

## BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini memaparkan mengenai metode penelitian yang digunakan. Terdiri dari desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel penelitian, definisi penelitian, instrumen penelitian, analisis data, proses pengembangan alat ukur, dan teknik pengumpulan data.

### 3.1 Desain Penelitian

Metode penelitian kuantitatif mejadi pendekatan yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini dengan jenis penelitian korelasional. Tujuan dari penelitian korelasional, yaitu untuk mengetahui pengaruh antara regulasi diri (X) terhadap *state anxiety* (Y).

**Gambar 2.1 Desain Penelitian**



### 3.2 Populasi dan Sampel

#### 3.2.1 Populasi Penelitian

Populasi merupakan suatu kelompok yang memiliki karakteristik tertentu dan menjadi fokus dari suatu penelitian (Abdullah, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah anak yang berkonflik dengan hukum menjelang bebas di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Bandung. Adapun jumlah anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Bandung pada bulan Oktober 2023 adalah sebanyak 149 orang.

#### 3.2.2 Sampel Penelitian

*Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini. Menurut Azwar (2015), *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan ciri-ciri tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan

ciri-ciri yang sudah ditentukan. Sampel dalam penelitian ini adalah anak yang berkonflik dengan hukum menjelang bebas di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Bandung. Adapun karakteristik partisipan adalah sebagai berikut:

1. Anak yang berkonflik dengan hukum;
2. Berusia di atas 12 tahun dan di bawah 18 tahun;
3. Menjelang bebas dalam kurun waktu 3 bulan dan/atau sudah menjalani masa binaan selama setengah dari waktu tahanan.

Sampel dalam penelitian ini adalah anak yang berkonflik dengan hukum menjelang bebas di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Bandung sebanyak 83 orang. Alasan peneliti menentukan jumlah 83 orang karena jumlah keseluruhan anak yang cocok berdasarkan karakteristik yang sudah ditentukan pada bulan Oktober 2023 adalah sebanyak 83 orang dari 149 orang.

### **3.3 Variabel Penelitian**

Terdapat dua variabel yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini, yaitu Regulasi Diri sebagai variabel X (variabel bebas/*independent*) dan *State Anxiety* sebagai variabel Y (variabel terikat/*dependent*).

### **3.4 Definisi Konseptual dan Devinisi Operasional Variabel**

#### **3.4.1 Definisi Konseptual**

Merujuk pada teori, definisi konseptual dari setiap variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### **a. Regulasi Diri**

Secara konseptual merujuk pada pendapat Bauer & Baumeister (2011) regulasi diri adalah proses dalam kepribadian yang penting bagi individu untuk berusaha mengendalikan pikiran, perasaan, dorongan, dan hasrat dari

rangsangan luar diri agar sesuai dengan apa yang menjadi tujuan dan cita-cita.

b. *State Anxiety*

Secara konseptual merujuk pada pendapat Spielberger (2004) *state anxiety* dijelaskan sebagai kondisi psikologis, biologis, dan emosional yang ditandai dengan timbulnya rasa tegang, gugup, ketakutan, dan kekhawatiran yang bervariasi dalam intensitas yang tidak menentu dari waktu ke waktu (fluktuatif).

### 3.4.2 Definisi Operasional

Definisi operasional dari setiap variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Regulasi Diri

Secara operasional regulasi diri didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk berusaha mengendalikan pikiran, perasaan, dan dorongan agar sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan.

b. *State Anxiety*

Secara operasional *state anxiety* adalah reaksi emosional yang kompleks yang muncul pada diri individu ketika individu merasa dirinya dalam keadaan terancam.

## 3.5 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua instrumen, yaitu instrumen alat ukur Regulasi Diri (Nuraeni, 2014) dan instrumen alat ukur *State-Anxiety Inventory* (S-AI) *form Y* (Spielberger, 1983).

