

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif adalah suatu penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. Sedangkan penelitian korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain (Azwar, 2016). Pada penelitian kuantitatif yaitu, menyelidiki sejauh mana variasi variabel berkaitan dengan variabel lain yang menekankan analisis data-data numeriknya diolah menggunakan statistika.

#### **3.2 Identifikasi Variabel**

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono, 2017). Dilihat dari kedudukannya variabel dibagi menjadi dua yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

Variabel tergantung (*dependen*) disebut dengan variable *output*, *kriteria*, *konsekuen* merupakan variable yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Sedangkan variabel bebas (*independent*) atau sering disebut variable *stimulus*, *predictor*, *antecedent* merupakan suatu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya (Azwar, 2017).

Variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. Variabel bebas : Regulasi diri (X)
- b. Variabel terikat : Penyesuaian Diri (Y)

#### **3.3 Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2016). Adapun definisi operasional penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. **Regulasi Diri**

Regulasi diri adalah keterampilan siswa anak kelas VII Tri Dharma Palembang untuk mengatur dan mengelola, mengarahkan serta mencapai tujuan untuk lebih baik yang akan diukur dengan skala berdasarkan aspek-aspek Menurut Zimmerman dalam Ghufron (1989), yaitu metakognisi, motivasi, perilaku.

2. **Penyesuaian Diri**

Penyesuaian Diri adalah keterampilan anak kelas VII Tri Dharma untuk melakukan adaptasi yang baik agar diterima dilingkungan dan mampu mengontrol diri dengan baik guna terhindar dari perilaku yang menyimpang dan permasalahan-masalahan yang akan diukur menggunakan skala berdasarkan aspek penyesuaian diri (Fromm dan Gilmore, 1971). Dalam penelitian desmita (1995), yaitu aspek emosional, intelektual, sosial, tanggung jawab.

### **3.4 Populasi dan Sampel Penelitian**

#### **3.4.1 Populasi Penelitian**

Populasi adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi dapat diartikan sebagai suatu ruang lingkup dari sampel (Azwar, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/I kelas VII Tri Dharma Palembang berjumlah 180 siswa.

Adapun kriteria sampel yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Siswa/i kelas VII Tri Dharma Palembang
- b. Usia 11-12 Tahun
- c. Siswa/i yang bersedia menjadi responden.

#### **3.4.2 Sampel Penelitian**

Menurut Siregar (2018), sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin

mempelajari yang ada pada populasi seperti keterbatasan dana, tenaga, dan waktu maka peneliti menggunakan sampel yang ada pada populasi itu. Penelitian ini tidak mengambil semua individu yang ada di populasi peneliti, melainkan hanya mengambil beberapa bagian dari populasi yang telah dicantumkan atau yang disebut dengan sampel.

Pada teknik pengambilan sampel peneliti menggunakan *simple random sampling*. Menurut Azwar (2016), jumlah populasi yang ada diambil secara acak dari populasi berjumlah Teknik pengambilan sampel pada penelitian dalam menentukan sampel pada penelitian ini menggunakan tabel pengambilan sampel yang dikembangkan oleh *Isaac* dan *Michael* Pada taraf kesalahan 5% didapatkan 119 untuk digunakan sebagai sampel.

### **3.5 Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti dalam penelitian ini menggunakan metode yang berbentuk skala. Skala adalah perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap suatu pertanyaan. Dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Skala Likert adalah teknik yang dikembangkan oleh ilmuwan sosial yaitu Rensis Likert, untuk menyusun alat pengukuran sikap subjek yang menunjukkan skala dengan tiga atau lima poin, apakah dia setuju atau tidak setuju dengan pernyataan tertentu (Azwar, 2016).

Skala penyesuaian diri diukur menggunakan jenis skala *Likert* untuk objek sikap berupa pertanyaan-pertanyaan. Penyusunan skala tersebut berdasarkan aspek-aspek Penyesuaian diri Skala ini memiliki 4 alternatif jawaban. Skala tersebut terdiri dari 60 item yang disajikan dalam bentuk kalimat *favorable* dan *unfavorable*. Pada *item favorable* nilai 4 diberikan untuk jawaban SS (Sangat sesuai), nilai 3 diberikan pada jawaban S (Sesuai), nilai 2 diberikan pada jawaban TS (tidak sesuai, dan terakhir nilai 1 diberikan pada jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai).

**Tabel 3.1**  
**Skor Skala Regulasi diri**

<b>NO.</b>	<b>Jawaban Responden</b>	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>
1	SS (sangat sesuai)	4	1
2	S (sesuai)	3	2
3	TS (tidak sesuai)	2	3
4	STS (sangat tidak sesuai)	1	4

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini aspek-aspek Regulasi diri dan penyesuaian diri.

1. Skala Regulasi diri

Skala disusun oleh aspek-aspek regulasi diri yakni, metakognisi, motivasi, dan perilaku. Dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini.

**Tabel 3.2**  
**Blue Print Skala Regulasi Diri**

<b>No</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Sebaran Aitem</b>		<b>Total</b>
			<b>F</b>	<b>UF</b>	
1	Metakognisi	Mengatur sesuatu masalah	1, 13, 25	7, 19, 31	6
		Meningkatkan kinerja	2, 14, 26	8, 20, 32	6
2	Motivasi	Mengontrol diri dalam melakukan sesuatu	3, 15, 27	9, 21, 33	6
		Kepercayaan diri dalam melakukan sesuatu	4, 16, 28	10, 22, 34	6
3	Perilaku	Memanfaatkan pendukung	5, 17, 29	11, 23, 35	6

		aktivitas			6
		Menciptakan lingkungan social	6, 18, 30	12,24,36	
Jumlah			18	18	36

## 2. Skala Penyesuaian Diri

Skala disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri yakni, emosional, intelektual, sosial, dan tanggung jawab.

