

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

##### 1. Pendekatan dan jenis penelitian

Adapun pendekatan penelitian ini ialah menggunakan metode kuantitatif. Menurut Creswell, metode penelitian kuantitatif adalah taktik untuk menguji teori secara obyektif dengan memeriksa hubungan antara variabel terukur menggunakan alat yang menyediakan data numerik, memungkinkan penerapan prosedur statistik untuk analisis.<sup>1</sup> Perspektif ini konsisten dengan yang diungkapkan oleh M. Sidik, yang mendefinisikan pendekatan kuantitatif sebagai pemeriksaan metadis dari suatu fenomena melalui pengumpulan data yang dapat dikuantifikasi melalui penerapan metode komputer, statistik, atau matematika.<sup>2</sup>

Adapun jenis penelitian yang digunakan ialah korelasional dan analisis deskriptif. Menurut Syahza, penelitian korelasional menggunakan koefisien korelasi untuk menentukan seberapa besar variabel suatu faktor sesuai dengan perubahan satu atau lebih faktor lainnya.<sup>3</sup> Maka dapat dikatakan bahwa penelitian korelasional yaitu penelitian untuk mengkaji hubungan diantara dua variabel atau lebih.

Pada penelitian ini regulasi emosi menjadi variabel X dan *self injury* sebagai variabel Y, yang mana metode ini bertujuan untuk menjawab rumusan masalah yang ketiga. Sedangkan untuk menjawab rumusan masalah yang pertama dan kedua menggunakan metode analisis deskriptif, yang mana menurut

---

<sup>1</sup> Uyun, Muhammad & Baquandi Lutvi Yoseanto. 2022. Seri Buku Psikologi: *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*. Deepublish. Hal 22

<sup>2</sup> Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books. Hal 24

<sup>3</sup> Almasdi Syahza., (2021) *Metodologi Penelitian*, Edisi Revisi. Unri Press, Pekanbaru. Hal 32

Sudirman dkk. adalah cara untuk menggambarkan atau memberikan gambaran yang jelas dan rinci mengenai data yang telah dikumpulkan, sehingga memudahkan interpretasi dan pengambilan keputusan berdasarkan data tersebut.<sup>4</sup>

## **2. Variabel penelitian**

Menurut Imam Machali variabel penelitian adalah elemen yang menjadi fokus utama dalam sebuah penelitian, sering kali dilambangkan dengan X dan Y. X biasanya menunjukkan variabel bebas (*independent variable*), yaitu variabel yang memengaruhi atau menyebabkan perubahan atau munculnya variabel terikat (*dependent variable*). Sementara itu, Y melambangkan variabel terikat, yaitu variabel yang dipengaruhi atau merupakan hasil dari variabel bebas.<sup>5</sup> Dalam penelitian ini, variabel bebasnya (X) adalah regulasi emosi, sedangkan variabel terikatnya (Y) adalah kecenderungan *self injury*

## **3. Lokasi penelitian**

Lokasi penelitian ialah tempat di mana peneliti menggali atau mencari dan mendapatkan informasi tentang data yang diperlukan, dengan singkatnya ialah tempat di mana penelitian itu dilakukan. Pada penelitian ini yang menjadi lokasi penelitian adalah pondok pesantren Riyadlotul Muttaqien yang beralamat di Jl.Cemoro Dsn, Cemororejo Ds. Warujayeng Kec. Tanjunganom Kab. Nganjuk Prov. Jawa Timur.

## **4. Data dan sumber data**

Dalam penelitian ini jenis data yang dikumpulkan ada dua yaitu:

---

<sup>4</sup> Sudirman., dkk. (2023). *Metodologi Penelitian I*. Media Sains Indonesia. Bandung. Hal 166

<sup>5</sup> Machali, I. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif). Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta. Yogyakarta. Hal 64

- a) Data primer, adalah data yang diperoleh seorang peneliti langsung dari sumber utama dan digunakan hanya oleh peneliti tersebut karena data ini tidak dipublikasikan dan tujuan penelitiannya berbeda dengan peneliti lain.<sup>6</sup> Jawaban dari kuisioner yang diberikan kepada yang menjadi sumber data adalah data primer pada penelitian ini. Adapun yang yang menjadi sumber data primernya ialah santri tingkat Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Riyadlotul Muttaqien Kabupaten Nganjuk.
- b) Data sekunder, merupakan adalah data yang sudah didokumentasikan oleh suatu instansi atau perusahaan dan dipublikasikan sehingga dapat digunakan oleh siapa saja sebagai pelengkap kebutuhan data penelitian.<sup>7</sup> Dalam penelitian ini data sekundernya adalah berupa dokumen-dokumen yang memiliki nilai yang terkait pada penelitian ini yakni seperti hasil karya tulis penelitian terdahulu oleh para ahli atau peneliti (jurnal ilmiah, artikel ilmiah) dan buku sebagai rujukan teori ataupun sebagai data pendukung. Selain itu juga data jumlah populasi penelitian yang bersumber dari instansi yang menjadi lokasi penelitian, serta hasil wawancara dengan salah seorang yang dinilai dekat dan mengenal instansi lokasi penelitian ataupun subyek penelitian seperti guru atau *utadz/dzah*.

