

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Menurut Sugiyono, metode penelitian adalah metode yang digunakan untuk mendapatkan data dengan cara ilmiah dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik regresi sederhana yang terdiri dari satu variabel dependen dan satu variabel independen.<sup>45</sup>

Penelitian kuantitatif lebih dominan berbentuk narasi yang bersifat mendalam dan kreatif serta menunjukkan ciri ciri alami dengan nilai yang sebenarnya. Sebagian besar, penelitian kuantitatif menitikberatkan pada pengukuran dan analisis hubungan sebab-akibat antara bermacam-macam variabel berupa data numerik yang diolah dengan metode statistik.<sup>46</sup>

Umumnya, penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dilakukan pada pendekatan kuantitatif, dan menyandarkan kesimpulan pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antara variabel yang diteliti. Menurut Azwar pada umumnya, penelitian kuantitatif adalah penelitian dengan sampel besar.<sup>47</sup>

---

<sup>45</sup> Sidik Priadana and Denok Sunarsi. *Metode Penelitian Kuantitatif* (Tangerang Selatan: Pascal Books, 2021), hlm. 51.

<sup>46</sup> *Ibid*

<sup>47</sup> Saifudin Azwar. *Metode penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2011)

## B. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Menurut Mauludi, populasi adalah himpunan semua individu atau objek yang menjadi bahan pembicaraan atau bahan penelitian.<sup>48</sup> Coper, Donald, R; Schindler, Pamela S menyatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan element yang akan dijadikan wilayah generalisasi. Sedangkan elemen populasi adalah keseluruhan dari subjek yang akan diukur.<sup>49</sup>

Sedangkan dalam pandangan Latipun, populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti dengan beberapa karakteristik yang sama. Jadi populasi merupakan keseluruhan subjek yang akan diteliti yang dikenai generalisasi dari hasil penelitian dengan karakteristik tertentu yang sama.<sup>50</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasangan suami istri dengan usia pernikahan lebih dari 10 tahun dan sedang menjalankan kehidupan perkawinan di Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri yang berjumlah 2.126 Orang.

### 2. Sampel

Menurut Mauludi sampel adalah contoh yang merupakan himpunan dari beberapa populasi. Teknik pengambilan sampel harus benar benar representatif dari populasi, sehingga sampel tersebut dapat digunakan sebagai contoh perwakilan dari populasi. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* untuk pengambilan sampel.

---

<sup>48</sup> Ali Mauludi, *Analisis Data Dengan Statistik*. ed. by Rosita Apriliya Rani (Jakarta: Alim's Publishing, 2019), hlm. 4.

<sup>49</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: ALFABETA CV, 2022), hlm 130

<sup>50</sup> Latipun, "Psikologi Eksperimen" (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2015), hlm. 6.

Pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan kedudukan yang ada dalam populasi itu.<sup>51</sup>

Adapun rumus pengambilan sampel sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang diperlukan

N = Jumlah populasi

e = Tingkat kesalahan sampel biasanya 5%

Jika diketahui populasi dalam penelitian ini 2.126 Orang maka dapat diketuhi jumlah sampel berdasarkan rumus di atas sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2} = \frac{2.126}{1 + 2.126 (0,05)^2} = 337$$

Menurut Triyono teknik *Purposive Sampling* adalah mengacu pada pemilihan sampel yang dianggap paling relevan atau tepat untuk mencapai tujuan penelitian. Dalam praktiknya, teknik ini dilakukan di antara dua cara, yaitu undian atau bilangan acak.<sup>52</sup>

Peneliti memilih teknik *Purposive Sampling* dengan pertimbangan bahwa peneliti telah memberikan batasan pada kriteria subjek yang akan diteliti.

Berdasarkan karakteristik di atas, peneliti mengambil sampel sejumlah 337 orang yang tinggal di Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. Namun, dalam hal ini peneliti sadar akan keterbatasan Waktu dan Materi

---

<sup>51</sup> *Ibid.*

<sup>52</sup> Triyono, *Teknik Sampling Dalam Pelaksanaan Penelitian* (Info Kesehatan, 7.1, 2003), 64.

sehingga akan dilakukannya penurunan jumlah sampel dari 337 menjadi 150 orang didasarkan pada pertimbangan efisiensi dan fokus penelitian yang lebih mendalam.