### 3.5.1 Instrumen Regulasi Diri

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### a. Spesifikasi Instrumen

Dalam mengukur regulasi diri, peneliti mengadaptasi dan memodifikasi instrumen yang sudah ada agar sesuai dengan konteks di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Bandung. Instrumen ini dibuat oleh Rini Nuraeni pada tahun 2014 (*surat izin penggunaan instrumen terlampir*). Instrumen ini terdiri dari 20 item dengan menggunakan skala *4-point Likert*. Reliabilitas dari instrumen ini adalah sebesar 0.792.

### b. Pengisian Kuesioner

Instrumen ini terdiri dari 20 item, yaitu pernyataan dengan empat pilihan jawaban menggunakan skala *Likert*. Adapun pilihan jawaban dalam instrumen ini adalah Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), atau Sangat Tidak Setuju (STS). Subjek diminta untuk memilih salah satu pilihan jawaban yang paling menggambarkan kondisi dirinya saat ini.

### c. Kisi-Kisi Instrumen

Berikut adalah kisi-kisi instrumen regulasi diri yang digunakan dalam penelitian ini:

**Tabel 3.1 Kisi-Kisi Alat Ukur Instrumen Regulasi Diri**

Dimensi	Indikator	Butir Item
<i>Standards</i>	Menentukan standar	15, 17
	Membuat perencanaan	1, 5, 16, 20
<i>Monitoring</i>	Mengawasi perkembangan pelaksanaan rencana	11, 14
	Menilai dan mengevaluasi keefektifan rencana	2, 3, 6, 18
	Memotivasi diri untuk melakukan perubahan	4, 7, 12
<i>Strength</i>	Melaksanakan perubahan sesuai rencana	8, 10, 19

Mempertahankan perilaku yang telah dirubah	9, 13
--	-------

#### d. Kategorisasi Skor

Instrumen regulasi diri dalam penelitian ini dibagi menjadi empat kategori, yaitu sangat rendah, rendah, tinggi, dan sangat tinggi. Berikut adalah kategorisasi skor variabel regulasi diri:

**Tabel 3. 2 Kategorisasi Skor Alat Ukur Instrumen Regulasi Diri**

Kategori	Rentang Skor
Sangat Tinggi	> 69,496
Tinggi	63,831 - 69,496
Rendah	58,166 - 63,831
Sangat Rendah	< 58,166

### 3.5.2 Instrumen *State Anxiety*

#### a. Spesifikasi Instrumen

Untuk mengukur kecemasan pada penelitian ini digunakan alat ukur *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI) yang dikembangkan oleh Spielberger (1983). Kuesioner ini terdiri dari dua dimensi, yaitu kecemasan sesaat (*state anxiety*) dan kecemasan dasar (*trait anxiety*). STAI terdiri dari 40 butir pertanyaan yang dibagi ke dalam dua bagian, yaitu *form Y* untuk kecemasan sesaat (*state anxiety*) yang terdiri dari 20 butir pertanyaan yang menggambarkan kondisi yang dirasakan saat ini dan *form X* untuk kecemasan dasar (*trait anxiety*) yang terdiri dari 20 butir pertanyaan yang menggambarkan kondisi yang secara umum dirasakan.

Pada penelitian ini, peneliti hanya menggunakan alat ukur *State-Anxiety Inventory* (S-AI) *form Y* karena

kecemasan yang akan diteliti adalah kecemasan sesaat (*state anxiety*) pada situasi tertentu, yaitu saat menjelang bebas. Skor STAI dikategorikan menjadi tiga, yaitu ringan dengan nilai skor 20-39, sedang untuk nilai skor 40-59, dan berat dengan nilai skor  $\geq 60$ -80. Reliabilitas kuesioner ini adalah 0.902.

#### b. Pengisian Kuesioner

Instrumen ini terdiri dari 20 item, yaitu pernyataan dengan empat pilihan jawaban menggunakan skala *Likert*. Adapun pilihan jawaban dalam instrumen ini adalah Tidak Sama Sekali, Agak, Cukup, dan Sangat. Subjek diminta untuk memilih salah satu pilihan jawaban yang paling menggambarkan perasaannya saat ini.

