

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian adalah serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan untuk memecahkan suatu permasalahan. Hasil penelitian tidak dimaksudkan sebagai solusi langsung untuk masalah yang dihadapi, melainkan sebagai bagian dari upaya yang lebih besar dalam pemecahan masalah tersebut. Fungsi penelitian adalah untuk mencari penjelasan atas permasalahan yang ada serta memberikan alternatif solusi yang dapat digunakan untuk pemecahan masalah tersebut.⁴¹

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang fokus pada analisis data numerik dan pengolahannya menggunakan metode statistika. Penelitian kuantitatif menggunakan metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara menganalisis hubungan antara variabel yang ada.⁴² Dikatakan kuantitatif karena pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan pengukuran, perhitungan, rumus, dan kepastian data numerik, yang diterapkan mulai dari proses hipotesis, pengumpulan data di lapangan, analisis data, hingga penarikan kesimpulan dan penulisannya.

Metode kuantitatif dalam penelitian digunakan untuk menghasilkan informasi mengenai signifikansi perbedaan antar kelompok atau hubungan

⁴¹ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010, hal. 15.

⁴² John W. Creswell, *Research Design: Pendekatan Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009, hal. 10.

antara variabel-variabel yang diteliti. Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode penelitian komparatif. Penelitian komparatif merupakan penelitian yang membandingkan dua variabel atau lebih. Dalam penelitian ini peneliti membandingkan variabel yang sama untuk sampel yang berbeda.

Dalam penelitian ini peneliti membandingkan kemampuan mengelola emosi diri yang merupakan salah satu indikator dari kecerdasan emosional dari dua sampel yang berbeda yaitu anak dari asuhan Ibu dan anak dari asuhan Ayah. Peneliti tidak melakukan kontrol terhadap variabel, ataupun manipulasi (perlakuan) yang diberikan. Penelitian dilakukan secara alamiah, dimana peneliti mengumpulkan data dengan memberikan instrumen kemudian mengukur data yang telah didapat menggunakan statistik untuk mencari perbedaan antar sampel.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Penentuan populasi dan sampel merupakan langkah penting yang perlu diperhatikan dalam penelitian. Populasi adalah kelompok subjek yang menjadi objek penelitian dan diharapkan dapat menjadi dasar untuk generalisasi hasil penelitian kepada kelompok yang lebih luas. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang sama, yang membedakannya dari kelompok subjek lainnya, agar hasil penelitian

dapat digeneralisasikan dengan tepat.⁴³ Jadi, yang dimaksud dengan populasi adalah seluruh objek yang dapat merujuk pada individu atau manusia yang memiliki karakteristik tertentu, yang menjadi fokus dalam penelitian dan diharapkan dapat digeneralisasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Angkatan 2021 IAIN Kediri. Berdasarkan data dari Bagian Akademik Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, jumlah total mahasiswa di fakultas FUDA angkatan 2021 ini adalah 607 orang. Populasi tersebut mencakup semua mahasiswa aktif angkatan 2021 dari berbagai program studi di fakultas tersebut pada tahun akademik berjalan. Populasi ini dipilih karena mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah memiliki karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu memiliki pengalaman akademik dan sosial yang relevan dengan tema kecerdasan emosional serta dukungan sosial.

Namun, dalam konteks penelitian ini, peneliti lebih memfokuskan pada mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan pernikahan jarak jauh. Pernikahan jarak jauh didefinisikan sebagai kondisi di mana salah satu atau kedua orang tua tinggal di lokasi yang berbeda sehingga mengurangi interaksi fisik sehari-hari dengan anak. Oleh karena itu, populasi yang lebih spesifik adalah mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah angkatan 2021 yang orang tuanya menjalani pernikahan jarak jauh.

⁴³ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, hal. 55.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini terdiri dari mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah angkatan 2021 yang memenuhi kriteria sebagai anak dari pasangan dengan pernikahan jarak jauh. Peneliti sebelumnya telah menyebarkan kuesioner kepada seluruh mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah angkatan 2021 untuk mengidentifikasi mahasiswa yang memenuhi kriteria tersebut. Berdasarkan hasil kuesioner, ditemukan bahwa dari total 607 mahasiswa di fakultas tersebut, hanya 73 orang yang berasal dari keluarga dengan pernikahan jarak jauh.