Dengan sampel 150 orang, peneliti dapat melakukan analisis yang lebih terperinci dan mendalam terhadap karakteristik yang diamati, serta menghemat sumber daya yang diperlukan untuk pengumpulan dan pengolahan data. Selain itu, jumlah sampel 150 orang masih dianggap representatif untuk mewakili populasi di Kecamatan Guruh, Kabupaten Kediri, dengan asumsi bahwa karakteristik populasi cukup homogen dan tidak memerlukan sampel yang sangat besar untuk mencapai tingkat kepercayaan yang memadai.

### C. Teknik Pengumpulan Data

Wawancara dan survei (kuesioner) digunakan sebagai pengumpul data untuk penelitian ini. Wawancara adalah teknik di mana pewawancara mengajukan serangkaian pertanyaan kepada informan. Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi beberapa pertanyaan atau pernyataan yang tertulis kepada responden untuk dijawab.<sup>53</sup>

Kuisisioner merupakan salah satu cara yang efisien apabila peneliti memahami variabel yang akan diukur. Apabila jumlah responden cukup besar dan tersebar di beberapa wilayah maka dapat menggunakan kuisisioner. Kuisisioner sendiri dapat berupa pernyataan maupun pertanyaan baik terbuka atau tertutup, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos atau internet.<sup>54</sup>

---

<sup>53</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: ALFABETA, 2022), hlm 219

<sup>54</sup> *Ibid*

Keuntungan menggunakan kuesioner adalah 1) peneliti tidak hadir secara fisik; 2) beberapa responden dapat mengakses kuesioner sekaligus; 3) responden dapat mengisi kuesioner dengan kecepatan dan waktu mereka sendiri; 4) responden dapat mengisi secara anonim jika mereka mau; dan 5) semua responden diberikan pertanyaan yang sama.

Namun, ada juga beberapa kelemahan dalam menggunakan kuesioner, seperti: 1) responden tidak teliti dalam menjawab sehingga terjadi kesenjangan data; 2) kesulitan dalam menentukan validitas; 3) responden kurang jujur meskipun anonim; 4) sering tidak kembali jika dikirim melalui pos; 5) waktu penyelesaian yang tidak bersamaan.

#### **D. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah peralatan yang dipilih dan digunakan oleh peneliti selama kegiatan pengumpulan data untuk mempermudah melakukan penelitian. Data yang lebih cermat, sistematis, dan lengkap dapat diperoleh dengan menggunakan instrumen, sehingga dapat memudahkan untuk analisis data. Lebih mudah diolah dan memberikan hasil yang lebih baik. Skala Likert adalah instrumen yang digunakan dalam penelitian ini.

Sugiyono mengklaim bahwa skala Likert dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang terkait fenomena sosial. Jawaban setiap item pada skala Likert mencakup tingkatan dari sangat positif hingga sangat negatif.<sup>55</sup>

Skala ini bertujuan untuk mengungkapkan tingkat kepuasan pernikahan pada suami istri yang telah menikah dengan adanya *Self Disclosure* dari

---

<sup>55</sup> *Ibid.*

keduanya juga dapat membantu pasangan memahami bagaimana mereka saling mengungkapkan diri dan bagaimana hal ini mempengaruhi kepuasan dalam hubungan mereka. Penelitian ini menggunakan skala kepuasan pernikahan oleh David H. Olson & Amy K. Olson yang diadaptasi oleh Lestari. Dan skala *Self Disclosure* menggunakan skala *Marital Self Disclosure Questionnaire (MSDQ)* yang dikemukakan oleh Waring, Holden & Wesley.

Skala kepuasan pernikahan dan skala *Self Disclosure* dalam penelitian ini terdapat dua macam pernyataan yang bersifat mendukung dan tidak mendukung. Penyusunan pernyataan dalam skala terdiri dari lima alternatif jawaban dimulai dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Bentuk skala yang digunakan berupa tanda centang atau silang.

**Tabel 3.1**  
**Skor Skala Likert**

Keterangan	Nilai	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

**Sumber : Data diolah oleh Peneliti (2025)**

#### 1. Skala Kepuasan Pernikahan

Skala kepuasan pernikahan berdasarkan definisi kepuasan pernikahan yang telah dipaparkan sebelumnya oleh Olson & Olson sebagai berikut:

