

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel-variabel penelitian yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel Tergantung : Regulasi Emosi
2. Variabel Bebas : Religiusitas

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah definisi dari variable-variabel yang dideskripsikan berdasarkan variabel yang diteliti (Azwar, 2013). Dalam penelitian ini definisi variabel yaitu:

1. Regulasi emosi

Regulasi emosi adalah proses pengendalian emosi dengan kemampuan individu mengontrol serta memodifikasi reaksi emosional sehingga dapat mengekspresikan emosi yang otomatis atau dapat dikendalikan dalam keadaan sadar maupun tidak sadar untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Aspek dari regulasi emosi diukur menggunakan dengan aspek regulasi emosi yang dikemukakan oleh Gross (2007) yaitu *strategies to emotion regulation (strategies), engaging in goal directed behavior (goals), control emotional response (impulse), and acceptance of emotional response (acceptance)*. Semakin tinggi skor total yang diperoleh individu dari aitem-aitem skala

regulasi emosi. Maka semakin tinggi tingkat regulasi emosi yang di alaminya. Begitupun sebaliknya jika semakin rendah skor total yang diperoleh individu dari aitem-aitem skala regulasi emosi, maka menunjukkan semakin rendah tingkat regulasi emosi.

2. Religiusitas

Religiusitas merupakan individu yang memiliki komitmen dalam agama, yang dapat dilihat dari aktivitas ataupun perilaku serta memikirkan nilai agama dengan perasaan, penilaian dengan keyakinan sehingga individu memiliki kesadaran untuk kembali kepada Allah dan menjadikan individu mengikuti ajaran agama dengan benar. Dimensi dari Religiusitas diukur dengan dimensi religiusitas yang dikemukakan oleh Glock & Strak yang dikutip oleh Ancok dan Suroso (1994) meliputi dimensi keyakinan (*the ideological dimention*), dimensi peribadatan (*the ritulistic dimention*), dimensi penghayatan atau pengamatan (*the experiencal dimention*), dimensi pengetahuan (*the intellectual dimention*), dan dimensi pengalaman (*the concequential dimention*). Semakin tinggi skor total yang diperoleh individu dari aitem-aitem skala Religiusitas, maka semakin tinggi tingkat Religiusitas. Begitupun sebaliknya jika semakin rendah skor total yang diperoleh individu dari aitem-aitem skala Religiusitas, maka semakin rendah Religiusitas.

C. Populasi dan Sampling

1. Populasi dan sampel

Populasi adalah sebagai kelompok subjek dari penelitian dan memiliki karakteristik yang membedakan dari kelompok subjek lainnya (Azwar, 2018). Populasi dalam penelitian ini yaitu, seluruh Akhwat dan Ikhwan di Komunitas *Hijrah* “Yuk Ngaji Solo”, alasan melihat keseharian individu dalam mengontrol emosi karena anggotanya yang berasal dari bermacam-macam daerah sehingga memiliki emosi yang berbeda. Populasi komunitas *hijrah* “Yuk Ngaji Solo” sebanyak 450 orang.

Sampel merupakan bagian dari populasi (Hadi, 2017). Syarat utama dalam pengambilan sampel harus memiliki setidaknya satu ciri yang sama dari karakteristik populasi kemudian sampel tersebut dapat dikatakan mewakili sebuah populasi. Berdasarkan teori Azwar (2012), bahwa jumlah sampel yang lebih dari 60 orang sudah cukup banyak, maka sampel sebanyak 100 orang dianggap sudah mencukupi untuk dilakukan penelitian. Dalam penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan sebanyak 100 subjek yang memiliki karakteristik yaitu :

- a. *Ikhwan* dan *akhwat* aktif di komunitas *hijrah* “Yuk Ngaji Solo”.
- b. Berusia 20-30 tahun dikarenakan rentang usia tersebut merupakan masa produktif dan masa ketegangan emosi (Hurlock, 1980).

2. Sampling

Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *incidental sampling*. *Incidental sampling* merupakan

pengambilan sampel dengan cara kebetulan saja yaitu siapa saja yang bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila orang tersebut termasuk karakteristik penelitian.

D. Metode dan Alat Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan data yang bersifat kuantitatif, sehingga data tersebut dapat dianalisis dengan pendekatan statistik. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik pengumpulan data dengan metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua macam, yaitu skala yang mengungkapkan regulasi emosi dan religiusitas. Hal yang dimaksud untuk mengungkap masing-masing variable. Adapun skala pengukuran yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian adalah sebagai berikut :

1. Skala Regulasi emosi

Skala regulasi emosi dalam penelitian ini adalah skala regulasi emosi yang disusun dengan mengadaptasi dari skala disusun oleh Al Habsyi (2015). dengan koefisien reliabilitas *alpha* 0,864. Penyusunan item-item berdasarkan skala regulasi emosi terdiri dari lima aspek yaitu *strategies to emotion regulation (strategies)*, *engaging in goal directed behavior (goals)*, *control emotional response (impulse)*, and *acceptance of emotional response (acceptance)*.