Namun, untuk kepentingan kesetaraan jumlah subjek pada masing-masing kelompok, sampel dalam penelitian ini dipilih sebanyak 62 orang, dengan rincian 31 mahasiswa yang diasuh oleh Ayah dan 31 mahasiswa yang diasuh oleh Ibu. Pemilihan ini dilakukan untuk memastikan keseimbangan jumlah antara dua kelompok, sehingga analisis perbandingan dapat dilakukan secara lebih valid dan menghindari bias jumlah sampel.

C. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian bertujuan untuk mengungkap fakta-fakta yang berkaitan dengan variabel yang diteliti, sehingga informasi yang akurat dan relevan dapat diperoleh untuk mendukung tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, metode yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner, yang berfungsi untuk

memperoleh informasi mengenai identitas diri subjek, serta menggunakan skala psikologi untuk mengukur aspek-aspek yang relevan. Adapun skala yang digunakan yaitu skala dukungan keluarga dan kemampuan mengelola emosi. Hal ini dikarenakan karena skala psikologi berupa kontrak atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu.⁴⁴

Kuesioner terdiri dari item-item pernyataan yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu favorable dan unfavorable. Item favorable adalah pernyataan yang bersifat positif atau mendukung, sementara item unfavorable adalah pernyataan yang bersifat negatif atau tidak mendukung.

Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala Likert, yang terdiri dari empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Subjek diminta untuk memilih salah satu dari empat kemungkinan jawaban yang tersedia, dan skor yang diberikan pada setiap pilihan adalah sebagai berikut:

Untuk pernyataan favorable:

- 1) Sangat Sesuai (SS) = 4,
- 2) Sesuai (S) = 3,
- 3) Tidak Sesuai (TS) = 2,
- 4) Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1,

⁴⁴ Saifuddin Azwar, Metode Penelitian, hal. 70.

Untuk pernyataan unfavorable:

- 1) Sangat Sesuai (SS) = 1
- 2) Sesuai (S) = 2,
- 3) Tidak Sesuai (TS) = 3,
- 4) Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4.

Alasan peneliti memberi simbol angka 1, 2, 3, dan 4 pada angket yang disusun adalah karena skala Likert, meskipun menggunakan angka, tidak sepenuhnya mencerminkan skala interval. Angka-angka tersebut berfungsi sebagai kode atau simbol untuk mengkuantifikasikan alternatif jawaban yang bersifat kualitatif, seperti kata-kata atau kalimat, menjadi bentuk yang lebih mudah dikelola secara numerik. Tujuan penggunaan angka ini adalah untuk mempermudah pengolahan data, terutama dalam penelitian kuantitatif, di mana skala Likert digunakan sebagai skala pengukuran data ordinal. Angka-angka tersebut hanyalah alat untuk memberikan nilai pada jawaban, bukan untuk menunjukkan jarak atau perbedaan yang konsisten antara pilihan-pilihan jawaban.

Tabel 3.1: Kriteria Skor Kuesioner

Skor Favorabel	Respon Jawaban	Skor Unfavorabel
4	Sangat Sesuai (SS)	1
3	Sesuai (S)	2
2	Tidak Sesuai (TS)	3
1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

(Sumber: Saifuddin Azwar, 2021)

Penggunaan skala pada penelitian ini berdasarkan pada karakteristik skala sebagai alat ukur psikologi yang ditemukan oleh Azwar yaitu:⁴⁵

- a. Stimulus berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak secara langsung menunjukkan atribut yang ingin diukur, tetapi lebih mengungkapkan indikator perilaku yang berkaitan dengan atribut tersebut.
- b. Atribut psikologis diungkapkan secara tidak langsung melalui indikator-indikator perilaku, sementara perilaku tersebut diterjemahkan dalam bentuk item-item pertanyaan.
- c. Responden atau subjek tidak diharuskan untuk memilih antara jawaban "benar" atau "salah". Semua jawaban diterima selama diberikan dengan sungguh-sungguh.

Berdasarkan siapa yang mengisi skala, skala ini termasuk skala langsung, karena subjek yang diteliti mengisi skala tersebut sendiri. Selain itu, skala ini juga merupakan skala tertutup, karena jawaban dan isian dalam skala telah dibatasi dan ditentukan oleh peneliti. Penggunaan skala ini bertujuan agar jawaban tetap terarah dan relevan dengan tujuan pengukuran, serta memudahkan dalam pelaksanaan penelitian.

