

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian yang digunakan

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah metode yang menggunakan angka sebagai data lalu kemudian dianalisis menggunakan analisis statistika untuk menggeneralisasikan hasil penelitian (Azwar, 2017). Secara lebih spesifik desain penelitian yang digunakan menggunakan kuantitatif korelasional yang tujuannya untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel-variabel yang diteliti (Cresswell, 2014).

3.2 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional Variabel Penelitian

3.2.1. Identifikasi Variabel

Variabel Tergantung : Perilaku *Self-Harm* pada Remaja Perempuan

Variabel Bebas : Regulasi Emosi

3.2.2. Definisi Operasional Variabel

a. Perilaku *Self-Harm* Pada Remaja Perempuan

perilaku *self-harm* pada remaja perempuan adalah perilaku yang disengaja untuk menyakiti diri sendiri sehingga menyebabkan cedera tanpa ada niatan untuk bunuh diri yang dilakukan individu perempuan berusia 15-23 tahun. Perilaku *Self-harm* pada remaja perempuan diukur didasarkan pada bentuk perilaku *self-harm* yang meliputi menyakiti diri sendiri secara langsung (ringan), perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung

(berat), perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung, perilaku berisiko, dan kognisi. Tinggi rendahnya perilaku *self-harm* didasarkan pada skor skala perilaku *self-harm* pada remaja perempuan. Semakin tinggi skor skala, maka semakin tinggi pula tingkat perilaku *self-harm* pada remaja perempuan.

b. Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan proses individu mengendalikan, mengidentifikasi, mempertahankan, meningkatkan, mengurangi, dan mengekspresikan emosi yang dirasakan. Regulasi emosi diukur berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi yang meliputi *acceptance, goals, clarity, impulse, awareness*, dan *strategies*. Tinggi rendahnya regulasi emosi ditunjukkan pada skor skala regulasi emosi, semakin tinggi skor skala regulasi emosi menunjukkan semakin tinggi pula regulasi emosi individu begitu pula sebaliknya.

3.3 Subjek Penelitian

3.3.1. Populasi

Menurut Singh (dalam Estefani, 2014), populasi merupakan sekelompok individu, objek atau item yang sebagian kecilnya digunakan untuk kepentingan pengukuran. Karakteristik populasi pada penelitian ini adalah:

- a. Remaja berusia 15-23 tahun
- b. Berjenis kelamin perempuan
- c. Domisili di Kota Semarang
- d. Pernah melakukan perilaku yang bertujuan menyakiti diri sendiri

3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Webster (dalam Stallard, 2013), sampel merupakan bagian dari populasi yang digunakan dalam mengestimasi keseluruhan populasi. Menurut Singh (dalam Estefan, 2014), teknik pengambilan sampel didefinisikan sebagai

proses pemilihan unt sampel dari populasi untuk menentukan parameter sampel benar-benar mampu mewakili populasi. Teknik pengambil sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *incidental sampling*. *Incidental sampling* merupakan teknik pengambilan sampel didasarkan pada prinsip kemudahan dengan cara menentukan waktu dan tempat yang tepat dalam menyebarkan alat ukur sesuai dengan karakteristik yang sudah ditentukan (Priyono, 2016). Secara operasional, peneliti langsung meminta kesediaan subjek apabila diketahui peneliti menemukan kesamaan karakteristik dengan kriteria populasi penelitian. Selain itu peneliti juga akan menghubungi secara langsung subjek-subjek yang diketahui sesuai dengan kriteria populasi melalui *group* media sosial.

Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan menyebarkan alat ukur secara daring. Alat ukur disebarikan melalui tautan Google Form dalam dua platform media sosial yaitu WhatsApp dan Instagram. Platform media sosial tersebut hanya digunakan sebagai media untuk menyebarkan tautan Google Form yang berisi alat ukur penelitian sehingga keseluruhan hasil pengisian alat ukur hanya dapat dilihat dari Google Form tersebut (perbedaan jenis platform media sosial tidak berpengaruh terhadap hasil Google Form). Penyebaran melalui WhatsApp dilakukan dengan membagikan tautan Google Form di obrolan personal dan grup. Penyebaran melalui Instagram dilakukan dengan membagikan tautan Google Form di *story* Instagram.