**Tabel 3.2**  
**Variabel Kepuasan Pernikahan (Y)**

Aspek	Indikator	Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
Komunikasi	1. Keterampilan dalam berkomunikasi	1, 12, 22, 51	7, 16, 28, 71	8
	2. Pemilihan kata yang tepat	25, 40, 55, 60	34, 39, 52, 78	8
	3. Kemampuan mengungkapkan diri	31, 41, 47, 63	35, 50, 57, 73	8
Fleksibilitas	1. Tugas dan peran yang muncul dalam relasi suami istri	8, 13, 23, 79	3, 21, 66, 80	8
Kedekatan	1. Kesiediaan untuk saling membantu	4, 17, 26, 56	9, 15, 27, 58	8
	2. Pemanfaatan waktu luang bersama	11, 43, 46, 69	42, 61, 70, 72	8
	3. Pengungkapan perasaan dekat secara emosi	36, 38, 44, 59	33, 49, 64, 65	8
Kecocokan Kepribadian	1. Penerimaan masing-masing pasangan terhadap kepribadian masing-masing	5, 20, 30, 67	18, 24, 74, 75	8
Resolusi Konflik	1. Keterbukaan pasangan untuk saling terbuka dan mengenali masalah	10, 19, 29, 62	2, 14, 53, 54	8
	2. Strategi dan proses yang dilakukan untuk mengakhiri pertengkaran	6, 32, 37, 76	45, 48, 68, 77	8
<b>Total</b>		<b>40</b>	<b>40</b>	<b>80</b>

Sumber : Data diolah oleh Peneliti (2025)

## 2. Skala *Self Disclosure*

Skala *Self Disclosure* disusun berdasarkan pendapat Waring,

Holden dan Wesley :

**Tabel 3.3**  
**Variabel *Self Disclosure* (X)**

Aspek	Indikator	Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Hubungan ( <i>Relationship</i> )	1. Pengungkapan secara langsung informasi yang berhubungan langsung dengan pasangan	25, 33, 37	1, 5, 9, 13, 17, 21, 29	10
<i>Sex</i>	1. Kesiapan membahas pengalaman, kebutuhan dan pandangan seksual	6, 10, 14, 30, 34, 38	2, 18, 22, 26	10
Keuangan ( <i>Money</i> )	1. Mencerminkan keterbukaan pasangan mengenai informasi secara langsung terkait masalah keuangan	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39	-	10
Ketimpangan ( <i>Imbalance</i> )	1. Tidak adanya hubungan timbal balik dalam pengungkapan sesuatu	4, 8, 12, 16, 24, 28, 32, 36, 40	20	10
<b>Total</b>		<b>28</b>	<b>12</b>	<b>40</b>

Sumber : Data diolah oleh Peneliti (2025)

### E. Keabsahan Data Penelitian

Untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan selama penelitian lapangan benar, diperlukan uji validitas dan reliabilitas. Penelitian ini melakukan uji validitas dan reliabilitas pada data kuantitatif yang dikumpulkan

melalui kuesioner. Tes ini digunakan untuk mengevaluasi relevansi pertanyaan survei dan memastikan bahwa data yang dikumpulkan dapat diandalkan.<sup>56</sup>

### 1. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen pengukuran (kuesioner) mengukur konstruk yang diinginkan. Kinerja suatu instrumen pengukuran terletak pada kemampuannya untuk menilai karakteristik atau sifat tertentu dari objek penelitian.<sup>57</sup>

Perbandingan ini didasarkan pada tingkat signifikansi survei, yang biasanya 5% dari jumlah responden atau 0,05. Jika nilai  $r$  hitung lebih besar dari nilai pada  $r$ -tabel, maka item pertanyaan dianggap valid berdasarkan kriteria di bawah ini. Sebaliknya, sebuah item pertanyaan dianggap tidak valid jika nilai  $r_{hitung}$  lebih kecil dari nilai pada  $r_{tabel}$ .<sup>58</sup>

### 2. Uji Reliabilitas

Alat pengukur yang dapat diandalkan dan juga dipercaya dalam penelitian ilmiah dinilai melalui uji reliabilitas. Item pertanyaan dianggap andal ketika tanggapan setiap orang terhadapnya konsisten. Maka untuk mencapai tujuan pengukuran, diperlukan pembentukan reliabilitas instrumen. Untuk mencapai tujuan tersebut, program SPSS 26 dan teknik *Cronbach's Alpha* digunakan untuk menilai reliabilitas. Reliabilitas dinilai dengan skala *Cronbach's Alpha* mulai dari 0 hingga 1.<sup>59</sup>

---

<sup>56</sup> Wiratna Sujarweni, *SPSS untuk Paramedis*, Yogyakarta: Gava Media. (2012), hlm 172

<sup>57</sup> *Ibid.*

<sup>58</sup> *Ibid.*

<sup>59</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, (2014), hlm 132

**Tabel 3.4**  
**Indeks Koefisien Reliabilitas**

Nilai Alpha	Kriteria
< 0,200	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Tinggi
0,80 – 1,000	Sangat Tinggi

