

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Identifikasi Variabel

Variabel adalah adalah objek penelitian, atau suatu hal yang menjadi titik perhatian dalam suatu penelitian (Arikunto, 2002). Menurut Sekaran (2003), variabel *independent* adalah variabel yang mempengaruhi variabel *dependent*, baik secara positif maupun negatif. Variabel penelitian terbagi atas dua variabel, yaitu : Variabel bebas (*Independent*) dan Variabel tergantung (*Dependent*). Variabel bebas adalah variabel utama yang mempengaruhi perubahan variabel tergantung. Sedangkan variabel tergantung merupakan variabel yang menjadi berubah karena adanya variabel bebas.

Dalam penelitian ini variabel yang akan di teliti adalah sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (*Independent*) : Kecerdasan Emosi
2. Variabel Tergantung (*Dependent*) : Kemampuan Regulasi Emosi

3.2. Definisi Operasional Variabel

Saiffudin Azwar (2011) mengungkapkan bahwa definisi operasional adalah suatu definisi yang memiliki arti tunggal dan di terima secara obyektif bilamana indikator variabel yang bersangkutan tersebut tampak. Definisi operasional juga di gunakan untuk penegasan dan dasar untuk menghindari salah pengertian dan penafsiran yang berbeda-beda.

Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

3.2.1. Kemampuan Regulasi Emosi

Regulasi emosi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa untuk dapat meregulasi emosi baik emosi negatif ataupun emosi positif dari dalam dirinya yang berkaitan dengan kemampuan meregulasi emosi guna menjaga pergaulan di kalangan remaja pada era kemajuan zaman yang sedemikian pesatnya yang mana akan di ungkap dengan skala regulasi emosi.

Kemampuan regulasi emosi diungkap melalui beberapa indikator, yaitu; Memonitor emosi, Mengevaluasi emosi , Memodifikasi emosi. Melalui indikator-indikator inilah akan dibuktikan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi pula kemampuan regulasi emosi individu tersebut. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka akan semakin rendah pula kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh individu.

3.2.2. Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi yang di maksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa dalam memahami kepekaan emosi yang dapat digunakan untuk membimbing pikiran untuk mengambil keputusan dan tindakan terbaik dalam kaitannya dengan menjaga pergaulan di kalangan remaja pada era kemajuan zaman yang sedemikian pesatnya.

Kecerdasan emosi akan di ungkap dengan menggunakan skala kecerdasan emosi yang mana disusun berdasarkan beberapa indikator, yaitu; Mengenali emosi diri (*Self-awarenes*), Mengelola emosi (*Self-regulation*), Memotivasi diri sendiri (*Self-motivation*), Mengenali emosi orang lain atau empati (*Empathy*), Membina hubungan (*Effective Relationship*).

Berdasarkan pada indikator-indikator dari regulasi emosi dan kecerdasan emosi akan di susun menjadi skala yang nantinya akan menjadi dasar penilaian untuk membuktikan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi maka akan semakin tinggi pula kemampuan regulasi emosi individu tersebut. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka akan semakin rendah pula kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh individu.

3.3. Populasi, Sampel, Teknik Pengambilan Sampel

3.3.1. Populasi

Hadi (2000) menyatakan bahwa populasi adalah sejumlah individu yang akan menjadi sasaran generalisasi dari sampel penelitian. Maksud generalisasi adalah menyangkut kesimpulan penelitian dari segala sesuatu yang berlaku bagi populasi (Hadi, 2001).

Sedangkan Arikunto (2002) populasi adalah keseluruhan subjek untuk peneliti. Populasi adalah sekumpulan subjek akan di ambil beberapa sampel atau contoh yang diharapkan dapat mewakili populasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Sahid Surakarta kelas X, yang berjumlah 240 siswa.

Alasan peneliti memilih kelas X karena kelas X merupakan masa dasar dalam penyesuaian diri yang menjadi permulaan siswa dalam bergaul selama bersekolah di SMK Sahid Surakarta.