D. Instrument Penelitian

Instrument penelitian diartikan dengan alat ukur didalam penelitian. Penelitian pada prinsipnya melakukan pengukuran. Menurut Sugiyono, alat

⁴⁵ Saifuddin Azwar, Metode Penelitian, hal. 105.

yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial dinamakan instrument penelitian.⁴⁶

Data didalam penelitian ini diperoleh melalui kuesioner yang berisi pernyataan. Skala yang digunakan adalah skala Likert dengan frekuensi respon individu yang diberi skor antara 1 hingga 4. Pemilihan skala ini bertujuan untuk menghindari adanya pilihan jawaban netral atau sedang, yang sering kali mengakibatkan efek kecenderungan tengah (*central tendency effect*) dan dapat menimbulkan bias. Dengan menggunakan empat pilihan jawaban, peneliti berharap respon yang diberikan akan lebih mencerminkan perilaku yang menjadi fokus penelitian.

Dalam penelitian ini terdapat skala peneliti gunakan untuk mengumpulkan data yaitu, Skala kemampuan mengelola emosi disusun berdasarkan aspek-aspek kemampuan mengelola emosi dan alat ukur yang digunakan untuk mengukur kemampuan mengelola emosi adalah skala likert. Terdapat tiga aspek dalam kemampuan mengelola emosi diri yang diambil dari pendapat menurut Daniel Goleman, yakni: (1) mampu mengekspresikan emosi dengan wajar, (2) mampu mengatasi emosi, (3) kemampuan beradaptasi.

Dari setiap aspek tersebut, diturunkan indikator-indikator yang konkret untuk memudahkan penyusunan item pernyataan. Indikator tersebut dirancang untuk menggambarkan perilaku nyata yang mencerminkan kemampuan mengelola emosi dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan

⁴⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R\&D*, Bandung: Alfabeta, 2019, hal. 156.

indikator tersebut, disusun item-item pernyataan yang terdiri dari item favorable (mendukung) dan unfavorable (tidak mendukung). Instrumen ini menggunakan format skala Likert dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Peneliti kemudian menyusun blueprint atau kisi-kisi skala untuk memetakan hubungan antara aspek, indikator, dan nomor item. Skala yang disusun berjumlah 18 butir pernyataan, dengan rincian 6 item untuk aspek mengekspresikan emosi dengan wajar, 6 item untuk aspek mengatasi emosi, dan 6 item untuk aspek kemampuan beradaptasi. Setiap aspek terdiri dari 3 item favorable dan 3 item unfavorable.

Tabel 3.2: Blueprint Skala Kemampuan Mengelola Emosi

Dimensi	Indikator	Nomer Item		Jumlah
		F (+)	UF (-)	
Mengelola Emosi	Mampu mengekspresikan emosi dengan wajar	7, 9, 18	2, 4, 17	6
	Mampu mengatasi emosi	6, 11, 15	5, 8, 10	6
	Kemampuan Beradaptasi	1, 3, 13	12, 14, 16	6
TOTAL		9	9	18

Tabel 3.3: Pernyataan Aitem Kemampuan Mengelola Emosi

No.	Pernyataan
1.	Saya tetap bisa menjaga hubungan baik dengan keluarga meskipun orang tua saya menjalani pernikahan jarak jauh.
2.	Saya merasa kesulitan mengungkapkan perasaan saya kepada Ayah/Ibu karena komunikasi kami tidak langsung.
3.	Saya dapat menyesuaikan diri dengan pola komunikasi keluarga yang berbeda akibat kondisi pernikahan orang tua jarak jauh.
4.	Saya cenderung menyembunyikan perasaan saya daripada menceritakannya kepada Ayah/Ibu yang jauh.
5.	Saya sering merasa kewalahan dengan emosi saya karena kurangnya dukungan emosional langsung dari Ayah/Ibu.
6.	Saya mampu menenangkan diri ketika merasa sedih karena merindukan Ayah/Ibu.