3.4 Metode Pengumpulan Data

3.4.1 Alat Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dua skala penelitian yaitu skala perilaku *self-harm* pada remaja perempuan dan skala regulasi emosi. Skala perilaku *self-harm* diukur menggunakan SHI (*Self-Injury Inventory*) yang

dikembangkan oleh Sansone, Wiederman, dan Sansone (1998) dan sudah diadaptasi dan dimodifikasi oleh (Agustin, Fatria, & Febrayosi, 2019) dalam konteks budaya Indonesia. Skala regulasi emosi dibuat oleh peneliti sendiri dengan bentuk Skala Likert yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang bersifat mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*).

3.4.2 Blueprint Alat Pengumpulan Data dan Cara Penilaian

1. Skala Perilaku *Self-Harm* pada Remaja Perempuan

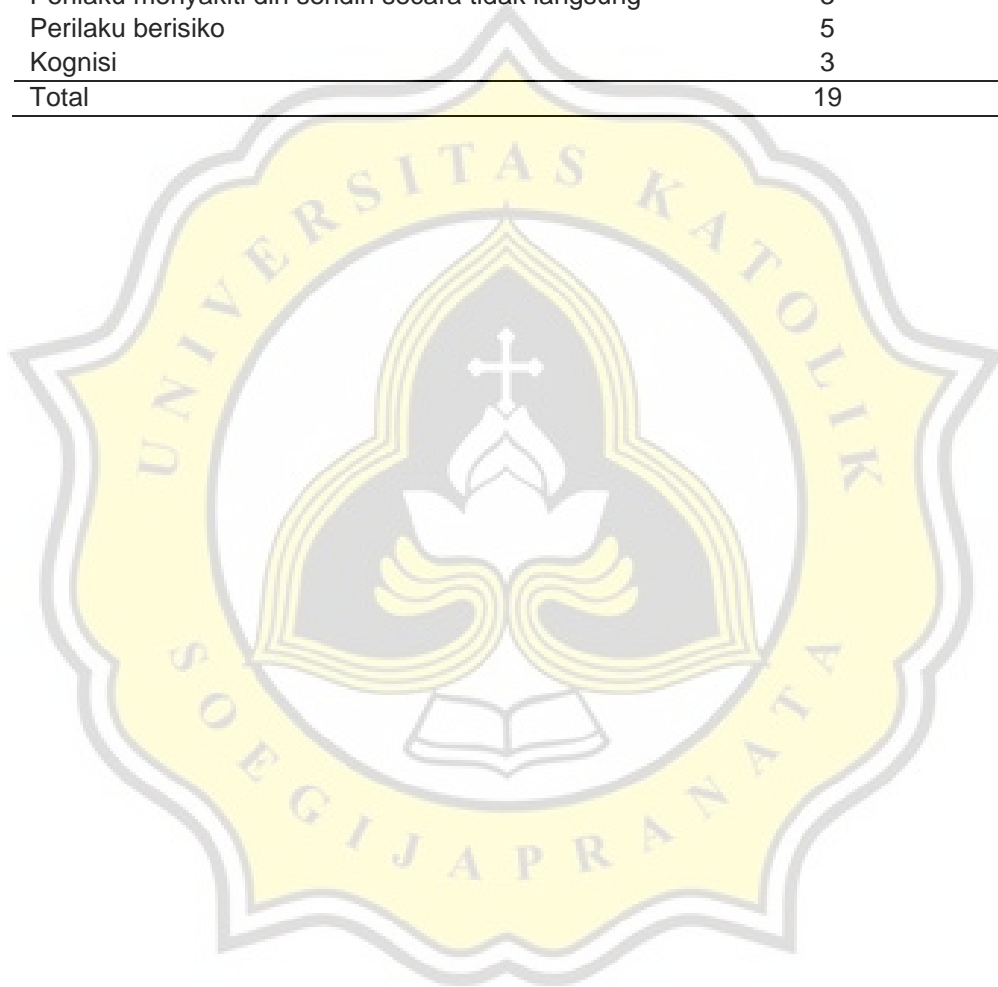
Skala perilaku *self-harm* pada remaja perempuan diukur menggunakan alat ukur SHI (*Self-Harm Inventory*) yang dikembangkan oleh Sansone, Wiederman, & Sansone (1998) dan sudah diadaptasi dan dimodifikasi oleh Agustin, Fatria, dan Febrayosi (2019) dalam konteks budaya Indonesia. Alat ukur ini sudah diuji validitas dan reliabilitasnya pada 1.071 partisipan berusia 18-30 tahun dengan hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,87 dan terdiri dari 19 item valid dari 22 item aslinya (Agustin, Fatria, & Febrayosi, 2019). Hasil tersebut menunjukkan bahwa *Self-Harm Inventory* yang sudah diadaptasi dan dimodifikasi oleh Agustin, Fatria, dan Febrayosi (2019) layak dan relevan digunakan dalam konteks budaya Indonesia dan subjek remaja perempuan.