## **B. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan item atau subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti, yang terdiri dari semua sumber data yang berpotensi menawarkan

---

<sup>6</sup> Almasdi Syahza., (2021) *Metodologi Penelitian*, Edisi Revisi. Unri Press, Pekanbaru. Hal 90

<sup>7</sup> Ibid Hal 90

informasi terkait untuk masalah penelitian tertentu.<sup>8</sup> Adapun populasi dalam penelitian ini adalah santri tingkat Madrasah Aliyah di pondok pesantren X Kabupaten Nganjuk yang berjumlah 155 dengan rincian sebagai berikut:

*Tabel 3.1 Jumlah Rincian Populasi Penelitian*

<b>Kelas</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah</b>
XII-A	Laki-laki	24
XII-B	Perempuan	27
XI-A	Laki-laki	21
XI-B	Perempuan	25
X-A	Laki-laki	37
X-B	Perempuan	21
<b>Jumlah</b>		<b>155</b>

Sumber: Data lokasi penelitian

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari objek lengkap yang diteliti dan dianggap khas dari semua orang dalam populasi. *Stratified random sampling* yakni mengambil sampel secara acak dari kelompok strata secara proporsional akan digunakan dalam penelitian ini, yang mana merupakan salah satu strategi pengambilan *sampel probabilitas* yang memberi setiap anggota populasi kesempatan yang sama untuk menjadi sampel.<sup>9</sup> Melalui jumlah populasi yang diketahui yakni sebanyak 155 maka rincian pengambilan sampel dengan metode *stratified random sampling* pada penelitian ini dapat dipaparkan pada tabel berikut:

---

<sup>8</sup> Machali, I. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif). Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta. Yogyakarta. Hal 67

<sup>9</sup> Uyun, Muhammad & Baquandi Lutvi Yoseanto. 2022. Seri Buku Psikologi: *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*. Deepublish. Hal 57-58

Tabel 3.2 Persentase Pengambilan Sampel Menggunakan Stratified Random Sampling

Kelas	Jumlah Total	Persentase Sampling	Jumlah Sampel
XII-A	24	50%	12
XII-B	27	50%	14
XI-A	21	50%	11
XI-B	25	50%	13
X-A	37	50%	19
X-B	21	50%	11
<b>Total</b>			<b>80</b>

(Sumber: Data lokasi penelitian, telah diolah kembali)

### C. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dapat didefinisikan sebagai kegiatan peneliti dalam mengumpulkan data lapangan yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian (untuk penelitian kualitatif) atau menguji hipotesis (untuk penelitian kuantitatif).<sup>10</sup> Dalam penelitian kuantitatif dikenal beberapa teknik pengumpulan data yaitu angket (*questionnaire*), wawancara (*interview*), dan dokumentasi (*document*).<sup>11</sup>

Dalam penelitian ini, pada data primer pengumpulan datanya dilakukan dengan memberikan kuisioner sebagai alat ukur psikologi kepada sumber data primer. Alat ukur yang digunakan ialah skala kecenderungan *self injury* dan skala regulasi emosi. Selain itu pada data sekunder pengumpulan datanya dengan mencari (mengakses secara *online*) dan mempelajari (memilih data dan menganalisis) dokumen yang bisa menjadi pendukung penelitian atau sebagai data penelitian itu sendiri. Serta melakukan wawancara singkat yakni wawancara semi terstruktur (pewawancara bebas bertanya namun tetap berada di koridor atau tema yang sama) dengan salah seorang yang dinilai dekat dan mengenal lokasi penelitian ataupun subyek penelitian.

