

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif sendiri merupakan penelitian empiris dimana data akan berbentuk angka (Syahrudin & Salim, 2014). Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang berkaitan dengan angka, hasil data akan berupa bilangan seperti skor, nilai, dan peringkat, kemudian akan dianalisis dengan statistik guna menjawab hipotesis penelitian, dan untuk memprediksi jika suatu variabel tertentu saling memengaruhi (Creswell dalam Alsa, 2014). Dalam penelitian kuantitatif terdapat beberapa jenis penelitian, dan peneliti menggunakan penelitian korelasional. Penelitian korelasional menurut Alsa (2014) merupakan sebuah penelitian yang memiliki fokus pada pengujian hubungan antar variabel.

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel Tergantung : Resiliensi

Variabel Bebas : Regulasi Emosi

3.2.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional digunakan untuk mengukur variabel. Definisi operasional dalam penelitian ini merupakan:

1. Resiliensi pada Perawat

Resiliensi pada perawat merupakan kemampuan individu dengan latar belakang pendidikan keperawatan, dan wewenang untuk memberikan pelayanan, peningkatan kesehatan, serta pencegahan penyakit yang dapat kembali ke bentuk semula saat mengalami tekanan, masalah, hingga setelah melewati peristiwa yang traumatis. Pengukuran resiliensi dapat dilihat dari kemampuan diri (*personal competence*) yang berisikan aspek *perseverance*, dan *self-reliance* dan faktor penerimaan diri (*acceptance of self and life*) yang berisikan aspek *meaningfulness*, *equanimity*, dan *existential aloneness*. Semakin tinggi skor yang didapatkan maka hal tersebut menunjukkan individu memiliki resiliensi yang tinggi begitu sebaliknya, jika skor rendah maka menunjukkan bahwa individu memiliki resiliensi yang rendah.

2. Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengenali emosi dalam diri dan mengontrolnya dengan cara melatih emosinya untuk mencapai tujuan tertentu. Pengukuran resiliensi diukur dari aspek *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Semakin tinggi skor yang didapatkan maka hal tersebut menunjukkan individu memiliki regulasi emosi yang tinggi begitu sebaliknya, jika skor rendah maka menunjukkan bahwa individu memiliki regulasi emosi yang rendah.

3.3. Subjek Penelitian

3.3.1. Populasi

Populasi yaitu keseluruhan objek dimana ingin diteliti. Populasi biasa disebut dengan *universe* (Syahrudin & Salim, 2014). Subjek pada penelitian ini merupakan perawat. Populasi dalam penelitian ini memiliki kriteria perawat aktif bekerja yang berada di Kota Demak. Pada penelitian ini diharapkan populasi

sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Adapun kriteria sampel dari penelitian yaitu:

- a. Perawat aktif bekerja di Kota Demak.

3.3.2 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling merupakan cara dalam menentukan sampel sesuai dengan ukuran sampel yang sudah ditentukan sebelumnya dan akan menjadi sumber data yang sebenarnya (Syahrudin & Salim, 2014). Teknik sampling yang digunakan adalah *snowball sampling*. Teknik ini sampel ini menggunakan cara dengan menyebarkan kuesioner ke sampel yang awalnya berjumlah kecil lalu membesar. Pertama memilih satu atau dua orang, kemudian peneliti mencari orang lain dengan meminta terhadap dua orang sebelumnya sehingga jumlah sampel semakin banyak (Sugiyono, 2015). Teknik ini digunakan oleh peneliti untuk membantu peneliti menjawab permasalahan dari penelitian yang mengacu pada individu tertentu yaitu perawat dan memudahkan peneliti mengambil sampel saat pandemi *covid-19*. Teknik ini dapat juga mempermudah penyebaran survey terhadap masyarakat umum tetapi bisa mengenai individu tertentu.

3.4 Metode Pengumpulan Data

3.4.1 Alat Pengumpulan Data

Metode yang digunakan peneliti untuk penelitian merupakan metode angket atau kuesioner dengan menggunakan skala regulasi emosi dan resiliensi dengan jenis skala *likert*. Skala yang digunakan pada penelitian ini merupakan skala resiliensi (RS-14) oleh Wagnild dan Young (1993) yang sudah diadaptasi dan dimodifikasi oleh Damásio, Borsa, & Silva (2011) sebanyak 14 *item* dan skala regulasi emosi yang dibuat oleh Gross dan John (2003) sebanyak 10 *item*.

