

BAB III

METODE PENELITIAN

Pada BAB III berisikan metode penelitian yang menguraikan paradigma dan pendekatan penelitian, metode dan desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.

3.1. Paradigma dan Pendekatan Penelitian

Paradigma dalam penelitian ini adalah paradigma positivisme dengan pendekatan kuantitatif. Creswell (2012) mengatakan bahwa dalam pendekatan kuantitatif peneliti biasanya mengidentifikasi masalah penelitian berdasarkan tren di lapangan atau berdasarkan kebutuhan untuk menjelaskan mengapa sesuatu terjadi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang sedang di lakukan yaitu untuk mengetahui kematangan emosi remaja pengguna media sosial di SMPN 44 Bandung yang mana penggunaan sosial media saat ini sudah menjadi suatu tren yang bahkan seperti salah satu kebutuhan pokok sehari-hari. Penggunaan pendekatan kuantitatif juga bertujuan agar data yang sudah diperoleh bisa di olah menggunakan proses statistika sehingga didapat gambaran tingkat kematangan emosi remaja pengguna media sosial di SMPN 44 Bandung yang selanjutnya peneliti dapat merancang layanan bimbingan kelompok yang sesuai.

3.2. Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode dan desain survei yang dalam prosedurnya peneliti mengumpulkan data kuantitatif menggunakan kuesioner dan menganalisis data secara statistik untuk menggambarkan tren tentang respons terhadap pertanyaan dan untuk menguji pertanyaan atau hipotesis penelitian (Creswell, 2012).

3.3. Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 44 Bandung dengan beberapa kriteria khusus. Adapun kriteria dari partisipan penelitian ini sebagai berikut:

1. Merupakan siswa SMPN 44 Bandung kelas IX tahun ajaran 2024/2025.
2. Siswa aktif menggunakan media sosial *whatsapp*, *facebook*, *telegram*, *instagram*, *twitter*, dan atau *Tiktok*.
3. Siswa mempunyai akun pada platform media sosial *whatsapp*, *facebook*, *telegram*, *instagram*, *twitter*, dan atau *Tiktok*.

4. Menghabiskan setidaknya 3 jam dalam sehari untuk menggunakan sosial media.

3.4. Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja/siswa SMPN 44 Bandung kelas VII pada tahun ajaran 2022/2023 atau yang saat ini sedang berada di kelas IX tahun ajaran 2024/2025. Siswa-siswi tersebut terbagi menjadi sembilan kelas dengan jumlah seluruhnya adalah 257 orang.

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan data sesuai dengan kriteria yang ditetapkan dan benar-benar memiliki kriteria yang dibutuhkan sesuai sampel dengan tujuan kualitas atau mutu suatu objek. Berdasarkan teknik tersebut, populasi penelitian yakni siswa SMPN 44 Bandung kelas IX tahun ajaran 2024/2025 disaring kembali dan dipilih yang sudah sesuai dengan kriteria partisipan untuk menjadi sampel penelitian sebanyak 199 orang yang di uraikan dalam tabel 3.1.

Tabel 3.1
Sampel Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1.	IX. A	26
2.	IX. B	20
3.	IX. C	22
4.	IX. D	27
5.	IX. E	20
6.	IX. F	22
7.	IX. G	22
8.	IX. H	25
9.	IX. I	16
Total		199

3.5. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen kematangan emosi yang nantinya digunakan untuk merancang layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kematangan emosi remaja pengguna media sosial kota

Nabilah Nur Rafifah, 2024

**PENGEMBANGAN KEMATANGAN EMOSI REMAJA PENGGUNA MEDIA SOSIAL DI KOTA BANDUNG
DAN IMPLIKASINYA BAGI BIMBINGAN DAN KONSELING**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Bandung di SMPN 44 Bandung. Instrumen diberikan kepada responden dalam bentuk kuesioner dengan mengisi pernyataan menggunakan skala *likert*. Instrumen yang dikembangkan dalam penelitian ini menggunakan aspek kematangan emosi menurut (Schneiders, 1964) dan dimodifikasi menjadi instrumen yang sesuai untuk siswa pengguna media sosial di SMPN 44 Bandung.