7.	Saya tetap bisa mengekspresikan perasaan saya kepada Ayah/Ibu meskipun komunikasi kami terbatas.
8.	Saya sering melampiaskan emosi negatif kepada orang-orang di sekitar saya karena kurangnya bimbingan langsung dari Ayah/Ibu.
9.	Saya merasa nyaman berbagi perasaan dengan Ayah/Ibu melalui komunikasi jarak jauh.
10.	Saya mudah merasa tertekan karena tidak bisa bertemu langsung dengan Ayah/Ibu saat menghadapi masalah.
11.	Saya memiliki cara tersendiri untuk mengatasi rasa sedih saat merindukan orang tua.
12.	Saya merasa kesulitan dalam menyelesaikan masalah keluarga karena tidak mendapatkan arahan langsung dari Ayah/Ibu.
13.	Saya mampu menghadapi tantangan dalam keluarga dengan cara yang positif meskipun Ayah/Ibu jauh.
14.	Saya sering merasa kurang percaya diri dalam mengambil keputusan terkait keluarga karena jarang mendapat bimbingan langsung dari Ayah/Ibu.
15.	Saya dapat mengelola stres tanpa harus mendapatkan dukungan langsung dari Ayah/Ibu.
16.	Saya lebih sering menyampaikan perasaan saya kepada orang lain daripada kepada Ayah/Ibu karena mereka jauh.
17.	Saya sering merasa tidak dipahami karena Ayah/Ibu tidak berada di dekat saya secara fisik.
18.	Saya dapat mengungkapkan kebahagiaan saya kepada Ayah/Ibu meskipun kami jarang bertemu secara langsung.

E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, digunakan metode kuantitatif sebagai pendekatan utama. Penelitian kuantitatif adalah proses pengumpulan informasi yang berbentuk angka-angka, yang berfungsi sebagai data untuk memahami fenomena yang kita teliti.⁴⁷ Melalui penelitian ini, kita akan dapat mengukur tingkat dari masing-masing variabel, yaitu dukungan keluarga dan kemampuan mengelola emosi. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengungkap hubungan antara variabel dukungan keluarga dan variabel kemampuan mengelola emosi.

Untuk mengidentifikasi dan menjelaskan setiap variabel penelitian, digunakan analisis deskriptif, yang meliputi perhitungan rata-rata (mean),

⁴⁷ Deni Dermawan, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Bandung: Alfabeta, 2014, hal. 37.

distribusi frekuensi, median, dan standar deviasi. Selama proses analisis data, alat statistik kuantitatif akan diterapkan. Upaya menganalisis data ini penting untuk memastikan bahwa hasil dari pernyataan, observasi, dan wawancara dapat disusun secara sistematis

Adapun langkah-langkah pengolahan data setelah terkumpul yaitu:

a. Tabulasi Data

Tabulasi data mengacu pada proses pengambilan informasi temuan penelitian, memilahnya ke dalam kategori tanggapan sesuai variabel dan subvariabel yang dipertimbangkan, kemudian memasukkan informasi tersebut ke dalam tabel.⁴⁸

b. Uji Instrumen

1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono, penelitian valid bila memiliki kesesuaian antara data yang terkumpul dengan data sesungguhnya pada objek yang diteliti. Kriteria dalam keputusan untuk menentukan butir valid menggunakan *software* SPSS versi 20 *for windows*. Jika koefisien tidak mencapai sebesar 0,300, maka dapat diturunkan menjadi 0,250. Ini berarti bahwa jika skor total skala yang dikoreksi sama dengan (=) atau lebih besar dari 0,250, maka item tersebut dianggap valid. Sebaliknya, jika corrected

⁴⁸ Eka Rahayu dkk., *Sosialisasi Pengolahan Tabulasi Data Administrasi Perkantoran Menggunakan Aplikasi Microsoft Excel pada Perangkat Desa Sei Menciri*, Medan: Universitas Negeri Medan, 2021, hal. 112.

item total correlation berada di bawah 0,250, maka item tersebut dianggap tidak valid dan tidak dapat digunakan.⁴⁹

2. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono, uji reliabilitas adalah pemeriksaan yang menunjukkan konsistensi alat ukur dalam mengamati gejala yang sama di berbagai lokasi. Sebuah instrumen dapat dianggap reliabel jika, dalam beberapa kali pengukuran atau pengujian, hasil yang diperoleh relatif serupa dan tidak mengalami perubahan yang signifikan.⁵⁰ Pada penelitian ini yang digunakan yaitu uji reliabilitas dengan teknik Alpha Cronbarch's dari aplikasi statistik SPSS versi 20 for windows. Dasar keputusan dalam uji reliabilitas Alpha Cronbarch's yaitu:⁵¹

- a) Jika nilai *Cronbarch's Alpha* $> 0,60$ maka kuesioner dinyatakan reliabel, konsisten atau dapat dipercaya.
- b) Jika nilai *Cronbarch's Alpha* $< 0,60$ maka kuesioner dinyatakan tidak reliabel, tidak konsisten atau tidak dapat dipercaya.

