

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan jenis kuantitatif korelasi atau kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2016:5). Tujuan penelitian kuantitatif yaitu untuk mengembangkan dan menggunakan model matematis, teori atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena yang diselidiki oleh peneliti (Suryani & Hendryadi, 2015:109). Penelitian korelasional yaitu suatu teknik untuk menentukan sampai sejauh mana terdapat hubungan antara dua variabel (Narbuko & Achmadi, 2013:156). Kemudian penelitian korelasi juga bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2016:8).

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan kegiatan menguji hipotesis, yaitu menguji kecocokan antara teori dan fakta empiris di dunia nyata, hubungan nyata ini lazim dibaca dan dipaparkan dengan bersandar kepada variabel (Noor, 2011:47).

Variabel berasal dari kata *vary* dan *able* yang berarti "berubah" dan "dapat", jadi kata variabel dapat berubah atau bervariasi. Jadi variabel merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari atau ditarik kesimpulannya (Noor, 2011:47). Sesuatu dapat dikatakan variabel apabila secara kuantitatif atau secara kualitatif ia dapat bervariasi, apabila tidak dapat bervariasi maka ia bukan variabel melainkan konstanta (Azwar, 2016:59).

Variabel bebas atau *independence variable* merupakan sebab yang diperkirakan dari beberapa perubahan dalam variabel terikat dengan kata lain merupakan variabel yang mempengaruhi variabel terikat (Noor, 2016:48). Sedangkan variabel terikat atau *dependent variable* merupakan faktor utama yang ingin dijelaskan atau diprediksi dan dipengaruhi oleh faktor lain (Noor, 2016:49). Besarnya pengaruh tersebut diamati dari ada tidaknya, timbul-hilangnya, membesar-mengecilnya atau berubahnya variasi yang tampak sebagai akibat perubahan pada variabel lain (Azwar, 2016:62).

Adapun variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas (X) : Regulasi Diri
2. Variabel terikat (Y) : Penyesuaian Diri

3.3 Definisi Operasional Variabel

3.3.1 Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah kemampuan siswa kelas X di SMA Negeri 2 Sembawa untuk melakukan adaptasi baik dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan, agar diterima di lingkungan dan mampu mengontrol diri dengan pengaturan diri yang baik guna terhindar dari permasalahan-permasalahan yang diukur menggunakan skala berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri menurut Puger Honggowiyono (2016) yaitu aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.

3.3.2 Regulasi Diri

Regulasi diri adalah kemampuan siswa kelas X di SMA Negeri 2 Sembawa untuk mengatur, mengontrol, mengarahkan dan merencanakan perilakunya untuk dapat mencapai tujuan dalam hidupnya yang diukur menggunakan skala berdasarkan aspek-aspek regulasi diri menurut Bandura (dalam Feist, 2011) yaitu obeservasi diri, proses penilaian dan reaksi diri.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian, dapat dikatakan sebagai populasi apabila memiliki ciri-ciri atau karakteristik-karakteristik yang sama dan yang membedakannya dari kelompok subjek yang lain (Azwar 2016:77). Kemudian Sekaran (dalam Suryani & Hendryadi, 2015:122) mendefinisikan populasi sebagai keseluruhan kelompok orang, kejadian atau hal minat yang ingin peneliti investigasi. Populasi digunakan untuk menyebutkan seluruh elemen atau anggota dari suatu wilayah yang menjadi sasaran peneliti atau merupakan keseluruhan dari objek penelitian (Noor, 2011:147).

Berdasarkan definisi tersebut, maka populasi pada penelitian ini adalah siswa di SMA Negeri 2 Sembawa yang berjumlah 419 siswa.

Sampel adalah sebagian dari populasi, dan harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya (Azwar, 2016:79). Pengambilan sampel adalah proses memilih sejumlah elemen secukupnya dari populasi, sehingga penelitian terhadap sampel dan pemahaman tentang sifat atau karakteristiknya akan dapat digeneralisasikan sifat atau karakteristik tersebut pada elemen populasi (Noor, 2011:148). Sampel yang baik yaitu sampel yang memiliki populasi atau yang representative artinya yang menggambarkan keadaan populasi atau mencerminkan populasi secara maksimal tetapi walaupun mewakili sampel bukan merupakan duplikasi dari populasi (Narbuko & Achmadi, 2013:107).

Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Negeri 2 Sembawa yang berjumlah 130 siswa. Kemudian dilihat dari tabel Isaac Michael pada taraf kesalahan 5% yaitu dari 130 siswa maka yang menjadi subjek penelitian 97 siswa.

Dalam penelitian ini untuk pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*, adalah bentuk

yang paling sederhana dimana setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih (Suryani & Hendryadi, 2015:149). Random sampling diberi istilah pengambilan sampel secara rambang atau acak yaitu pengambilan sampel yang tanpa pilih atau tanpa pandang bulu, didasarkan atas prinsip-prinsip teknik matematis yang telah diuji dalam praktek (Narbuko & Ahmadi, 2013:111).

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian digolongkan menjadi dua jenis, yaitu data primer dan sekunder. Data primer atau data pertama adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data langsung pada subjek sebagai sumber informasi yang dicari, sedangkan data sekunder adalah data yang diperoleh lewat pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitian (Azwar, 2016:91).

Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti, kemudian untuk mengetahui haruslah dicapai dengan menggunakan metode atau cara-cara yang akurat (Azwar, 2016:92). Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan alat ukur berupa skala.

Skala pengukuran merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengkuantifikasikan informasi yang diberikan oleh konsumen saat mereka diharuskan menjawab pertanyaan yang telah dirumuskan dalam suatu kuesioner (Noor, 2011:147). Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Pada skala likert peneliti harus merumuskan sejumlah pernyataan mengenai suatu topik tertentu dan responden diminta untuk memilih apakah sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju dengan berbagai pernyataan tersebut (Morissan, 2012:88).

Tabel 3.1
Rincian Penilaian Skoring

No	Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	SS (Sangat Setuju)	4	1
2	S (Setuju)	3	2
3	TS (Tidak Setuju)	2	3
4	STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

1. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri ini disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri menurut Puger Honggowiyono yang terdiri dari aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Berdasarkan aspek-aspek diatas disusun 60 pernyataan. Setiap pernyataan dalam dua bentuk yaitu 30 pernyataan *favorable* dan 30 pernyataan *unfavorable* yang harus direspon oleh subjek berdasarkan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3.2
Blue Print Penyesuaian Diri

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Penyesuaian Pribadi	- Kemampuan untuk menyadari kelebihan dan kekurangan	3, 4, 7, 8, 9	1, 2, 5, 6, 10	28
		- Kemampuan menerima kelebihan dan	12, 15, 18, 19, 20, 21	11, 13, 14, 16, 17, 22,	

		kekurangan			
		- Kemampuan bertindak objektif sesuai kemampuan dirinya	23, 28, 33	24, 29, 35	
2.	Penyesuaian sosial	- Mampu berinteraksi secara harmonis dengan keluarga, teman, sekolah dan masyarakat	26, 27, 30, 31, 39, 40	25, 32, 34, 36, 37, 38	32
		- Mempunyai keinginan untuk mentaati nilai, norma dan aturan dalam keluarga, teman, sekolah, masyarakat	41, 43, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 59, 60	44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 57, 58, 42	
Jumlah			30	30	60

2. Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri ini disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek regulasi diri yang dikemukakan oleh Bandura yang terdiri dari observasi diri, proses penilaian dan reaksi diri. Berdasarkan aspek-aspek diatas disusun 60 pernyataan. Setiap pernyataan dalam dua bentuk yaitu 30 pernyataan *favorable* dan 30 pernyataan *unfavorable* yang harus direspon oleh subjek berdasarkan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3.3
Blue Print Regulasi Diri

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Observasi Diri	- Mampu menilai kualitas penampilan	4, 7, 9, 17	2, 10, 18, 20	20
		- Mampu menilai kuantitas penampilan	11, 3, 12	1, 13, 5	
		- Mampu menilai orisinalitas tingkah laku	14, 16, 19	15, 6, 8	
2.	Proses Penilaian	- Mampu melihat kesesuaian tingkah laku dengan standar diri	25, 26, 28	22, 23, 27	20
		- Mampu membandingkan tingkah laku	24, 36, 40	21, 32, 34	
		- Mampu menilai tingkah laku	29, 30, 31, 35	33, 37, 38, 39	

3.	Reaksi Diri	- Mampu melakukan evaluasi diri	49, 51, 52, 55, 58	46, 47, 50, 53, 60	20
		- Kemampuan pemberian reward dan punishment	42, 45, 54, 56, 59	41, 43, 44, 48, 57	
Jumlah			30	30	60