<sup>10</sup> Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books. Hal 188

<sup>11</sup> Ibid hal 189

#### D. Instrumen Penelitian

Alat pengumpulan data disebut instrumen penelitian. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk mengetahui kecenderungan *self injury* dan skala untuk mengetahui tingkat regulasi emosi yang dimiliki. Kuisinoer merupakan alat pengumpulan data yang meminta responden untuk memberikan jawaban tertulis atau ilustrasi atas pertanyaan spesifik. Responden dapat menunjukkan pilihan mereka dengan melingkari jawaban yang mereka pilih, mencentang kotak di samping jawaban, atau menuliskan jawaban sebagai kata, kalimat, atau kelompok kalimat.<sup>12</sup>

Skala *Likert* adalah jenis kuesioner yang akan digunakan dalam penelitian ini. Di mana merupakan alat yang digunakan untuk mengukur sikap, pandangan, dan persepsi fenomena sosial yang telah diakui secara tegas oleh peneliti dan disebut sebagai variabel penelitian adalah skala Likert. Saat menggunakan skala *Likert*, variabel yang diukur berfungsi sebagai indikasi saat membuat pernyataan atau pertanyaan.<sup>13</sup> Skala ini bersifat tertutup dan memiliki 5 kategori dan skor di setiap kategorinya sebagai mana berikut:

Tabel 3.3 Kategori Dan Skor Jawaban Skala

Kategori	Skor	
	F	UF
Sangat setuju	5	1
Setuju	4	2
Rata-rata	3	3
Tidak setuju	2	4
Sangat tidak setuju	1	5

(Sumber: Supratiknya, 2022)

<sup>12</sup> Supratiknya, A. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif Dalam Psikologi*. Universitas Sanata Dharma. Hal 75

<sup>13</sup> Arifin, Moch. Bahak Udin By & Ainullah. (2021). *Buku Ajar Statistik Pendidikan*. UMSIDA Press. Hal 24

Adapun pada penelitian ini terdapat dua skala yang akan digunakan yakni skala kecenderungan *self injury* yang merupakan hasil adaptasi dari skala yang sebelumnya dikembangkan secara mandiri oleh M. Ilmi Rizqi T.<sup>14</sup> Serta skala regulasi emosi yang merupakan hasil adaptasi dari skala yang sebelumnya juga dikembangkan secara mandiri oleh Deviani Risyana<sup>15</sup> Alasan menggunakan skala tersebut adalah karena memiliki kesesuaian variabel yaitu kecenderungan *self injury* dan regulasi emosi, selain itu juga pada usia subyek penelitiannya yakni individu yang sedang berada di fase remaja. Namun dalam penggunaannya beberapa aitem pada skala telah disesuaikan (adaptasi) agar lebih relevan dengan karakteristik populasi pada penelitian ini yakni pondok pesantren Riyadlotul Muttaqien Kabupaten Nganjuk.

Adaptasinya meliputi bahasa dan jumlah aitem. Proses adaptasi ini dilakukan dengan melalui *professional judgement* yang dilakukan oleh dosen pembimbing untuk memastikan bahwa aitem-aitem dalam skala sesuai dengan tujuan penelitian dan relevansi konsteks yang ada..

Berikut di bawah ini adalah *blueprint* terkait skala kecenderungan *self injury* dan regulasi emosi.

---

<sup>14</sup> Rizqi, M. I. (2011). Pengaruh kematangan emosi terhadap kecenderungan perilaku self injury pada remaja. *Jakarta: Fak. Psikologi*.

<sup>15</sup> Risyana, D. (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja (Skripsi. Fak.Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).

Tabel 3.4 Blueprint Kecenderungan Self Injury

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	Uf	
1	Berdasarkan kepribadian pelaku	Ketidakmampuan untuk menahan impuls dalam situasi apa pun.	1, 2, 3	8	4
		Rendah diri	7, 9	4	3
		Proses berpikir yang tidak fleksibel.	5, 6, 11	17	4
2	Berdasarkan lingkungan keluarga pelaku	Pengalaman trauma di masa kecil, pola asuh orang tua.	12,13, 14	10	4
		Tidak mau atau enggan mengurus diri dengan baik	16	15	2
3	Berdasarkan lingkungan sosial pelaku	Hambatan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan yang stabil.	24,25, 26	22	4
		Takut akan perubahan rutinitas atau pengalaman baru dalam bentuk apa pun.	19, 20, 21, 23	18	5
<b>Total</b>					<b>26</b>

(Sumber: Walsh, 2012. telah diolah kembali)