- a. Skala Resiliensi pada Perawat

Alat ukur yang akan digunakan merupakan skala resiliensi berupa *Resilience Scale* (RS-14) yang dibuat oleh Damásio, Borsa, & Silva (2011) mengadaptasi skala Wagnild dan Young (1993), terdiri dari aspek *perseverance*, kedua ada aspek *equanimity*, ketiga aspek *meaningfulness*, keempat *self-reliant*, dan yang terakhir *existential aloneness* untuk membuat alat ukur resiliensi. Instrumen resiliensi terdiri dari 14 *item* dengan *item favourable*. Peneliti akan menerjemahkan skala ini ke dalam Bahasa Indonesia dan akan menerjemahkan kembali ke Bahasa Inggris untuk melihat apakah ada perbedaan makna.

b. Skala Regulasi Emosi

Alat ukur yang digunakan untuk variabel regulasi emosi berupa *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang dibuat oleh Gross dan John (2003) terdiri dari aspek *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Instrumen regulasi emosi terdiri dari 10 *item* dengan *item favourable*. Peneliti akan menerjemahkan skala ini ke dalam Bahasa Indonesia dan akan menerjemahkan kembali ke Bahasa Inggris untuk melihat apakah ada perbedaan makna.

3.4.2. *Blueprint* dan Cara Penilaian

Pada penelitian ini akan disusun dua buah skala, yaitu skala resiliensi pada perawat dan skala regulasi emosi.

1. Skala Resiliensi pada Perawat

Pada alat ukur resiliensi, variabel resiliensi diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan dan Wagnild dan Young (1993). Aspek menurut dan Wagnild dan Young (1993) meliputi *perseverance*, *equanimity*, *meaningfulness*, *self-reliant*, *existential aloneness* untuk membuat alat ukur resiliensi, alat ukur memiliki 14 *item* pernyataan yang berisi *item* mendukung (*favorable*).

Subjek akan dimohon untuk mengisikan jawaban dengan memilih salah satu dari pilihan jawaban di setiap *item* pernyataan. Setiap aspek terdiri dari beberapa *item* yang berisi mendukung dan tidak mendukung. Skala ini berisikan alternatif jawaban dari skala 1-7 yaitu: (1) Sangat Tidak Setuju (STS), (2) Tidak Setuju (TS), (3) Agak Tidak Setuju (ATS), (4) Netral (N), (5) Agak Setuju (AS), (6) Setuju (S), (7) Sangat Setuju (SS). Jawaban yang sifatnya mendukung akan memiliki poin seperti Sangat Setuju (SS) dinilai 7, Setuju (S) dinilai 6, Agak Setuju (AS) dinilai 5, Netral (N) dinilai 4, Agak Tidak Setuju (ATS) dinilai 3, Tidak Setuju (TS) dinilai 2, Sangat Tidak Setuju (STS) dinilai 1. Alat ukur ini hanya memiliki *item favourable* sehingga tidak ada pembalikan skor.

Blueprint skala Resiliensi dapat dilihat pada tabel 3.1. berikut:

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Resiliensi

Variabel	Aspek Resiliensi	Item	Jumlah
Resiliensi	<i>Perseverance.</i>	3	14
	<i>Equanimity</i>	2	
	<i>Meaningfulness</i>	3	
	<i>Self - Reliance</i>	4	
	<i>Existential Aloneness</i>	2	

2. Skala Regulasi Emosi

Pada alat ukur resiliensi, variabel regulasi emosi diukur berdasarkan aspek dari tokoh Gross dan John (2003), aspek tersebut merupakan *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*. Dalam mengukur aspek resiliensi, terdapat 10 *item* pernyataan yang berisi *item* mendukung (*favourable*).

Subjek akan dimohon untuk mengisikan jawaban dengan memilih salah satu dari pilihan jawaban di setiap *item* pernyataan. Setiap aspek terdiri dari beberapa *item* yang berisi mendukung dan tidak mendukung. Skala ini berisikan alternatif jawaban dari skala 1-7 yaitu: (1) Sangat Tidak Setuju (STS), (2) Tidak Setuju (TS), (3) Agak Tidak Setuju (ATS), (4) Netral (N), (5) Agak Setuju (AS), (6) Setuju (S), (7) Sangat Setuju (SS). Jawaban yang sifatnya mendukung akan memiliki poin seperti Sangat Setuju (SS) dinilai 7, Setuju (S) dinilai 6, Agak Setuju (AS) dinilai 5, Netral (N) dinilai 4, Agak Tidak Setuju (ATS) dinilai 3, Tidak Setuju (TS) dinilai 2, Sangat Tidak Setuju (STS) dinilai 1. Alat ukur ini hanya memiliki item *favourable* sehingga tidak ada pembalikan skor.