3.3.2. Sampel

Sampel adalah sebagian individu dari populasi yang karakteristiknya hendak di selidiki dan dianggap bisa mewakili keseluruhan populasi (Hadi, 2001). Saiffudin Azwar (2011) Sampel adalah sebagian dari populasi. Karena sampel merupakan bagian dari populasi, tentu sampel haruslah memiliki ciri-ciri dan karakteristik yang di miliki oleh populasinya. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin meneliti keseluruhan populasi, misalnya keterbatasan tenaga, waktu, dan dana, maka peneliti dapat mengambil sampel dari populasi tersebut. Hasil yang di dapat dari sampel tersebut akan di generalisasikan untuk populasi tersebut. sehingga, sampel yang di ambil haruslah sangat mewakili populasi. Sampel dalam penelitian ini di ambil dengan menggunakan *purpossive random sampling*.

Hadi (2004) mengungkapkan bahwa standar kesalahan di tentukan dari jumlah sampel. Apabila sampel ≥ 30 , disebut sampel besar sehingga distribusi sampling adalah normal atau mendekati normal. Sedangkan jika sampel ≤ 30 disebut sampel kecil. Berdasarkan teori di atas maka peneliti menentukan sampel sebanyak 80 siswa. Alasan peneliti menetapkan jumlah sampel sebanyak 80 siswa adalah pengambilan sampel sebanyak 30% dari total populasi yang berjumlah 72 yang kemudian dibulatkan ke atas menjadi 80 sampel.

3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel (Sugiyono, 2008). Dalam pengambilan sampel penelitian, terdapat beberapa teknik sampling yang digunakan. Menurut Saiffudin Azwar (2011) pengambilan sampel dengan cara random hanya dapat dilakukan pada populasi yang homogen. Populasi homogen yang dimaksud adalah populasi yang setara, sehingga sampel yang di ambil dapat mewakili atau representatif.

Teknik Sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan ciri-cirinya. Alasan menggunakan *purposive random sampling* karena pengambilan sampel di lakukan berdasarkan ciri-ciri yang sudah ditetapkan.

Adapun ciri-cirinya adalah sebagai berikut :

1. Remaja berusia \pm 15 tahun
2. Remaja yang bersekolah di SMK Sahid Surakarta
3. Merupakan siswa kelas X di SMK Sahid Surakarta

Alasan menentukan remaja berusia \pm 15 tahun adalah rata-rata usia murid kelas X di SMK Sahid Surakarta adalah 15 tahun. Alasan peneliti menentukan SMK Sahid sebagai tempat penelitian adalah pergaulan siswa-siwi di SMK Sahid yang cenderung luas karena berhubungan dengan dunia pariwisata. Alasan peneliti menentukan kelas X karena kelas X adalah masa permulaan pergaulan dan merupakan tahap awal dalam pemilihan teman di sekolah.

3.4. Metode Pengumpulan Data

Saiffudin Azwar (2011) mengungkapkan bahwa metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti. Sedangkan Arikunto (2002) mengungkapkan bahwa metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala. Menurut Saiffudin Azwar (2008) skala merupakan suatu metode penyelidikan yang berisi aspek-aspek yang akan diukur yang harus di jawab dan di kerjakan oleh subjek penelitian, berdasarkan pada isian tersebut peneliti dapat mengambil kesimpulan mengenai subjek yang diteliti.

Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu Skala Regulasi emosi dan Skala Kecerdasan Emosi. Kedua skala tersebut menggunakan skala model *Likert* yang sudah dimodifikasi dengan menghilangkan pilihan jawaban netral, ragu-ragu, ataupun kadang-kadang.

Dalam hal ini pilihan jawaban ragu-ragu, kadang-kadang, ataupun netral sengaja di hilangkan untuk meminimalisir kecenderungan subjek memilih jawaban yang berada di tengah-tengah, karena :

- a. Termasuk dalam kategori *Undecided* mempunyai arti ganda, sehingga bisa di artikan belum memutuskan atau memang memberi jawaban dalam artian netral.
- b. Terjadinya jawaban tengah menimbulkan kecenderungan jawaban tengah (*Central Tendency Effect*), terutama bagi mereka yang ragu dalam memilih sesuai atau tidak sesuai.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala model *Likert*. Skala ini terdiri dari aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Aitem *favorable* merupakan aitem yang isinya mendukung ciri dari atribut yang di ukur, sedangkan aitem *unfavorable* merupakan aitem yang isinya tidak mendukung atau tidak menggambarkan ciri dari atribut yang di ukur (Azwar, 2004).