Tabel 3.5 Blueprint Regulasi Emosi

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	Uf	
1	<i>Acceptance of emotional response (acceptance),</i>	Menerima kondisi yang memunculkan emosi	1, 13	5	3
2	<i>Engaging in goal directed behavior (goals),</i>	Mampu tetap fokus pada tujuan tanpa terganggu oleh emosi yang muncul	2, 16	10	3
3	<i>Control emotional responses (Impulse)</i>	Mampu mengontrol respon emosional yang muncul.	3, 14	15	3
		Mampu menunjukkan dan menyadari emosi yang dirasakan	6	4	2
4	<i>Strategies to emotion regulation (strategies),</i>	Mampu mencari strategi untuk mengurangi emosi yang dirasakan	7, 8, 17	11	4
		Kejelasan emosi	12	9	2
<b>Total</b>					<b>17</b>

(Sumber: Gross, 2014. telah diolah kembali)

## E. Analisis Data

Proses mengubah data menjadi informasi yang jelas dan bermanfaat untuk mengidentifikasi atau menjawab rumusan pertanyaan penelitian disebut sebagai analisis data. *IBM SPSS Statistics 23* digunakan untuk memproses analisis data inferensial yang digunakan dalam penyelidikan ini. Analisis inferensial adalah

membuat kesimpulan yang berlaku secara umum (generalisasi) melalui hasil dari perhitungan data yang digunakan sebagai dasar.<sup>16</sup>

## 1. Pengolahan data

- a. *Editing* (penyuntingan) adalah proses memeriksa instrumen pengumpulan data seperti angket yang telah dikembalikan responden dan untuk memastikannya bahwa lengkap dan jelas.<sup>17</sup>
- b. *Tabulating* (tabulasi) adalah memasukkan, mengumpulkan, dan menghitung data yang telah dikodekan ke dalam tabel.<sup>18</sup>

## 2. Uji instrumen

- a. Uji validitas

Validitas adalah sejauh mana alat ukur mengukur apa yang seharusnya diukur, atau dengan kata lain ialah sebuah keabsahan alat ukur. Validitas isi dan validitas konstruk digunakan pada uji instrumen penelitian ini.

1) Menurut Haynes dkk validitas isi ialah sejauh mana elemen-elemen dalam suatu instrumen ukur benar-benar relevan dan merupakan representasi dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran.<sup>19</sup> Validitas isi pada instrumen ini dilakukan dengan *profesional judgement* ke dosen pembimbing.

2) Sedangkan validitas konstruk menurut Azwar merupakan uji untuk membuktikan apakah hasil pengukuran yang diperoleh melalui aitem-aitem tes berkorelasi tinggi dengan konstruk teoritik yang mendasari

---

<sup>16</sup> Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books. Hal 203

<sup>17</sup> Ibid hal 203

<sup>18</sup> Ibid hal 203

<sup>19</sup> Azwar, Saifuddin. (2018). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar. Hal 111

penyusunan tes tersebut.<sup>20</sup> Instrumen penelitian ini diuji validitas konstraknya dengan melihat korelasi aitem dengan aitem total yang dibantu menggunakan *IBM SPSS Statistics 23*. Adapun dasar pengambilan keputusan pada uji validitas menurut Azwar ialah: indeks daya item memiliki nilai minimal 0,30, apabila tidak dapat memenuhi koefisien sebesar 0,30 dapat diturunkan menjadi 0,250. Artinya jika *corrected item total correlation*  $\geq 0,250$  maka item tersebut dianggap valid. Dan sebaliknya apabila *corrected item total correlation* berada pada  $< 0,250$  maka item tersebut dianggap gugur, dan tidak dapat digunakan.<sup>21</sup> Dari dasar keputusan tersebut, peneliti menggunakan dasar bahwa aitem akan dianggap valid dengan nilai *corrected item total correlation*  $\geq 0,250$ .

b. Uji reliabilitas

Kapasitas alat pengukur untuk menghasilkan hasil yang konsisten bila digunakan pada berbagai waktu ialah yang dimaksud dengan reliabilitas. Uji reliabilitas instrumen penelitian ini menggunakan *IBM SPSS Statistics 23* dan teknik *Cronbach's Alpha*. Berikut ini adalah faktor-faktor yang digunakan untuk membuat keputusan dalam uji reliabilitas: reliabilitas item pertanyaan kuesioner ditentukan oleh nilai *Alpha Cronbach* lebih besar dari 0,60. Jika nilai *Alpha Cronbach* kurang dari 0,60, item kuesioner kurang dapat diandalkan atau reliabel.<sup>22</sup>

---

<sup>20</sup> Ibid hal 116

<sup>21</sup> Ibid hal 114

<sup>22</sup> Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). Validitas dan Reliabilitas Terhadap Instrumen Kepuasan Kerja. Aliansi: *Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 17(2).

