

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian

Menurut Sugiyono (2014), penelitian kausal adalah penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat dan sifat hubungan sebab akibat antara variabel. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji dan menjelaskan pengaruh dukungan sosial orangtua terhadap penyesuaian diri pada remaja. Hasil analisis informasi yang diperoleh akan digunakan untuk memberikan masukan kepada pihak-pihak yang terkait. Lebih lanjut, jenis penelitian kausal digunakan untuk menjawab hipotesis apakah terdapat pengaruh signifikan dari dukungan sosial orangtua terhadap penyesuaian diri pada remaja.

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2014), variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat, atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini, terdapat variabel bebas dan variabel terikat, yaitu:

1. Variabel Terikat (Y)

Variabel Terikat adalah variabel yang secara struktur berpikir keilmuan menjadi variabel yang disebabkan oleh adanya perubahan variabel lainnya (Ahyan, 2020). Menurut Sugiyono (2014), Variabel *dependen* sering disebut sebagai output, kriteria. Dalam konteks bahasa Indonesia, variabel yang sering disebut sebagai variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi hasil dari variabel bebas. Dalam penelitian ini, variabel yang digunakan adalah penyesuaian diri.

2. Variabel Bebas (X)

Variabel Bebas adalah variabel yang menjadi penyebab atau memiliki potensi teoritis untuk memengaruhi variabel lain dalam sebuah penelitian atau analisis. Menurut Sugiyono (2014), variabel independen sering disebut sebagai stimulus, prediktor. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang memiliki pengaruh atau berperan sebagai penyebab perubahan atau timbulnya variabel *independen*. Dalam penelitian ini, variabel bebas yang digunakan adalah dukungan sosial.

3.2 Definisi Operasional

Menurut Anshori & Iswanti (2017), definisi operasional dalam variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat, atau nilai dari objek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yang memerlukan dua definisi operasional, yaitu:

3.3.1. Penyesuaian Diri

Variabel *dependen* (Y) yang menjadi fokus penelitian ini adalah Penyesuaian Diri, kemampuan individu untuk beradaptasi secara psikologis dan sosial dengan tuntutan lingkungan, situasi stres, atau perubahan dalam hidup. Aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Heber dan Runyon (1994) terdiri dari Ketepatan persepsi terhadap realitas, Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan, Gambaran diri yang positif, Kemampuan mengekspresikan perasaan dan Hubungan Interpersonal yang baik. Skala yang dipakai adalah Skala Likert yang terdiri dari 4 pilihan jawaban. Skor yang diperoleh subjek akan mengindikasikan tingkat kinerjanya. Semakin tinggi skor yang didapat, semakin tinggi kinerjanya, dan sebaliknya. Semakin rendah skor, maka kinerjanya akan lebih rendah pula.

3.3.2. Dukungan Sosial Orangtua

Fokus utama dalam penelitian ini adalah Dukungan Sosial Orangtua sebagai variabel *independen* (X). Dukungan sosial didefinisikan sebagai bentuk dukungan yang mencakup informasi atau nasehat verbal dan non-verbal, bantuan nyata, serta tindakan yang berasal dari keakraban atau kehadiran orang lain. Dukungan sosial ini memberikan manfaat emosional dan juga berdampak pada perilaku penerima dukungan. Menurut Sarafino & Smith (2011) dukungan sosial terdiri dari beberapa aspek, yaitu: dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dan dukungan kelompok. Skala yang dipakai adalah Skala Likert yang terdiri dari 4 pilihan jawaban. Skor yang diperoleh subjek akan mengindikasikan tingkat kinerjanya. Semakin tinggi skor yang didapat, semakin tinggi kinerjanya, dan sebaliknya. Semakin rendah skor, maka kinerjanya akan lebih rendah pula.

3.3 Populasi dan Teknik Sampling

3.4.1 Populasi

Sugiyono (2018) mengemukakan bahwa populasi sebagai wilayah secara umum yang terdiri atas obyek/subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan

oleh peneliti untuk diteliti lalu dibuat kesimpulannya. Peneliti mengambil populasi dari siswa kelas X SMAN 1 CERME sebanyak 13 kelas dan jumlahnya ada 420 siswa.

3.4.2 Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari populasi yang mencerminkan jumlah dan karakteristik populasi tersebut. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan *Non-Probability Sampling* dengan metode *Accidental Sampling*. Teknik ini dipilih karena memungkinkan peneliti mengambil sampel berdasarkan kemudahan akses dan ketersediaan responden pada saat penelitian berlangsung.

Menurut Sugiyono (2018), *Accidental Sampling* sering digunakan ketika peneliti membutuhkan responden yang dapat dijangkau dengan cepat dan efisien, tanpa mempertimbangkan strata atau proporsi tertentu dalam populasi. Berbeda dengan *Stratified Random Sampling*, metode ini tidak memerlukan pembagian kelompok populasi yang terstruktur, melainkan mengambil sampel secara kebetulan dari individu yang memenuhi kriteria penelitian.

Peneliti mengambil penentuan jumlah sampel berdasarkan tingkat kesalahan (*significance level*) 5%, maka jumlah sampel minimal yang diambil adalah 195.