3.5.1. Definisi Konseptual Kematangan Emosi

Chaplin (2008) mendefinisikan kematangan emosi sebagai kedewasaan psikologis yang merupakan perkembangan sepenuhnya dari intelegensi, proses emosional, dan sebagainya. Individu yang telah matang emosinya, mampu mengontrol diri dengan baik dan mampu mengekspresikan emosinya sesuai dengan situasi dan kondisi yang tepat. Namun, sayangnya individu dalam fase remaja cenderung masih berada pada tahap emosi yang belum matang.

Hurlock, (1980) mengatakan bahwa kematangan emosi adalah suatu keadaan individu tidak lagi meledakkan emosi di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang lebih dapat diterima. Menurut (Yusuf, 2011) kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri, mampu menerima diri dan orang lain, dan mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif.

Berdasarkan definisi kematangan emosi di atas, dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan situasi diri sendiri dan lingkungan serta mampu mengontrol emosi ketika berada di suatu situasi sosial tertentu sehingga dapat diterima oleh lingkungan.

Terdapat tiga aspek yang menentukan kualitas kematangan emosi seseorang menurut (Schneiders, 1964), yaitu:

- 1) Kecukupan respons emosional (*Adequacy of emotional response*)

Seorang individu harus memiliki kecukupan respons emosional, artinya respons yang diberikan harus selaras dengan tingkat perkembangan orang dewasa di mana emosi tersebut di luapkan secara tepat, tidak berlebih ataupun kurang.

- 2) Jangkauan dan kedalaman emosi (*Emotional range and depth*)

Jangkauan dan kedalaman emosi individu menjadi aspek selanjutnya. Jangkauan dan kedalaman yang dimaksud adalah seberapa jauh dan dalam seseorang dapat bereaksi secara emosional terhadap rangsangan yang diterima.

3) Kontrol emosi (*Emotional control*)

Seorang individu yang matang emosinya, tentu mampu mengontrol dan mengendalikan emosi yang dimiliki. Apabila seseorang masih meledak-ledak dalam mengekspresikan emosi, maka individu tersebut belum berhasil mengontrol emosi yang dimiliki.

3.5.2. Definisi Operasional Kematangan Emosi

Kematangan emosi adalah kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan situasi lingkungan, perasaan-perasaan diri sendiri dan mampu mengontrol juga mengendalikan emosinya ketika berada disituasi sosial tertentu sehingga dapat diterima oleh lingkungan masyarakat. Indikator yang digunakan dalam penelitian ini berdasar pada aspek-aspek kematangan emosi menurut (Schneiders, 1964), yaitu:

1) Kecukupan respons emosional (*Adequacy of emotional response*)

Kemampuan siswa untuk memiliki rasionalisasi dalam merespons secara emosional, mengolah emosi menjadi respons yang tepat, mengetahui benar atau salahnya emosi yang di rasakan secara moral, dan tepat dalam merespons suatu kejadian atau objek.

2) Jangkauan dan kedalaman emosi (*Emotional range and depth*)

Kemampuan siswa untuk dapat memahami bentuk emosi, memberikan respons emosi, dan sensitif terhadap lingkungan.

3) Kontrol emosi (*Emotional control*)

Kemampuan siswa untuk mengontrol respons emosi positif, mengontrol respons emosi negatif, dan mengartikan situasi secara tepat.

3.5.3. Kisi-kisi Instrumen Kematangan Emosi

Kisi-kisi instrumen penelitian yang digunakan untuk mengungkap perilaku kematangan emosi berdasarkan definisi operasional variabel dengan menggunakan Skala *Likert*. Kisi-kisi kuesioner disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Schneiders yaitu *Adequacy of Emotional Response, Emotional Depth and Range*

dan *Emotional Control* yang di modifikasi dari penelitian yang dilakukan oleh Hamzah (2022).

Perumusan kisi-kisi Kuesioner untuk instrumen kematangan emosi dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Kematangan Emosi

No.	Aspek	Indikator	Positif	Negatif	Jumlah
1.	<i>Adequacy of Emotional Response</i>	a. Memiliki rasionalisasi dalam merespons secara emosional.	7,8	5,6	4
		b. Mengolah emosi menjadi respons yang tepat.	2, 3	1, 4	4
		c. Mengetahui benar atau salah emosi yang dirasakan secara moral.	13, 14	15, 16	4
		d. Ketepatan dalam merespons suatu kejadian atau objek.	11, 12	9,10	4
2.	<i>Emotional Range and Depth</i>	a. Memahami bentuk emosi.	17, 18	19, 20	4
		b. Memberikan respons emosi	21, 22	23, 24	4
		c. Sensitif terhadap lingkungan	27,28	25,26	4
3.	<i>Emotional Control</i>	a. Mengontrol respons emosi positif	31,32	33,34	4
		b. Mengontrol respons emosi negatif	35,36	29,30	4