### 3. Uji Asumsi

#### a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah distribusi data dalam kelompok data atau variabel didistribusikan secara teratur atau tidak. Dalam penelitian ini menggunakan *IBM SPSS Statistics 23* dan metode uji Kolmogorov-Smirnov (K-S), peneliti melakukan uji normalitas. Suatu variabel dianggap memiliki distribusi normal jika tingkat signifikansinya lebih besar dari 0,05. Jika titik-titik dalam Plot Q-Q Normal berpusat di sekitar garis diagonal, variabel dikatakan berdistribusi normal.<sup>23</sup>

#### b. Uji linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah ada hubungan linier antara variabel *independen* dan *dependen*. Penelitian ini menggunakan *IBM SPSS Statistics 23* untuk membantu dan menggunakan metode ANOVA, yang menentukan apakah model linear ialah jika penyimpangan signifikan dari linearitas (*Deviation from Linearity*) lebih besar dari 0,05.<sup>24</sup>

#### c. Uji multikolinearitas

Uji multikolonieritas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (*independen*). Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi di antara variabel *independen*. Jika variabel *independen* saling berkorelasi, maka variabel-variabel ini tidak ortogonal. Variabel ortogonal adalah variabel *independen* yang nilai korelasi

---

<sup>23</sup> Uyun, Muhammad & Baquandi Lutvi Yoseanto. 2022. Seri Buku Psikologi: *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*. Deepublish. Hal 126

<sup>24</sup> Ibid hal 128-129

antar sesama variabel independen sama dengan nol.<sup>25</sup> Multikolonieritas dapat juga dilihat dari nilai tolerance dan lawannya (2) *Variance Inflation Factor* (VIF). Nilai *cutoff* yang umum dipakai untuk menunjukkan tidak adanya multikolonieritas adalah nilai *Tolerance* > 0.10 atau sama dengan nilai VIF < 10.<sup>26</sup>

#### 4. Uji hipotesis

Uji hipotesis adalah prosedur statistik yang digunakan untuk menentukan apakah ada cukup bukti dalam sampel data untuk mendukung atau menolak suatu klaim atau hipotesis tentang populasi. Adapun jenis hipotesis pada penelitian ini ialah hipotesis asosiatif yakni dugaan sementara terhadap rumusan dalam masalah penelitian dengan bentuk pernyataan yang menunjukkan dugaan hubungan antara dua variabel.<sup>27</sup> Hipotesis pada penelitian ini dapat diuji menggunakan korelasi *pearson product moment* yang dibantu dengan *IBM SPSS Statistics 23*. Uji ini akan menghasilkan nilai koefisien korelasi (r) yang berkisar dari -1 hingga 1 dengan kriteria keputusan bahwa:

- a) Jika nilai signifikansi (Sig.) < 0,05 maka berkorelasi
- b) Jika nilai signifikansi (Sig.) > 0,05 maka tidak berkorelasi

Di samping itu dapat pula diinterpretasikan arah hubungannya yakni nilai korelasi negatif (-) berarti semakin tinggi nilai satu variabel maka semakin rendah nilai variabel lain,. Sedangkan nilai korelasi positif (+) berarti bahwa semakin tinggi nilai satu variabel maka semakin tinggi nilai variabel lain. Nilai

---

<sup>25</sup> Ghozali, I. (2018) *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23. Edisi 9*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro. Hal 107

<sup>26</sup> Ibid hal hal 107-108

<sup>27</sup> Karimuddin, Abdullah., Misbahul Jannah., Ummul Aiman., Suryadin Hasda., Zahara Fadilla., Taqwin., Masita., Ketut Ngurah Ardiawan., & Meilida Eka Sari. (2023). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Aceh. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. Hal 52

korelasi nol atau mendekati nol berarti tidak ada hubungan antara variabel.

Adapun kekuatan hubungannya adalah sebagai berikut:<sup>28</sup>

*Tabel 3.6 Kategorisasi Untuk Interpretasi Koefisien Hubungan*

<b>Nilai korelasi</b>	<b>Kekuatan hubungan</b>
0,00 – 0,199	Sangat lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 0,999	Sangat kuat
-1 atau 1	Sempurna/linear

(Sumber: Uyun dkk. 2022)

---

<sup>28</sup> Uyun, Muhammad & Baquandi Lutvi Yoseanto. 2022. Seri Buku Psikologi: *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*. Deepublish. Hal 125