3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.6.1. Uji Validitas

Suatu item dikatakan valid apabila ada korelasi dengan skor total, uji validitas juga digunakan untuk mengetahui seberapa cermat suatu item yang akan digunakan sebagai instrumen alat ukur dapat mengukur objek yang akan diukur (Alhamdu, 2017:81). Teknik yang digunakan dalam menguji validitas pada penelitian ini adalah teknik *Pearson Product Moment*, dapat dikatakan valid apabila nilai signifikansi 2-tailed < 0.05 dan berdasarkan nilai r hitung, apabila nilai r hitung $> r$ tabel.

3.6.2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah mengukur instrument terhadap ketepatan (konsisten), reliabilitas juga disebut keterandalan, keajegan, *consistency*, *stability*, atau *dependability* (Usman, 2015). Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur kekonsistensian, metode yang digunakan adalah analisis *alpha cronbach*, dapat dikatakan reliabel ketika memenuhi batas memenuhi batas minimum *alpha cronbach* 0.6 yang artinya skor reliabilitas yang dibawah 0.6 dianggap kurang baik (Alhamdu, 2017:82).

3.7 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, metode analisis data memiliki metode tersendiri yang membedakannya dengan jenis penelitian kualitatif. Adapun dalam penelitian ini metode analisis data penelitian kuantitatif berdasarkan jenis penelitiannya. Dimulai dari uji asumsi dalam penelitian kuantitatif dan dilanjutkan uji hipotesis penelitian.

3.7.1. Uji Asumsi

Uji asumsi atau uji prasyarat adalah rangkaian pengujian analisis dalam penelitian kuantitatif. Dalam melaksanakan uji asumsi dapat menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*). Langkah pengujian uji asumsi memiliki tahapan-tahapan sesuai dengan uji analisis statistik yang digunakan masing-masing dalam penelitian kuantitatif yaitu:

1. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas terhadap serangkaian data adalah untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak (Siregar, 2013:153) bila data berdistribusi normal, maka dapat digunakan uji statistik berjenis parametrik, sebaliknya bila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji statistik nonparametrik. Dalam buku Sujarweni (2017:52) uji normalitas bertujuan untuk mengetahui distribusi data dalam variabel yang akan digunakan dalam penelitian. Data yang baik dan layak digunakan dalam penelitian adalah yang memiliki distribusi normal. Dengan metode kolmogorov-smirnov, prinsip kerjanya membandingkan frekuensi kumulatif distribusi teoritik dengan frekuensi kumulatif distribusi empirik (observasi) (siregar, 2013:153).

2. Uji Linieritas

Tujuan dilakukan uji linieritas adalah untuk mengetahui apakah antara variabel bebas (x) dan variabel terikat (y) mempunyai hubungan linier. Hubungan dapat dinyatakan linier bila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$).

3. Uji Hipotesis

Setelah terpenuhinya uji normalitas dan linieritas, kemudian dilakukan uji hipotesis. Perhitungan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis *pearson product moment* untuk mengetahui hubungan antara variabel *independent* (bebas) dan variabel *dependent* (terikat). Adapaun analisis ini menggunakan bantuan program computer SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) versi 22 *for windows*.

Angka korelasi berkisar $-1 < r < 1$ (angka -1 dikatakan korelasi negatif, angka 0 tidak ada korelasi sama sekali, dan 1 korelasi sempurna). Tanda negatif menunjukkan arah yang berlawanan, yaitu satu variabel naik maka variabel yang lain justru akan turun. Sedangkan tanda positif menunjukkan arah perubahan yang sama, yaitu jika satu variabel naik maka variabel yang lain juga naik, begitupun sebaliknya (Alhamdu, 2016:121).

Young (dalam Alhamdu, 2016:121) mengkatgorisasikan besarnya nilai korelasi sebagai berikut:

- 0,7 – 1,00 : baik positif maupun negatif, menunjukkan derajat hubungan yang tinggi.
- 0,4 – 0,7 : baik positif maupun negatif, menunjukkan derajat hubungan yang substansial.
- 0,2 – 0,4 : baik positif maupun negatif, menunjukkan derajat hubungan yang rendah.
- < 0,2 : baik positif maupun negatif, hubungannya dapat diabaikan.