Skala yang digunakan adalah skala likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu, SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju), dengan bobot penilaian 4 sampai 1 untuk pernyataan *favorable* (kelompok item positif) dan 1 sampai 4 untuk

pernyataan *unfavorable* (kelompok item negatif). Alasan peneliti menggunakan skala likert karena skala psikologis yang disusun untuk mengungkap sikap sesuai dan tidak sesuai dari subyek penelitian terhadap pernyataan-pernyataan yang ada dalam skala regulasi emosi. Selain itu, skala likert lebih sederhana daripada model pengumpulan data lainnya, serta proses penskalaan akan lebih mudah apabila pernyataan dalam skala likert sudah ditulis dengan baik. *Blue print* yang digunakan dalam penyusunan skala dapat dilihat pada tabel 1, terdiri dari 31 aitem soal, 16 aitem merupakan pernyataan *favorable* dan 15 item pernyataan *unfavorable*.

Tabel 1
Blue Print Skala Regulasi Emosi

No	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Strategies to emotion regulation (Strategies)</i>	1, 2, 3, 4	17, 18, 19, 20, 21	9
2	<i>Engaging in goal directed behavior (Goals)</i>	5, 6, 7, 8, 9, 10	22, 23, 24, 25, 26	11
3	<i>Control emotional response (Impulse)</i>	11, 12, 13, 14	27, 28, 29,	7
4	<i>Acceptance of emotional response (Acceptance)</i>	15, 16, 31	30	4
Jumlah		17	14	31

2. Skala Religiusitas

Skala religiusitas digunakan untuk mengungkap religiusitas pada komunitas hijrah. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala religiusitas yang disusun dengan mengadaptasi dari skala disusun oleh Rifqi (2011) dengan koefisien reliabilitas *alpha* 0,811. Penyusunan item-item

berdasarkan skala religiusitas terdiri dari lima dimensi yaitu dimensi keyakinan (*The ideological dimention*), dimensi peribadatan (*The ritulistic dimention*), dimensi penghayatan (*The experiencal dimention*), dimensi pengetahuan (*The intellectual dimention*), dan dimensi pengalaman (*The concequential dimention*).

Skala religiusitas ini disusun dengan menggunakan empat kategori respon yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju), dengan bobot penilaian 4 sampai 1 untuk pernyataan *favorable* (kelompok item positif) dan 1 sampai 4 untuk pernyataan *unfavorable* (kelompok item negatif). Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula religiusitas individu. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula religiusitas oleh seseorang. Blue print yang digunakan dalam penyusunan skala dapat dilihat pada tabel 2, terdiri atas 30 butir pernyataan dimana 14 butir aitem *favorable* dan 16 butir aitem *unfavorable*.

Tabel 2
Blue Print Skala Religiuisitas

No	Dimensi	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1	Keyakinan	1,4, 6	2, 3, 5	6
2	Pengalaman	8	7, 10, 11, 12, 13, 14, 15	8
3	Praktek agama	16, 19, 22	17, 18, 20, 21, 23	8
4	Pengetahuan	9, 24, 27, 28	25, 26, 29	7
5	Pengamatan		30	1
Jumlah		11	19	30

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*Content Validity*), yang merupakan validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes dengan analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau dengan *expert judgement*. Validitas isi menunjukkan apakah masing-masing item dalam tes layak diungkapkan untuk mengungkap atribut yang akan diukur sesuai dengan indikator perilaku.

Suatu tes atau instrument pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran. Valid tidaknya suatu alat ukur tergantung pada mampu tidaknya alat ukur tersebut mencapai tujuan yang dikehendaki dengan tepat (Azwar, 2017). Sebuah aitem dapat dikatakan valid atau tidaknya dapat dilakukan dengan cara membandingkan skor total aitem (nilai r_{hitung}) pada kolom Corrected Item-Total dengan nilai r_{tabel} . Aitem yang mempunyai nilai r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} maka aitem tersebut dianggap valid sebaliknya apabila nilai r_{hitung} lebih kecil dari r_{tabel} maka aitem tersebut dianggap gugur. Perhitungan validitas selengkapnya dilakukan dengan menggunakan bantuan

program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 21.0 *for windows release*.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asli kata *rely* dan *ability*. Suatu pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi maka disebut sebagai pengukuran yang *reliable*. Ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil dari suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil suatu pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil relatif sama, selama aspek yang diukur belum berubah. Reliabilitas memiliki beberapa makna yaitu kepercayaan, keterandaian, keajengan, kestabilanm konsistensi dan sebagainya. Reliabilitas dari kedua variabel dalam penelitian ini yaitu variabel regulasi emosi dan variabel religiusitas ini akan diuji dengan menggunakan pendekatan *single trial administration* dan dengan uji reliabilitas *alpha cronbach* (Azwar, 2013). Perhitungan reliabilitas *alpha cronbach* dilakukan dengan menggunakan bantuan *Statistical Packages for Social Science (SPSS) 21.0 for windows release*.

F. Metode Analisis Data

Metode analisis data merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengolah data, menganalisis hasil penelitian untuk diuji kebenarannya, kemudian akan diperoleh suatu kesimpulan dari penelitian tersebut. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode statistik.

Sejalan dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini yaitu mencari korelasi yaitu :

1. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data sampel dari populasi tersebut berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus Kolmogorov-smirnov. Data berdistribusi normal dengan taraf signifikan lebih dari 0,05.

2. Uji linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui adanya dua variabel yang memiliki hubungan linear antara dua variabel. Dua variabel dinyatakan linear apabila nilai taraf signifikan kurang dari 0,05.

Selanjutnya perhitungan analisis data tersebut menggunakan teknik analisis *regresi* dan analisis tambahan tabel silang (*crosstab*), untuk perhitungan statistik yang dilakukan dengan bantuan komputer yaitu menggunakan statistik *Packages for social Science (SPSS) 21.0 for windows release*