**Sumber : Data diolah oleh Peneliti (2025)**

#### F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dilakukan ketika seluruh data sudah terkumpul dan lengkap. Keakuratan pengambilan kesimpulan sangat ditentukan oleh ketepatan dalam penggunaan alat analisis data, karenanya bagian ini tidak bisa diabaikan begitu saja selama penelitian berlangsung. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis statistik inferensial dan analisis regresi linier sederhana. Menurut Mauludi, statistik inferensial merupakan teknik yang membolehkan kita untuk menggunakan sampel untuk digeneralisasikan (diberlakukan) kepada populasi, di mana sampel itu diambil.<sup>60</sup>

Sedangkan analisis regresi linier sederhana, berdasarkan pernyataan Sugiono, merupakan model probabilistik yang menyatakan hubungan linier antara dua variabel yang mana variabel satu mempengaruhi variabel lainnya, yaitu variabel yang mempengaruhi dinamakan variabel independen (variabel bebas) (*Self Disclosure*) dengan satu variabel dependen (variabel terikat) (kepuasan pernikahan).<sup>61</sup>

<sup>60</sup> Ali Mauludi. *Analisis Data Dengan Statistik*. ed. by Rosita Apriliya Rani (Jakarta: Alim's Publishing, 2019), hlm. 2.

<sup>61</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: ALFABETA, 2022), hlm 300

## 1. Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas

Uji digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya variabel *Self Disclosure* dan kepuasan pernikahan. Uji normalitas ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Adapun dasar pengambilan keputusan untuk uji normalitas yaitu jika signifikansi (*Asymp.sig*) > 0.05 maka data berdistribusi normal dan jika signifikansi (*Asymp.sig*) < 0.05 maka data tidak berdistribusi normal.<sup>62</sup>

- 1) Jika nilai Sign. > 0,05 maka nilai residual berdistribusi dengan normal
- 2) Jika nilai Sign. < 0,05 maka nilai residual tidak berdistribusi normal

### b. Uji Linieritas

Setelah melakukan uji normalitas, selanjutnya adalah uji linieritas. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah kedua variabel dalam penelitian linier atau tidak. Dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai *deviation from linierity sig* > 0.05 maka terdapat hubungan yang linier antara variabel X dan Y. Namun, jika nilai *deviation from linierity sig* < 0.05 maka tidak terdapat hubungan linier antar variabel.

## 2. Uji Analisis Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menentukan arah korelasi antara variabel X dan variabel Y. Analisis ini juga dapat

---

<sup>62</sup> Duwi Prayitno. *Belajar Alat Analisa Data dan Cara Pengolahannya dengan SPSS* ( Jakarta: Penerbit Gaya Media, 2016)

memprediksi nilai variabel Y ketika variabel X menurun.<sup>63</sup> Adapun rumus Regresi Linier Sederhana yaitu sebagai berikut :

$$Y = a + \beta x$$

**Keterangan :**

**Y** : Variabel Dependen

**X** : Variabel Independen

**a** : Nilai Konstanta

**$\beta$**  : Koefisien Regresi

### 3. Uji Hipotesis

#### a. Uji Parsial (Uji t)

Uji t digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh antara variabel dependen dan independen. Ketentuannya adalah sebagai berikut:<sup>64</sup>

- 1) Jika nilai probabilitas (*sig*) < dari 0,05 berarti ada pengaruh yang signifikan antara variabel bebas terhadap variabel terikat.
- 2) Jika nilai probabilitas (*sig*) > dari 0,05 berarti tidak ada pengaruh yang signifikan antara variabel bebas terhadap variabel terikat.

#### b. Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Angka yang dikenal sebagai koefisien determinasi, yang merupakan kuadrat dari korelasi ( $R^2$ ), digunakan dalam analisis korelasi. Koefisien determinasi adalah nama koefisien ini. Variasi dalam variabel dependen dapat dijelaskan oleh variasi dalam variabel

---

<sup>63</sup> Imam Ghozali, *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 20 Edisi 6*, Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, (2012), hlm 114

<sup>64</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, (2014), hlm 152.

independen.<sup>65</sup> Koefisien determinasi, juga dikenal sebagai ( $R^2$ ), adalah ukuran kontribusi total variabel independen terhadap variabel dependent. Nilai yang lebih besar dari koefisien determinasi menunjukkan seberapa baik variabel independen dapat menjelaskan variabel dependent.<sup>66</sup>

---

<sup>65</sup> *Ibid.*

<sup>66</sup> *Ibid.*