#### c. Kisi-Kisi Instrumen

Berikut adalah kisi-kisi instrumen *state anxiety* yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Alat Ukur Instrumen *State Anxiety*

Dimensi	Indikator	Butir Item	
		<i>Unfavorable</i>	<i>Favorable</i>
<i>Uncertainty</i>	Perasaan		
	ketidakpastian yang dirasakan oleh individu	1, 2, 5, 10, 20	3, 12, 13, 17
<i>Helplessness</i>	Perasaan ketidakberdayaan	8, 11, 19	4, 6, 9
<i>Future Orientation</i>	Masalah yang dihadapi	15, 16	7, 14, 18

#### d. Kategorisasi Skor

Instrumen *state anxiety* dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan berat. Berikut adalah tabel kategorisasi skor variabel *state anxiety*:

**Tabel 3.4 Kategorisasi Skor Alat Ukur Instrumen *State Anxiety***

Kategori	Rentang Skor
Rendah	20-39
Sedang	40-59
Berat	≥ 60-80

### 3.6 Analisis Data

Pada penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Alasan peneliti menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana adalah karena teknik ini bertujuan untuk meneliti pengaruh dari suatu variabel terhadap variabel lainnya. Pada penelitian ini variabel bebas (X) merupakan regulasi diri dan variabel terikat (Y) adalah *state anxiety*. Dalam penelitian ini analisis regresi linear sederhana digunakan sebagaimana tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh di antara regulasi diri terhadap kecemasan sesaat. Analisis ini dilakukan menggunakan *software* SPSS versi 22.

Analisis data juga dilakukan dengan menghitung skor tiap variabel untuk mengetahui gambaran terkait tiap variabel dalam penelitian ini. Berikut adalah tabel perhitungan statistik untuk tiap variabel:

**Tabel 3.5 Statistik Deskriptif Seluruh Variabel**

Variabel	N	Mean	Standar Deviasi
Regulasi Diri	83	63,83	5,67
<i>State anxiety</i>	83	37,54	12,53

Selain itu, peneliti juga melakukan serangkaian pengujian lain untuk mendukung analisis data, yaitu:

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data yang didapatkan memiliki distribusi normal. Distribusi data akan dikatakan normal apabila hasil uji normalitas memiliki signifikansi  $> 0.050$  (Latipah, 2014). Pengujian normalitas distribusi data pada penelitian ini dilakukan dengan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* yang dipaparkan di bawah ini:

**Tabel 3.6 Hasil Uji Normalitas**

<i>One Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	
<i>Unstandardized Residual</i>	
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0.089

Dari hasil pengujian tersebut, diketahui nilai signifikansi sebesar 0.089. Nilai signifikansi yang didapat  $> 0.050$  maka distribusi dikatakan normal dan uji asumsi klasik dapat dilanjutkan.

### 2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel penelitian memiliki hubungan linear yang signifikan. Hubungan antar variabel dikatakan linear jika nilai signifikansi yang dinyatakan  $> 0.050$  (Latipah, 2014).

**Tabel 3.7 Hasil Uji Linearitas**

		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
<i>State</i>	<i>(Combined)</i>	4486.709552	22.000000	203.941343	1.458479	0.125654
<i>Anxiety *</i>						
Regulasi diri	<i>Deviation from Linearity</i>	4334.735053	21.000000	206.415955	1.476176	0.121372

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan nilai signifikansi sebesar  $0.121 > 0.050$ . Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel X atau regulasi diri dan variabel Y atau *state anxiety* karena nilai yang didapatkan  $> 0.050$ .

### 3. Uji Hipotesis

Untuk dapat melakukan interpretasi dari hasil uji hipotesis maka digunakan tabel koefisien korelasi dari Sugiyono (2010) sebagai berikut.

