

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dimana pendekatan ini merupakan pendekatan penelitian yang mengandalkan data angka, statistik, dan pengukuran objektif dengan menggabungkan antara metode kuantitatif dan kualitatif secara terstruktur, sistematis, dan bersinergi dalam satu kegiatan penelitian.⁴³

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah eksperimen *single case design* ⁴⁴. Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti dengan memberikan *treatment* tertentu untuk mengetahui pengaruh dari variabel yang hendak diketahui hasilnya dalam penelitian ini adalah variabel independen dan variabel dependen.

⁴³ Sugiyono, 2019 *.Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D* Bandung: Alfabeta.

⁴⁴ Ahmad Saifuddin, 2019. *Penelitian Eksperimen Dalam Psikologi* Jakarta: Prenadamedia Group. Hlm. 19

3. Variabel Penelitian

a. Variabel Dependen (Y)

Variabel terikat dimana variabel ini diberikan pengaruh sehingga variabel ini akan berubah bergantung pada independen. Variabel dependen pada penelitian ini yaitu *temper tantrum*

b. Variabel Independen (X)

Variabel bebas atau variabel eksperimental merupakan istilah dari variabel independen. Variabel ini memberikan pengaruh terhadap variabel lain sehingga dapat diukur seberapa besar pengaruh.⁴⁵ Variabel independen dalam penelitian ini adalah modifikasi perilaku yaitu *extinction* dan *reinforcement*.

4. Desain Eksperimen

Desain eksperimen merupakan langkah untuk menyelidiki dan mencari adanya pengaruh suatu *treatment* dari satu variabel ke variabel lainnya. Desain eksperimen yang digunakan yaitu *single case design*. Desain ini menyertakan pengukuran sebelum sampel penelitian diberikan perlakuan (*pre-test*) selain memberikan pengukuran setelah sampel penelitian diberikan perlakuan (*post-test*). Tujuan dari adanya penggunaan desain ini adalah agar mengetahui hasil dari *treatment* dapat dianggap tepat karena dapat membandingkan keadaan sebelumnya dengan keadaan sesudah diberi perlakuan.⁴⁶

⁴⁵ *Ibid*, Hlm. 39.

⁴⁶ *Ibid*, Hlm. 144.

Berikut gambaran dari *single case design* A-B-A pada penelitian ini:

a. Fase A (*baseline*)

Pada fase ini peneliti menggunakan *lembar event sampling* untuk mengobservasi terkait tanggal, waktu, situasi, pemicu, durasi, gambaran *temper temper tantrum*, dan respon orang tua selama 3 hari tanpa *treatment*.

b. Fase B (*treatment*)

Pada fase B peneliti memberikan *treatment* atau intervensi modifikasi perilaku berupa *extinction* dan *reinforcement*. Penelitian ini menggunakan intervensi *therapy* berupa modifikasi perilaku. Berikut rancangan intervensi:

1) Persiapan Awal

- a) Berkoordinasi dengan seluruh anggota keluarga agar menerapkan strategi yang sama untuk menangani *temper tantrum*, Memberikan pemahaman terkait teknik yang dilakukan, dan cara dalam pengisian lembar observasi
- b) Kenali Pemicu *Temper Tantrum*

Perhatikan apa saja yang biasanya membuat anak *temper tantrum*, misalnya karena lapar, lelah, tidak boleh main, atau ingin sesuatu.

c) Amati Pola *Temper Tantrum* Anak

Catat seberapa sering anak *temper tantrum*, berapa lama *temper tantrum*nya berlangsung, dan seberapa parah emosinya. Gunakan catatan sederhana untuk membantu melihat pola.

d) Tentukan Perilaku yang Ingin Dikurangi

Pilih perilaku yang ingin dikurangi, seperti menangis terus-menerus, melempar barang, atau berguling di lantai saat marah.

2) Penerapan Teknik *Extinction*

a) Tetap Tenang dan Konsisten

Saat anak *temper tantrum*, jangan ikut emosi. Hindari marah, membentak, atau langsung memenuhi keinginan anak. Reaksi yang tenang akan membuat anak belajar bahwa *temper tantrum* tidak membuat orang tua panik atau menyerah.

b) Abaikan *Temper Tantrum*

Jangan langsung menegur, membujuk, atau memeluk anak saat ia mengamuk. Diam saja dan tunggu sampai anak tenang.

c) Pastikan Anak Tetap Aman.