Blueprint skala regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 3.2. berikut:

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Regulasi Emosi

Variabel	Aspek Regulasi Emosi	Item	Jumlah
Regulasi Emosi	<i>Cognitive Reappraisal</i>	6	10
	<i>Expressive Suppression</i>	4	

3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.5.1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki pengertian sejauh mana ketepatan dan kecermatan sebuah alat ukur ketika melakukan fungsi ukurnya. Alat ukur dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika alat tersebut dapat digunakan secara tepat dan memberikan hasil yang sesuai. Hasil dari alat ukur merupakan besaran yang mencerminkan secara tepat dari apa yang diukur (Azwar dalam Matondang, 2009). Validitas memiliki konsep yang dapat dibedakan tiga macam yaitu validitas isi, konstruk, dan empiris atau kriteria (Matondang, 2009). Untuk mengukur validitas alat ukur, peneliti akan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *pearson* dan menggunakan

part whole untuk mengoreksi *item* yang gugur. Validitas pada alat ukur resiliensi dan regulasi emosi peneliti sebelumnya menggunakan metode CFA.

a. Validitas Alat Ukur Resiliensi (RS-14)

Uji coba skala resiliensi dilakukan oleh Pascoe L, Rahman M, A, Edvardsson K, dkk., (2018) terhadap 209 subjek pasien rawat jalan yang sedang mengalami kanker prostat dan menjalani *deprivation therapy*. Pada skala ini, tidak terdapat *item* yang gugur pada uji coba penelitian ini. Untuk hasil uji coba skala ada pada tabel 3.3.

Tabel 3. 3 Validitas Alat Ukur RS-14

Variabel	Pernyataan Resiliensi	Validitas Item
Resiliensi	<i>I usually manage one way to another</i>	.54
	<i>I feel proud that I have accomplished things in life</i>	.66
	<i>I usually take things in stride</i>	.57
	<i>I am friends with myself</i>	.62
	<i>I feel I can handle many things at a time</i>	.58
	<i>I am determined</i>	.70
	<i>I can get through difficult times because I have experienced difficulty before</i>	.55
	<i>Self-discipline is important</i>	.61
	<i>I keep interested in things</i>	.65
	<i>I can usually find something to laugh about</i>	.59
	<i>My belief in myself gets me through hard times</i>	.75
	<i>In an emergency, I am someone people can generally rely on</i>	.63
	<i>My life has meaning.</i>	.61
	<i>When I am in a difficult situation, I can usually find my way out of it.</i>	.69
Total Item		14

b. Validitas Alat Ukur Regulasi Emosi (ERQ)

Uji coba skala resiliensi dilakukan oleh Suwartono C dan Bintamur D (2019) terhadap 954 subjek berusia 16-57 tahun. Pada skala ini tidak terdapat

item yang gugur pada uji coba penelitian ini. Untuk hasil uji coba skala ada pada tabel 3.4.

Tabel 3. 4 Validitas Alat Ukur ERQ

Variabel	Pernyataan Regulasi Emosi	Validitas Item
Regulasi Emosi	<i>I keep my emotions to myself (no.2)</i>	.181
	<i>When I am feeling positive emotions, I am careful not to express them (no.4)</i>	.330
	<i>I control my emotions by not expressing them (no.6)</i>	.550
	<i>When I am feeling negative emotions, I make sure not to express them (no.9)</i>	.489
	<i>When I want to feel more positive emotion (such as joy or amusement), I change what I'm thinking about. (no.1)</i>	.472
	<i>When I want to feel less negative emotion (such as sadness or anger), I change what I'm thinking about. (no.3)</i>	.544
	<i>When I'm faced with a stressful situation, I make myself think about it in a way that helps me stay calm. (no.5)</i>	.455
	<i>When I want to feel more positive emotion, I change the way I'm thinking about the situation. (no.7)</i>	.615
	<i>I control my emotions by changing the way I think about the situation I'm in. (no.8)</i>	.682
	<i>When I want to feel less negative emotion, I change the way I'm thinking about the situation. (no.10)</i>	.614
Total Item		10

3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang dimana hasil dari alat ukur dapat diartikan sejauh mana dapat dipercaya. Hasil dapat dipercaya jika dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran dengan subjek yang sama memperoleh hasil yang sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek belum berubah (Matondang, 2009). Untuk menganalisis reliabilitas *item* pada alat ukur, peneliti akan menggunakan teknik *Alpha Cronbach*.

a. Reliabilitas Alat Ukur Resiliensi (RS-14)

Uji coba skala resiliensi dilakukan oleh Pascoe L, Rahman M, A, Edvardsson K, dkk., (2018) terhadap 209 subjek pasien rawat jalan yang sedang mengalami kanker prostat dan menjalani *deprivation therapy*. Untuk hasil uji coba skala ada pada tabel 3.5.