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Penyesuaian Diri**

NO	Aspek	Indikator	Sebaran Aistem		Total
			F	UF	
1.	Emosional	Kemantapan suasana hati	1, 25,49	13,37	5
		Kemantapan bekerja sama dengan orang lain	2,26,50	14,38	5
		Kemampuan mengekspresikan diri	3,27,51	15,39	5
2.	Intelektual	Kemampuan mencapai wawasan	4,28,52	16,40	5
		Memahami orang lain	5,29,53	17,41	5
		Kemampuan mengambil keputusan	6,30,54	18,42	5
3.	Sosial	Kemampuan	7,31,55	19,43	5

		sosial			
		Bekerja sama	8,32,56	20,44	5
		Sikap toleransi	9,33,57	21,45	5
4.	Tanggung jawab	Kesadaran etika	10,34,58	22,46	5
		Mampu menilai konsukeun	11,35,59	23,47	5
		Bersikap produktif dalam pengembangan	12,36,60	23.48	5
Jumlah			36	24	60

Skala Regulasi Diri diukur menggunakan jenis skala *Likert* untuk objek sikap berupa pertanyaan-pertanyaan. Penyusunan skala tersebut berdasarkan aspek-aspek keputusan pembelian Skala ini memiliki 4 alternatif jawaban. Skala tersebut terdiri dari 60 item yang disajikan dalam bentuk kalimat *favorable* dan *unfavorable*. Pada *item favorable* nilai 4 diberikan untuk jawaban SS (Sangat sesuai), nilai 3 diberikan pada jawaban S (Sesuai), nilai 2 diberikan pada jawaban diberikan pada jawaban TS (tidak sesuai), dan terakhir nilai 1 diberikan pada jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai).

**Tabel 3.4**  
**Skor Skala Penyesuaian Diri**

No	Jawaban responden	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>
1	SS (sangat sesuai)	4	1
2	S (sesuai)	3	2
3	TS (Tidak sesuai)	2	3
4	STS (sangat tidak sesuai)	1	4

### **3.6. Uji Validitas dan Reliabilitas**

#### **3.6.1. Validitas Alat Ukur**

Validitas berasal dari kata *validity*, yaitu sejauh mana alat ukur mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur serta ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 1990). Menurut Azwar pengujian validitas berguna untuk mengetahui apakah skala tersebut mampu menunjukkan hasil data yang akurat sesuai dengan tujuan ukur.

Pengukuran validitas pada penelitian ini menggunakan SPSS metode *product moment* yang dilakukan dengan cara membandingkan nilai signifikansi korelasi satu item dengan item total, dengan aturan bila nilai signifikansi  $< 0,05$  maka *item* dinyatakan valid, tetapi jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka *item* dinyatakan tidak valid. Maka untuk melihat validitas *item* yang digunakan dapat dilihat dengan membandingkan antara skor *item* dengan skor total *item*. Bila nilai signifikansi  $\leq 0,05$  maka *item* valid, tetapi jika nilai signifikansinya  $\geq 0,05$  maka *item* tidak valid.

#### **3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur**

Reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Reliabilitas sebenarnya mengacu kepada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran (Azwar, 2010).

Pengukuran reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka 0 sampai dengan 1,00, semakin tinggi mendekati angka 1,00 berarti pengukuran semakin reliabel (Azwar, 2015).

### **3.7. Metode Analisis Data**

Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi *pearson product moment* karena menggunakan satu variabel bebas dan

satu variabel terikat. Metode analisis data terbagi menjadi dua yaitu uji asumsi (pra-syarat) dan uji hipotesis.

### **3.7.1. Uji Asumsi (Pra-Syarat)**

Uji asumsi pra-syarat adalah rangkaian pengujian analisis dalam penelitian kuantitatif. Sebelum peneliti melakukan uji hipotesis maka dilakukan terlebih dahulu uji asumsi (pra-syarat). Tahapan-tahapan dalam uji asumsi pra-syarat adalah sebagai berikut:

### **3.7.2 Uji Normalitas**

Uji normalitas adalah pengujian yang dilakukan untuk mengetahui apakah skor data yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Menurut Sutrisno Hadi, kaidah yang digunakan untuk menentukan apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak jika nilai  $p > 0,05$  maka dikatakan berdistribusi normal dan sebaliknya.

### **3.7.3 Uji Linieritas**

Uji linieritas dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis berhubungan secara linier atau tidak sebagai salah satu syarat pengujian asumsi. Menurut Sutrisno Hadi kaidah untuk menentukan data linier adalah jika nilai  $p < 0,05$  maka dikatakan data linier dan sebaliknya.

### **3.7.4 Uji Hipotesis**

Hipotesis merupakan jawaban sementara rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah peneliti telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan, setelah terpenuhi uji asumsi (pra-syarat) yang berupa uji normalitas dan uji linieritas maka dilakukanlah uji hipotesis yang bertujuan untuk membuktikan apakah hipotesis penelitian terbukti menggunakan hasil hipotesis statistik. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis *product moment* digunakan untuk meneliti hubungan antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat (Sugiyono, 2017).