Kalau anak mulai membahayakan diri sendiri (seperti membanting barang atau memukul), segera amankan situasi. Jauhkan benda-benda berbahaya dan tenangkan anak tanpa marah-marah atau berlebihan.

d) Jangan Menyerah pada Permintaan Anak.

Kalau anak *temper tantrum* karena tidak dibelikan mainan, tetap pada keputusan awal. Jangan luluh hanya karena anak menangis. Ini penting agar anak tahu bahwa menangis tidak selalu membuat keinginannya terkabul.

e) Gunakan Waktu Tenang (*Time-out*)

Kalau *temper tantrum* terlalu lama atau berulang, pisahkan anak sebentar dari situasi tersebut. Ajak duduk di tempat tenang tanpa banyak bicara, biarkan anak menenangkan diri dulu.

3) Memperkuat dengan *Reinforcement*

Setelah *temper tantrum* anak mulai berkurang karena tidak diberi perhatian saat *temper tantrum* (teknik), selanjutnya orang tua perlu menguatkan perilaku baik anak. Tujuannya agar anak makin sering berperilaku positif. Beberapa cara yang bisa dilakukan:

a) Beri Pujian Tulus.

Saat anak bersikap baik, langsung beri pujian. Contoh:
 “Kakak hebat banget! Tadi minta mainan pakai kata-kata.”
 Pujilah saat anak sabar menunggu, tidak menangis, atau berbicara dengan baik.

b) Beri Hadiah Sederhana

Jika anak berhasil tidak *temper tantrum* seharian, beri hadiah kecil seperti tambahan waktu bermain atau pelukan istimewa. Tidak perlu hadiah mahal.

c) Latih Anak Bicara dengan Baik

Ajak anak belajar mengungkapkan keinginannya dengan sopan. Misalnya: “*Aku mau es krim, boleh nggak setelah makan?*”

Atau: “*Aku sedih nggak bisa main sekarang.*”

d) Ajarkan Cara Menenangkan Diri

Ajari anak tarik napas dalam, menghitung sampai 10, atau pergi ke tempat tenang kalau mulai marah.

4) Mengevaluasi Perkembangan Anak

a) Amati Perubahan

Apakah *temper tantrum* anak mulai berkurang? Misalnya, lebih jarang, lebih sebentar, atau tidak sekuat sebelumnya?

b) Tinjau Konsistensi

Apakah semua orang di rumah sudah menerapkan cara yang sama. Strategi akan berhasil jika dilakukan secara konsisten.

c) Sesuaikan Bila Perlu

Kalau *temper tantrum* masih sering terjadi, mungkin strategi perlu disesuaikan. Misalnya, lebih sering memberi pujian atau memperbaiki cara menangani *temper tantrum*.

d) Menyesuaikan Strategi Jika Diperlukan.

Kalau *temper tantrum* anak masih sering terjadi, mungkin ada yang perlu diperbaiki. Misalnya lebih sering memberi pujian saat anak bersikap baik, cek kembali cara menangani *temper tantrum*, apakah sudah tepat dan konsisten, dan jangan ragu untuk

mengevaluasi dan menyesuaikan pendekatan agar lebih cocok dengan kebutuhan anak.

c. Fase A2

Pada fase A2 ini peneliti melakukan observasi menggunakan lembar *event sampling* kembali namun tanpa diberikan *treatment*. Observasi dilakukan dengan mencatat mengenai tanggal, waktu, situasi, pemicu, durasi, gambaran *temper tantrum* selama 3 hari

B. Data dan Sumber Data

Informasi yang relevan untuk dicari dan diselidiki untuk mendapatkan informasi yang relevan dengan penelitian yang diselidiki disebut dengan data.⁴⁷

Sumber data adalah asal atau tempat dimana data dapat ditemukan. Dalam penelitian ini terdapat dua sumber data, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder yang penjelasannya sebagai berikut:⁴⁸

1. Sumber data primer

Data yang didapatkan secara langsung dari sumber utama dalam penelitian sering disebut dengan sumber data primer. Sumber data primer dapat didapatkan dari perilaku subjek yang dilakukan oleh orang tua melalui *guide event sampling of temper tantrum* dan wawancara dengan orang tua.