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R\&D*, hal. 126.

⁵⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R\&D*, hal. 363.

⁵¹ V. Wiratna Sujarweni, *SPSS untuk Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014, hal.

c. Uji Asumsi

Uji asumsi ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel penelitian. Uji asumsi juga digunakan untuk mengetahui informasi mengenai sebaran variabel-variabel penelitian yang nantinya akan diuji normalitas, linearitas, dan hipotesisnya.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu metode yang digunakan untuk mengevaluasi distribusi data dalam suatu kelompok atau variabel, guna menentukan apakah data tersebut sesuai dengan distribusi normal atau tidak. Proses pengujian ini dilakukan dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov one sample, dengan tingkat signifikansi 5% atau 0,05. Jika hasil signifikansinya kurang dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal. Sebaliknya, jika hasil signifikansinya lebih dari 0,05, maka data tersebut dapat dikatakan berdistribusi normal. Perhitungan dalam uji ini dilakukan menggunakan SPSS *for Windows*.⁵²

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk membuktikan data dasar yang akan diolah ialah homogen, sehingga segala pembuktian menggambarkan yang sesungguhnya, bukan

⁵² Rochmat Aldy, *Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis dengan SPSS*, Yogyakarta: Deepublish, 2016, hal. 90.

karena dipengaruhi oleh variansi yang ada dalam data yang akan diolah. Uji homogenitas berfungsi untuk mengetahui apakah terdapat kesamaan varian kelompok yang membentuk sampel, jika terdapat perbedaan variasi kelompok maka kelompok tersebut merupakan kelompok yang berasal dari populasi yang sama. Peneliti menggunakan uji F untuk uji homogenitas.

d. Analisis Deskriptif

Analisis Deskriptif bertujuan untuk melihat dan menggambarkan kemampuan mengatur emosi anak antara anak dalam keluarga inti dan anak dalam keluarga besar. Pengelompokan kecerdasan emosional anak dilakukan dalam 5 kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Tahapan analisis data deskriptif adalah sebagai berikut:

1. Mencari *mean* (rata-rata)

Mean dapat diperoleh dari menjumlahkan seluruh nilai sampel dan membaginya dengan jumlah sampel.

Rumus untuk *mean* (rata-rata) adalah sebagai berikut:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M: Mean

N: Jumlah Sampel

X: Nilai pada variabel

2. Menghitung standar deviasi

Cara mendapatkan standar deviasi yaitu dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{1}{6}(X_{max} - X_{min})$$

Keterangan:

α = Deviasi X_{max} : Skor maksimal subjek

X_{min} : skor minimal subjek

3. Membuat kategorisasi

Dalam penelitian ini terdapat 5 kategorisasi kemampuan mengelola emosi, yang dikelompokkan dengan pedoman sebagai berikut:⁵³

Tabel 3.4: Pedoman Kategorisasi

Sangat Rendah	$M - (1,5 \times SD)$
Rendah	$M - (0,5 \times SD)$ sampai $M - (0,5 \times SD)$
Sedang	$M - (0,5 \times SD)$ sampai $M + (0,5 \times SD)$
Tinggi	$> M + (0,5 \times SD)$ sampai $M + (1,5 \times SD)$
Sangat Tinggi	$> M + (1,5 \times SD)$

(Sumber: Saifuddin Azwar, 2012)

e. Uji Hipotesis

Penelitian ini dalam uji hipotesis menggunakan Independent Samples T Test. Independent Samples T Test adalah uji beda rata-rata yang digunakan untuk menguji dua rata-rata pada dua kelompok data independen. Uji beda 2 rata-rata (Independent Samples Test) digunakan untuk mengetahui apakah terdapat

⁵³ Saifuddin Azwar, Metode Penelitian, hal. 149.

perbedaan nilai tes. Pengujian menggunakan tingkat signifikansi 0,05 atau tingkat kepercayaan (*confidence interval*) sebesar 95%. (secara default SPSS menggunakan tingkat signifikansi 0,05). Sebelum uji beda 2 rata-rata dilakukan, uji F (uji homogenitas) perlu dilakukan terlebih dahulu. Jika varian sama, maka uji t menggunakan *Equal Variance Assumed* (diasumsikan varian sama) dan jika varian berbeda, maka menggunakan *Equal Variance Not Assumed* (diasumsikan varian berbeda).