Pada skala ini, subjek hanya diperkenankan untuk memilih salah satu pilihan dari empat pilihan yang tersedia yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Cara penilaian jawaban partisipan bergantung pada sifat item yang mendukung dan tidak mendukung. Pada item *favorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 4, S (Sesuai) diberikan skor 3, TS (Tidak Sesuai) dinilai 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 1. Sebaliknya, pada item *unfavorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 1, S (Sesuai) diberikan

skor 2, TS (Tidak Sesuai) dinilai 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 4. Berikut merupakan *blueprint* skala perilaku *self-harm* pada remaja perempuan :

Tabel 3.1
Blueprint Perilaku Self-Harm pada Remaja Perempuan

Bentuk Perilaku <i>Self-Harm</i>	Item	Jumlah
Menyakiti diri sendiri secara langsung (ringan)	4	4
Perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung (berat)	4	4
Perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung	3	3
Perilaku berisiko	5	5
Kognisi	3	3
Total	19	19



2. Skala Regulasi Emosi

Skala regulasi emosi dalam penelitian ini untuk mengukur variabel regulasi emosi. Skala ini berbentuk skala Likert yang dibuat oleh peneliti sendiri didasarkan pada aspek-aspek regulasi emosi yang meliputi *acceptance*, *goals*, *clarity*, *impulse*, *awareness*, dan *strategies*. Skala regulasi emosi berisikan 24 item dengan 12 item bersifat mendukung (*favorable*) dan 12 item tidak mendukung (*unfavorable*).

Setiap subjek penelitian hanya diperbolehkan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang tersedia. Alternatif pilihan yang disediakan meliputi SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Cara penilaian jawaban partisipan bergantung pada sifat item yang mendukung dan tidak mendukung. Pada item *favorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 4, S (Sesuai) diberikan skor 3, TS (Tidak Sesuai) dinilai 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 1. Sebaliknya, pada item *unfavorable* pilihan SS (Sangat Sesuai) diberi nilai 1, S (Sesuai) diberikan skor 2, TS (Tidak Sesuai) dinilai 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) diskor 4. Berikut tabel 3.2. menunjukkan *blueprint* skala regulasi emosi:

Tabel 3. 2
Blueprint Skala Regulasi Emosi

Aspek Regulasi Emosi	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Acceptance</i>	2	2	4
<i>Goals</i>	2	2	4
<i>Clarity</i>	2	2	4
<i>Impulse</i>	2	2	4
<i>Awareness</i>	2	2	4
<i>Strategies</i>	2	2	4
Total	12	12	24

3.5 Validitas dan Reliabilitas

3.5.1 Validitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2017), validitas merupakan kemampuan alat ukur dalam mengukur variabel yang sedang diukur. Uji validitas dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *product moment* dan *part whole*. Teknik *product moment* digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara item dengan total skor item sedangkan teknik *part whole* bertujuan untuk mengeliminasi item-item yang kelebihan bobot.

3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Clark-Carter (2004), reliabilitas merupakan tingkatan kemampuan konsistensi alat ukur dalam mengukur variabel yang sedang diukur. Teknik yang digunakan peneliti dalam uji reliabilitas adalah *Alpha Cronbach*. Azwar (2017) mengungkapkan bahwa dalam penelitian ilmu sosial, alat ukur dianggap reliabel apabila nilai koefisien reliabilitasnya diatas 0,8.

3.6 Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik korelasi dari Pearson dengan program SPSS ver 24. Teknik tersebut digunakan karena dianggap relevan dalam menjawab tujuan penelitian ini yaitu mengetahui secara empiris ada atau tidaknya hubungan regulasi emosi dengan perilaku self-harm pada remaja perempuan.