N	S			N	S			N	S		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	115	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	563	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1050	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1100	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1200	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1300	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1400	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1500	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1600	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1700	485	292	235	750000	663	348	271
230	171	139	125	1800	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	1900	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2000	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2200	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	664	349	272

Gambar 3. 1 Penentuan Jumlah Sampel Isaac dan Michael

Dalam rangka mempermudah pelaksanaan penelitian, penulis telah menetapkan atribut dan ciri-ciri yang digunakan dalam penelitian ini. Sampel yang akan diteliti adalah siswa aktif yang berusia antara 18 hingga 25 tahun dan terdaftar di SMAN 1 CERME yang berjumlah 420 siswa. Alasan mengambil sampel karena mengerucutkan subjek yang akan diteliti serta memiliki karakteristik. Karakteristik yang dipakai adalah siswa aktif dan memiliki usia 12-23 tahun Santrock (2007) merupakan fase remaja dan merupakan siswa aktif.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah dengan memanfaatkan angket berbasis skala Likert sebagai instrumen penilaian untuk mengukur

dukungan sosial orangtua dan penyesuaian diri. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner (angket). Menurut Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa kuesioner adalah alat pengumpulan data yang terdiri dari serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan kepada responden. Tujuannya adalah untuk mendapatkan tanggapan atau jawaban terkait dengan topik penelitian yang sedang diinvestigasi. Dalam penelitian ini, kuesioner dirancang dalam bentuk serangkaian pernyataan yang relevan dengan variabel yang akan diteliti, berdasarkan indikator dari variabel Penyesuaian Diri (Y) dan variabel Dukungan Sosial (X).

Guna memudahkan responden dalam merespons pertanyaan, peneliti menggunakan Skala Likert. Skala Likert digunakan sebagai alat untuk mengukur pandangan, sikap, dan persepsi individu. Hal ini sesuai dengan pendapat (Sugiyono, 2018) yang menyatakan bahwa pada Skala likert peneliti dapat mengukur dan menganalisis tingkat persepsi atau sikap responden terhadap topik penelitian. Dalam penelitian ini, Skala Likert digunakan dan terdapat beberapa pilihan jawaban alternatif yang digunakan untuk memastikan bahwa variabel yang akan diukur dapat diukur secara jelas dan terperinci. Rincian dari skala ini dapat ditemukan dalam tabel berikut:

Tabel 3. 1 Nilai Skor Jawaban

Aitem Favorable		Aitem Unfavorable	
Jawaban	Skor	Jawaban	Skor
Sangat Sesuai	4	Sangat Sesuai	1
Sesuai	3	Sesuai	2
Tidak Sesuai	2	Tidak Sesuai	3
Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Tidak Sesuai	4

3.5.1 Skala Penyesuaian Diri

Alat pengukuran untuk menilai penyesuaian diri menggunakan skala yang dimodifikasi dari penelitian Utami, R. P. S. (2019) yang mengacu pada teori Heber dan Runyon (1994) dengan aspek Ketepatan persepsi terhadap realitas, Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan, Gambaran diri yang positif, Kemampuan mengekspresikan perasaan dan Hubungan Interpersonal yang baik. Proses modifikasi sudah dibantu oleh ulasan pakar (Expert Judgment). Langkah-langkah ini diambil untuk memastikan kualitas dan validitas kuesioner sebelum digunakan secara lebih luas dalam penelitian. Rancangan blueprint yang telah disusun adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Blue Print Penyesuaian Diri

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Ketepatan Persepsi terhadap Realitas	1, 3	2, 4	4
2.	Kemampuan Mengatasi Stres dan Kecemasan	6, 8	5, 7	4
3.	Gambaran Diri yang Positif	9, 11	10, 12	4
4.	Kemampuan Mengekspresikan Perasaan	13, 15	14	3
5.	Hubungan Interpersonal yang Baik	16, 18	17, 19	4
	Total	10	9	19

3.5.2 Skala Dukungan Sosial Orangtua

Alat pengukuran untuk menilai penyesuaian diri menggunakan skala yang dimodifikasi dari penelitian Yasufi, R. (2018) yang mengacu pada teori Sarafino & Smith (2011) dengan aspek dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dan dukungan kelompok. Proses modifikasi sudah dibantu oleh ulasan pakar (Expert Judgment). Langkah-langkah ini diambil untuk memastikan kualitas dan validitas kuesioner sebelum digunakan secara lebih luas dalam penelitian. Rancangan blueprint yang telah disusun adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Blue Print Dukungan Sosial Orangtua

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Dukungan Emosional	1, 2, 3, 5	4	5
2.	Dukungan Instrumental	6, 7, 9, 10	8	5
3.	Dukungan Informasi	11, 12, 14, 15	13	5
4.	Dukungan Penghargaan	16, 17, 19, 20	18	5

5.	Dukungan Kelompok	21, 22, 24	23	4
	Total	19	5	24

3.6 Validitas dan Reabilitas

3.6.1 Uji Validitas

Pengujian validitas dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya suatu aitem. Tipe validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Indikasi terpenuhinya validitas isi dapat diperoleh melalui prosedur validasi terhadap aitem-aitem dalam tes, yang bertujuan untuk mengestimasi kelayakan atau kesahihan sebuah aitem-aitem yang mewakili komponen-komponen dari kawasan isi materi yang diukur (aspek representasi) atau sejauh mana kesesuaian item-aitem dalam dengan indikator berperilaku dari atribut yang diukur/aspek relevansi (Azwar). Setiap item dengan skor totalnya dihitung dengan bantuan perangkat lunak komputer IBM Statistical Program for Social Science (SPSS) versi 26 untuk Windows.

Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan skor corrected total item correlation. Sebuah aitem dinyatakan valid jika skor corrected total item correlation lebih besar daripada 0,25 (Azwar, 2013). Azwar (2013), menyatakan jika jumlah aitem yang lolos nyatanya tidak mencukupi jumlah yang diharapkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria skor corrected total item correlation menjadi 0,25, sehingga pada penelitian ini menggunakan batas minimum skor corrected total item correlation sebesar 0,25. Yang artinya Semua item yang mencapai skor minimal 0,25 maka instrument tersebut dinyatakan valid.

3.6.2 Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas dan validitas adalah dua konsep yang berbeda dalam evaluasi instrumen penelitian, meskipun keduanya berhubungan erat. Reliabilitas mengukur sejauh mana instrumen konsisten dalam mengukur apa yang dimaksudkan tanpa terlalu banyak kesalahan pengukuran. Jadi, sementara reliabilitas adalah pertimbangan penting dalam mengukur kualitas instrumen, pengujian validitas juga perlu dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen tersebut benar-benar mengukur apa yang diinginkan dan relevan dengan konstruk yang diteliti.

Jenis reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Alpha Cronbach, yang mengukur reliabilitas konsistensi internal dari skor tes pada suatu sampel. Koefisien reliabilitas Alpha Cronbach memiliki rentang nilai antara 0,00 hingga 1,00. Penggunaan uji Alpha Cronbach bertujuan untuk menilai sejauh mana suatu instrumen pengukuran konsisten dan dapat diandalkan ketika diterapkan pada responden. Reliabilitas alpha dihitung berdasarkan skala yang diberikan hanya satu kali pada kelompok responden (single-trial administrasi), sebagaimana dijelaskan oleh Azwar (2012: 182). Untuk menilai reliabilitas instrumen pengumpulan data, Anda dapat menggunakan perangkat lunak komputer seperti IBM Statistical Program for Social Science (SPSS). SPSS dapat digunakan untuk menghitung berbagai metrik reliabilitas, seperti koefisien alpha Cronbach, yang membantu mengukur sejauh mana instrumen konsisten dalam mengukur konsep yang sama. Dengan SPSS, Anda dapat dengan mudah menghitung dan menganalisis reliabilitas instrumen Anda, yang merupakan langkah penting dalam mengevaluasi keandalan instrumen tersebut.

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merujuk pada metode atau prosedur yang digunakan untuk menyusun, mengolah, menafsirkan, dan mengambil kesimpulan dari data yang dikumpulkan dalam suatu penelitian. Teknik-teknik analisis data mencakup langkah-langkah yang sistematis untuk memproses informasi yang diperoleh dari berbagai sumber seperti wawancara, observasi, kuesioner, atau dokumen (Sugiyono, 2018). Teknik analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Ini merupakan metode analisis regresi yang melibatkan dua variabel. Dalam penelitian ini, variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan sosial (X), yang berdampak pada variabel dependen, yaitu penyesuaian diri (Y). Analisis ini akan mengidentifikasi kontribusi variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) secara parsial. Artinya, penelitian ini akan memeriksa sejauh mana setiap variabel independen berkontribusi terhadap perubahan dalam variabel dependen, Y. Seluruh proses analisis statistik dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak komputer IBM Statistical Program for Social Science (SPSS) versi 26 untuk Windows. Sebelumnya, peneliti akan melakukan uji asumsi terlebih dahulu yaitu:

3.7.1 Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui data dalam penelitian normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan metode One Sample Kolmogorov Smirnov Z dari Statistical Program for Social Science (SPSS) Windows versi 26. Uji normalitas ini untuk

menguji apakah variabel dependen (kecemasan bertanding) dari populasi yang berdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal (Nuryadi et al., 2017:79). Distribusi normal apabila taraf signifikansi atau nilai $p > 0.05$ sebaliknya jika nilai $p < 0.05$ maka distribusi data dikatakan tidak normal.

3.7.2 Uji Linearitas

Uji yang digunakan untuk memastikan data yang di dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linier atau tidaknya. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel independent dengan variabel dependent yang digunakan untuk seberapa signifikansi penyimpangan dari linieritas dari variabel tersebut. Jika penyimpangan tidak signifikan maka nilai ($p > 0.05$), dan signifikansi linieritas signifikan maka nilai ($p < 0.05$), maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah linieritas (Hadi, 2000). Uji Linieritas dilakukan dengan Statistical Program for Social Science (SPSS) 16.0 for Windows versi 25.