Pada masing-masing aitem terdapat empat pilihan jawaban, yaitu : SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai). Pada aitem *favorable*, pilihan jawaban SS (Sangat Sesuai) mendapat skor 4, S (Sesuai) mendapatkan skor 3, TS (Tidak Sesuai) mendaapat skor 2, dan STS (Sangat Tidak Setuju) mendapatkan skor 1. Sebaliknya untuk aitem *unfavorable* STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapat skor 4, TS (Tidak Sesuai) mendapat skor 3, S (Sesuai) mendapat skor 2, SS (Sangat Sesuai) mendapatkan skor 1.

3.4.1. Skala Regulasi Emosi

Skala Regulasi Emosi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi emosi yang disusun oleh Ubaidillah (2015) yang telah di modifikasi oleh peneliti. Modifikasi di lakukan dengan tujuan supaya skala yang digunakan sesuai dengan tema penelitian peneliti.

Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek regulasi emosi yang mengacu pada teori Thompsom (Gross, 2006) antara lain adalah sebagai berikut :

- a. Memonitor emosi (*emotions monitoring*)
- b. Mengevaluasi Emosi (*Emotional evaluating*)
- c. Modifikasi Emosi (*Emotions Modifications*)

Tabel 3.1
Blue Print
Skala Regulasi emosi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Memonitor emosi	1,2,15,16,29,30	8,9,22,23,36,37	12
2	Mengevaluasi Emosi	3,4,5,17,18,19,31,32,33	10,11,12,24,25,26,38,39,40	18
3	Modifikasi Emosi	6,7,20,21,34,35	13,14,27,28,41,42	12
	Jumlah	21	21	42

3.4.2. Skala Kecerdasan Emosi

Skala Kecerdasan Emosi yang di gunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang di susun oleh Umi Nurfatimah (Fatimah, 2015) yang telah di modifikasi sesuai dengan tema penelitian peneliti. Skala ini disusun berdasarkan pada teori Salovey dan Mayer dalam Goleman (2007) yang mengungkapkan lima aspek dalam kecerdasan emosional, yaitu:

- a. Mengenal emosi diri (*Self-awarenes*)
- b. Mengelola emosi (*Self-regulation*)
- c. Memotivasi diri sendiri (*Self-motivation*)
- d. Mengenal emosi orang lain atau Empati (*Empathy*)
- e. Membina hubungan (*Effective Relationship*)

Tabel 3.2
Blue print
Skala Kecerdasan Emosi

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Mengenali emosi diri	2,12,22,32,42	7,17,27,37,47	10
2	Mengelola Emosi	1,11,21,31,41	6,16,26,36,46	10
3	Motivasi diri sendiri	3,13,23,33,43	8,18,28,38,48	10
4	Mengenali emosi orang lain	5,15,25,35,45	10,20,30,40,50	10
5	Membina hubungan	4,14,24,34,44	9,19,29,39,49	10
	Jumlah	25	25	50

3.5. Validitas dan Reliabilitas

3.5.1. Validitas

Arikunto (2002) mengungkapkan bahwa validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau keaslian suatu instrumen. Sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah pula. Teknik kolerasi yang akan digunakan untuk uji validitas penelitian ini adalah teknik kolerasi *Product Moment* dari Karl Pearson.

Uji validitas yang akan dilakukan pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package For Social Science (SPSS) for Windows Realease 22*.

3.5.2. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *Reliability* yang berarti sejauh mana suatu alat ukur atau pengukuran dalam sebuah penelitian dapat di percaya. Reliabilitas sering disebut dengan keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya. Namun, yang menjadi inti dari reliabilitas adalah sejauh mana hasil dari suatu pengukuran dapat di percaya (Azwar, 2000). Dalam penelitian ini uji yang di pakai adalah uji *Alpha Cronbach*.

Uji reliabilitas yang akan dilakukan pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package For Social Science (SPSS) for Windows Realease 22*.

3.6. Metode Analisis Data

Data yang nantinya di peroleh akan di olah dengan menggunakan metode statistik untuk menguji hipotesis yang di ajukan. Karena data yang di peroleh berwujud angka-angka, metode statistik yang dapat memberikan hasil yang obyektif. Hipotesis penelitian akan diuji dengan menggunakan kolerasi *product moment* dari Karl Pearson, antara lain sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \sum x^2) - (\sum x)^2][(N \sum y^2) - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien kolerasi antara x dan y

N : Banyaknya sampel

X : Jumlah skor tiap butir x

Y : Jumlah skor total y

Uji validitas ini digunakan dengan bantuan program *Statistical Package For Social Science (SPSS) for Windows Realease 22.*