Tabel 3. 5 Reliabilitas Alat Ukur RS-14

Variabel	Pernyataan Resiliensi	Reliabilitas
Resiliensi	<i>I usually manage one way to another</i>	$\alpha = .912$
	<i>I feel proud that I have accomplished things in life</i>	
	<i>I usually take things in stride</i>	
	<i>I am friends with myself</i>	
	<i>I feel I can handle many things at a time</i>	
	<i>I am determined</i>	
	<i>I can get through difficult times because I have experienced difficulty before</i>	
	<i>Self-discipline is important</i>	
	<i>I keep interested in things</i>	
	<i>I can usually find something to laugh about</i>	
	<i>My belief in myself gets me through hard times</i>	
	<i>In an emergency, I am someone people can generally rely on</i>	
	<i>My life has meaning.</i>	
	<i>When I am in a difficult situation, I can usually find my way out of it.</i>	
Total Item		14

Jumlah *item* resiliensi yang diujicobakan berjumlah 14 *item* dengan menggunakan jenis skala likert dan memiliki pilihan dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju). Dari hasil uji coba terdapat korelasi total *item* yang dikoreksi antara 0.54 hingga 0.75 dengan nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0.91 sehingga bisa diketahui bahwa skala ini memiliki reliabilitas yang tinggi.

b. Reliabilitas Alat Ukur Regulasi Emosi (ERQ)

Uji coba skala resiliensi dilakukan oleh Suwartono C dan Bintamur D (2019) terhadap 954 subjek berusia 16-57 tahun. Untuk hasil uji coba skala ada pada tabel 3.6.

Tabel 3. 6 Reliabilitas Alat Ukur ERQ

Variabel	Pernyataan Regulasi Emosi	Reliabilitas
Regulasi Emosi	<i>I keep my emotions to myself (no.2)</i>	$\alpha = .60$ SEM $\alpha =$ 3.43
	<i>When I am feeling positive emotions, I am careful not to express them (no.4)</i>	
	<i>I control my emotions by not expressing them (no.6)</i>	
	<i>When I am feeling negative emotions, I make sure not to express them (no.9)</i>	
	<i>When I want to feel more positive emotion (such as joy or amusement), I change what I'm thinking about. (no.1)</i>	
	<i>When I want to feel less negative emotion (such as sadness or anger), I change what I'm thinking about. (no.3)</i>	
	<i>When I'm faced with a stressful situation, I make myself think about it in a way that helps me stay calm. (no.5)</i>	
	<i>When I want to feel more positive emotion, I change the way I'm thinking about the situation. (no.7)</i>	
	<i>I control my emotions by changing the way I think about the situation I'm in. (no.8)</i>	
	<i>When I want to feel less negative emotion, I change the way I'm thinking about the situation. (no.10)</i>	
Total Item		10

Jumlah *item* resiliensi yang diujicobakan berjumlah 10 *item* dengan menggunakan jenis skala likert dan memiliki pilihan dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju). Dari hasil uji coba terdapat nilai koefisien *Alpha Cronbach* dari *reappraisal* sebesar 0.80 dan *suppression* sebesar 0.60. korelasi total *item* yang dikoreksi antara 0.54 hingga 0.75.

Pada hasil uji validitas dan reliabilitas *item* resiliensi dan regulasi emosi, peneliti menggunakan hasil dari penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh Pascoe L, Rahman M, A, Edvardsson K, dkk., (2018) (RS-14) dan Suwartono C

dan Bintamur D (2019) (ERQ). Selanjutnya, peneliti akan menguji kembali validitas dan reliabilitas *item* dengan menggunakan data lapangan yang telah didapatkan oleh peneliti.

3.6. Teknik Analisis Data

Pada penelitian kuantitatif korelasi teknik analisis data yang digunakan teknik korelasi *product moment* dan analisis data dilakukan dengan menggunakan perhitungan statistik dengan *SPSS for Windows Release ver 20*. Teknik analisis digunakan untuk melihat ada tidaknya hubungan antar variabel yang diteliti dan menguji hipotesis penelitian.