**Tabel 3.8 Interpretasi Koefisien Korelasi**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00 – 0.19	Sangat Rendah
0.20 – 0.39	Rendah
0.40 – 0.59	Sedang
0.60 – 0.79	Kuat
0.80 – 1.00	Sangat Kuat

## 3.7 Proses Pengembangan Alat Ukur

### 3.7.1 Uji Coba

Tahapan uji coba dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dapat mengukur variabel yang diteliti sebelum proses pengambilan data, sehingga uji validitas dan reliabilitas dari kedua instrumen ini perlu dilakukan. Peneliti melakukan proses uji coba (*try out*) pada tanggal 26 Juli 2023 kepada 50 responden, yaitu anak yang berkonflik dengan hukum, berusia di atas 12 tahun dan di bawah 18 tahun, menjelang bebas dalam kurun waktu 3 bulan dan/atau sudah menjalani masa binaan selama setengah dari waktu tahanan. Setelah melakukan uji coba alat ukur, peneliti kemudian melakukan uji validitas dan reliabilitas.

### 3.7.2 Uji Validitas dan Reliabilitas

Analisis item dilakukan menggunakan *software* SPSS versi 22 dengan menganalisis validitas item melalui *Corrected Item Total*

untuk mengetahui apakah item dapat digunakan atau dibuang. Item yang dapat digunakan adalah item yang memiliki nilai korelasi item total  $\geq 0.3$  (Sugiyono, 2013). Reliabilitas bertujuan untuk mengidentifikasi sejauh mana alat ukur dapat dipercaya (Azwar, 2020). Uji reliabilitas dilakukan menggunakan *software* SPSS versi 22. Reliabilitas diklasifikasikan menjadi lima kategorisasi (Guilford, 1956):

**Tabel 3.9 Rentang Skor Reliabilitas**

Koefisien Reliabilitas	Kategori
0.80 – 1.00	Reliabilitas Sangat Tinggi
0.60 – 0.80	Reliabilitas Tinggi
0.40 – 0.60	Reliabilitas Sedang
0.20 – 0.40	Reliabilitas Rendah
< 0.20	Reliabilitas Sangat Rendah

#### a. Variabel Regulasi Diri

##### 1) Analisis Item

Instrumen regulasi diri memiliki 16 item valid dengan nilai  $> 0.3$  dan 4 item tidak valid dengan nilai  $< 0.3$ . Item yang tidak layak tidak dibuang tapi diubah frasa item. Berikut adalah rincian item yang layak digunakan dan tidak layak digunakan:

**Tabel 3.10 Item Alat Ukur Instrumen Regulasi Diri**

Item Layak	Item Tidak Layak
1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20	2, 8, 10, 18

##### 2) Uji Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji coba, alat ukur Regulasi Diri memiliki reliabilitas sebesar 0.823 yang termasuk dalam kategori reliabilitas sangat tinggi.

## b. Variabel *State Anxiety*

### 1) Analisis Item

Instrumen *state anxiety* memiliki 16 item valid dengan nilai  $> 0.3$  dan 4 item tidak valid dengan nilai  $< 0.3$ . Item yang tidak layak tidak dibuang tapi diubah frasa item. Berikut adalah rincian item yang layak digunakan dan tidak layak digunakan:

Tabel 3.11 Item Alat Ukur Instrumen *State Anxiety*

Item Layak	Item Tidak Layak
2, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	1, 3, 7, 8

### 2) Uji Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji coba alat ukur, alat ukur *state anxiety* memiliki reliabilitas 0.846 yang termasuk dalam kategori reliabilitas sangat tinggi.

## 3.8 Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan data adalah melalui angket. Angket tersebut berisi kuesioner yang terdiri dari *informed consent*, identitas diri, instrumen regulasi diri, dan instrumen *state anxiety*. Bentuk pernyataan dalam kuesioner yang diberikan adalah pernyataan tertutup. Pemberian angket dilakukan secara langsung kepada subjek penelitian, yaitu anak yang berkonflik dengan hukum di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Bandung, berusia di atas 12 tahun dan di bawah 18 tahun, 3 bulan menjelang bebas dan/atau sudah menjalani masa binaan selama setengah dari waktu tahanan. Sebelum mengumpulkan data, peneliti akan menjelaskan mengenai kerahasiaan data subjek dan instruksi pengisian kuesioner. Kuesioner berisi sejumlah pernyataan yang harus dijawab oleh subjek yang terdiri dari beberapa pilihan. Subjek diharuskan untuk memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan dirinya. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 12 dan 18 Oktober 2023 dan memperoleh sebanyak 83 responden.