	2	2	4
Dapat berdiri sendiri.	2	2	4
Tidak mudah mengalami frustrasi dan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.	2	2	4
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>28</b>

Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian pada item *favourable* adalah sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4, Sesuai (S) dengan skor 3, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1. Penilaian pada item *unfavourable* ialah sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS) dengan skor 1, Sesuai (S) dengan skor 2, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 4.

### **3.6 Validitas Alat Ukur**

Menurut Sugiyono (2008), validasi alat ukur perlu dilakukan untuk melihat dan menilai kesamaan yang terjadi antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti. Data dikatakan valid apabila dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Dalam penelitian ini, validitas diukur dengan cara menghitung korelasi antara skor yang terdapat pada setiap item dengan skor total. Validitas diukur menggunakan *product moment* untuk melihat korelasi antara kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini dan dikoreksi dengan menggunakan korelasi *Part-Whole*.

### **3.7 Reliabilitas Alat Ukur**

Sugiyono (2008) menyatakan bahwa instrumen atau data yang reliabel ialah apabila instrumen yang digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama akan menghasilkan data yang sama. Reliabilitas juga berarti sejauh mana hasil dari suatu pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas pada penelitian ini diukur dengan menggunakan teknik korelasi *Alpha Cronbach*.



### 3.8 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini ialah menggunakan analisis hubungan atau hubungan *product moment* dari Pearson untuk mengetahui hubungan antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Remaja.