		c. Mengartikan situasi secara tepat	37,38	39,40	4
Jumlah			20	20	40

3.5.4. Uji Kelayakan Instrumen Kematangan Emosi

Uji Kelayakan dilakukan dengan cara melakukan *judgement* pada setiap item yang telah dibuat. Item di nilai berdasarkan isi maupun bahasa untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen. Uji kelayakan instrumen dilakukan terhadap kuesioner kematangan emosi yang akan digunakan dalam penelitian. Uji kelayakan dilakukan oleh tiga dosen ahli bimbingan dan konseling dari Program Studi Bimbingan dan Konseling yakni Dr. Ipah Saripah, M.Pd., Dr. Nandang Budiman, M.Si., dan Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd. Dosen ahli menimbang setiap item kuesioner dengan memberikan penilaian yang dikualifikasikan memadai dan tidak memadai. Setiap item yang memadai dapat langsung digunakan, sedangkan untuk item yang tidak memadai perlu diperbaiki atau diganti. Berikut adalah hasil uji kelayakan instrumen menggunakan metode *judgement* para ahli pada instrumen kematangan emosi.

Tabel 3.3

Hasil Uji Kelayakan Oleh Ahli Instrumen Kematangan Emosi

Keterangan	Nomor Pernyataan	Jumlah
Memadai	4, 11, 13, 18, 22, 24, 26, 27, 39, 40	10
Revisi	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 23, 25, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38	30
Buang	-	-
Total		40

3.5.5. Uji Keterbacaan Instrumen Kematangan Emosi

Uji keterbacaan pada instrumen kematangan emosi dilakukan oleh lima orang siswa yang berbeda sekolah yang dipilih secara acak namun tetap di jenjang pendidikan yang sama yakni jenjang SMP. Uji keterbacaan bertujuan untuk mengetahui butir pernyataan mana saja yang dipahami ataupun kurang dipahami oleh siswa. Berdasarkan hasil uji keterbacaan tersebut, didapat dua butir pernyataan

yang kurang dipahami sehingga membuat siswa kebingungan. Pernyataan tersebut kemudian di perbaiki dengan uraian sebagai berikut:

Tabel 3.4
Hasil Uji Keterbacaan Instrumen Kematangan Emosi

No. Item	Pernyataan Awal	Pernyataan Revisi
1	Ketika melihat konten sensitif, saya kesulitan menenangkan amarah yang dirasakan	Saya kesulitan meredam rasa marah yang dirasakan ketika melihat “konten sensitif” di media sosial
6	Saya kurang mampu mengatasi kesulitan yang saya alami karena bersosial media	Saya kurang mampu mengatasi rasa cemas yang dialami akibat bersosial media

3.5.6. Uji Validitas Instrumen Kematangan Emosi

Uji validitas pada penelitian ini dilakukan pada instrumen kematangan emosi. Menurut (Sugiyono, 2013) sebuah instrumen khususnya dalam ilmu sosial yang mana banyaknya belum baku atau belum ada harus dilakukan uji validitas. Instrumen yang tidak teruji validitasnya bila digunakan dalam penelitian akan menghasilkan data yang sulit dipercaya. Suatu tes dikatakan memiliki validitas tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukur secara tepat atau memberikan hasil yang sesuai. Semakin besar skor validitas yang didapatkan maka semakin valid instrumen tersebut.

Instrumen kematangan emosi pada penelitian ini di uji validitasnya menggunakan rumus *Spearman* dengan bantuan aplikasi Microsoft Office Excel dan IBM SPSS 26.0. uji validitas dilakukan dengan cara menghitung skor total yang diuji satu sisi (*one-tailed*) dengan taraf signifikansi 0,05 dengan koefisien korelasi skor item pernyataan. Pernyataan dikatakan valid jika nilai $p < 0,05$. Hasil uji validitas instrumen kematangan emosi ditampilkan pada bagian lampiran.

Berdasarkan hasil uji validitas instrumen kematangan emosi di dapat sebanyak 38 item pernyataan yang valid dan dua item pernyataan yang tidak valid yakni item nomor 19 dan 25. Setiap item yang dinyatakan valid sudah mewakili

setiap aspek dari kematangan emosi sehingga instrumen dapat digunakan. Berikut adalah kisi-kisi instrumen kematangan emosi setelah uji validitas.