⁴⁷ Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*”. Hlm. 137

⁴⁸ *Ibid.* Hlm. 37

2. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data atau informasi yang dapat diperoleh selain dari subjek dan diperoleh secara tidak langsung. Dengan demikian, data sekunder dalam penelitian ini dapat diambil dari berbagai literatur penelitian terdahulu, buku, dan jurnal yang berkaitan dengan penelitian ini.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah seorang anak dengan usia 4 tahun dengan *temper tantrum* yang tinggal di Jalan KH. Makmur No. 4 Rt 01 Rw 02 Desa Sumbergirang Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang Provinsi Jawa Tengah.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dapat dilihat dari segi cara dan teknik yang digunakan dalam memperoleh suatu informasi. Sugiyono mengungkapkan banyak cara yang dapat dilakukan serta setting atau sumber agar memperolehnya. Karena subjek penelitian masih berusia 4 tahun maka dalam penelitian melibatkan orang tua dalam memberikan *treatment* dan pengumpulan data. Berikut beberapa teknik, diantaranya:⁴⁹

1. Observasi

Observasi adalah pengumpulan data dengan melakukan pengamatan langsung terhadap suatu objek dalam situasi yang alami atau buatan, guna memperoleh data yang relevan dan objektif mengenai perilaku, gejala, atau

⁴⁹ Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*". Hlm. 137.

kejadian tertentu⁵⁰. Observasi berfungsi untuk menjelaskan serta memaparkan objek penelitian dalam mengamati yang dilakukan untuk memperoleh informasi yang dilakukan. Pada penelitian yang dilakukan peneliti ini menerapkan observasi secara terstruktur dengan alasan peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa observasi *event sampling* hal ini diperuntukkan ketika melaksanakan observasi. *Event sampling* sendiri merupakan suatu metode pencatatan sistematis terhadap setiap kali perilaku *temper tantrum* muncul dengan memperhatikan berapa lama perilaku tersebut berlangsung. Fokus utamanya adalah *kejadian (event)*. Teknik observasi *event sampling untuk temper tantrum* dilakukan dengan mencatat setiap kali perilaku *temper tantrum* muncul selama periode waktu tertentu, dengan memperhatikan durasinya. Fokus utama observasi ini adalah pada kejadian *temper tantrum*, termasuk pemicu, bentuk perilaku, dan respons lingkungan. Data yang diperoleh digunakan untuk mengidentifikasi pola perilaku dan faktor penyebabnya.

2. Wawancara

Wawancara sendiri merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara menanyakan secara langsung atau mengajukan pertanyaan kepada partisipan.⁵¹ Wawancara yang digunakan yaitu wawancara semi terstruktur, dalam penelitian ini peneliti memiliki kebebasan dalam melaksanakan wawancara dan tidak perlu menggunakan guide. Wawancara

⁵⁰ *Ibid*,

⁵¹ *Ibid*

dilakukan dengan menyiapkan daftar pertanyaan panduan seputar perilaku *temper tantrum*, namun tetap fleksibel mengikuti alur percakapan. Peneliti dapat mengeksplorasi lebih dalam respons orang tua dengan pertanyaan lanjutan sesuai jawaban yang diberikan. Tujuannya adalah menggali pengalaman, persepsi, cara orang tua menangani *temper tantrum* secara mendalam namun tetap terarah, dan dampak setelah diberi *treatment*.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara menelaah dokumen tertulis, gambar, atau karya monumental lain, baik dari sumber tertulis maupun tidak tertulis yang dapat mendukung data penelitian.⁵² Dokumentasi sendiri dapat berupa cetak maupun non cetak yang digunakan dalam pengumpulan data atau informasi. Dokumentasi sendiri digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi mengenai bahan dan langkah proses yang diteliti. Dokumentasi yang digunakan diantaranya foto dan jurnal.

E. Instrumen Penelitian

Sarana dalam mendukung dalam memperoleh serta mengumpulkan data sering disebut instrumen penelitian. Sugiyono sendiri mengungkapkan bahwa alat pengukuran yang digunakan dalam mengukur suatu variabel pengukuran pada fenomena yang diteliti.⁵³ Instrumen penelitian menggunakan observasi

⁵² *Ibid*

⁵³ *Ibid*

event sampling temper tantrum. Setiap jawaban yang diperoleh dicatat dalam lembar.

F. Jadwal Intervensi

Jadwal intervensi merupakan rangkaian waktu pelaksanaan *treatment* terhadap subjek penelitian. Pemberian intervensi pada metode modifikasi perilaku dilaksanakan dengan sepuluh kali *treatment* pada sepuluh kejadian secara berurutan. Dalam satu *treatment* berlangsung disesuaikan dengan kondisi *temper tantrum* yang muncul pada anak.

G. Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang dilakukan untuk mengolah data yang diperoleh guna mendapatkan informasi yang diperlukan dalam menarik kesimpulan sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif baik data kuantitatif berupa angka maupun kualitatif.