Tabel 3.5

Kisi-kisi Instrumen Kematangan Emosi setelah Uji Validitas

No.	Aspek	Indikator	Positif	Negatif	Jumlah
1.	<i>Adequacy of Emotional Response</i>	a. Memiliki rasionalisasi dalam merespons secara emosional.	7,8	5,6	4
		b. Mengolah emosi menjadi respons yang tepat.	2, 3	1, 4	4
		c. Mengetahui benar atau salah emosi yang dirasakan secara moral.	13, 14	15, 16	4
		d. Ketepatan dalam merespons suatu kejadian atau objek.	11, 12	9,10	4
2.	<i>Emotional Range and Depth</i>	a. Memahami bentuk emosi.	17, 18	20	3
		b. Memberikan respons emosi	21, 22	23, 24	4
		c. Sensitif terhadap lingkungan	27,28	26	3

3.	<i>Emotional Control</i>	a. Mengontrol respons emosi positif	31,32	33,34	4
		b. Mengontrol respons emosi negatif	35,36	29,30	4
		c. Mengartikan situasi secara tepat	37,38	39,40	4
Jumlah			20	18	38

3.5.7. Uji Reliabilitas Instrumen Kematangan Emosi

Uji Reliabilitas dilakukan untuk mengungkap pemahaman bahwa instrumen yang reliabel ialah instrumen yang cukup dapat dipercaya sebagai alat untuk menghimpun data. Reliabilitas digunakan untuk menunjukkan struktur faktor yang memadai dan respons yang akurat dan konsisten untuk skor. Uji reliabilitas pada instrumen kematangan emosi dilakukan dengan menggunakan metode *split-half* yang kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus dari Spearman Brown sesuai dengan kriteria koefisien reliabilitas.

Tabel 3.6

Kategori Kriteria Koefisien Reliabilitas

Kriteria Koefisien	Nilai
<i>Very high</i> (Sangat tinggi)	>.90
<i>High</i> (Tinggi)	.80 - .89
<i>Acceptable</i> (Dapat diterima)	.70 - .79
<i>Moderate/Acceptable</i> (Sedang/dapat diterima)	.60- .69
<i>Low/Unacceptable</i> (Rendah/tidak dapat diterima)	<.59

Penghitungan reliabilitas instrumen kematangan emosi dilakukan dengan bantuan aplikasi Microsoft Office Excel dan IBM SPSS ver 26.0. berikut adalah hasil dari penghitungan koefisien reliabilitasnya

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kematangan Emosi

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,684
		N of Items	19 ^a
	Part 2	Value	,683
		N of Items	19 ^b
	Total N of Items		38
Correlation Between Forms			,704
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		,826
	Unequal Length		,826
Guttman Split-Half Coefficient			,826

Berdasarkan hasil uji reliabilitas di atas, instrumen kematangan emosi memiliki nilai 0,826 yang berarti berada dalam kategori *High* (Tinggi) sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen kematangan emosi ini dapat diterima dan dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data.

3.6. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

- 1) Menyusun proposal penelitian yang kemudian diperlihatkan kepada dosen pembimbing akademik untuk mendapatkan persetujuan. Setelah mendapat persetujuan, peneliti mengikuti seminar proposal untuk di presentasikan di hadapan dosen penguji.
- 2) Mengajukan dosen pembimbing skripsi kepada Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling.
- 3) Mengajukan SK pembimbing dan mengajukan perizinan penelitian ke bagian akademik Fakultas.
- 4) Mengembangkan proposal penelitian menjadi skripsi, juga melakukan studi literatur tentang penelitian yang dilakukan.
- 5) Menyiapkan instrumen penelitian ke dalam bentuk *google form*.
- 6) Meminta izin dan kesediaan pengambilan data ke guru BK dan pihak SMPN 44 Bandung.

- 7) Melakukan pengambilan data responden siswa kelas IX SMPN 44 Bandung tahun ajaran 2024/2025.
- 8) Melakukan analisis data penelitian dengan menggunakan aplikasi SPSS.
- 9) Menjelaskan hasil yang diperoleh dan telah diolah menggunakan aplikasi SPSS.
- 10) Menyusun rancangan layanan bimbingan kelompok berdasarkan hasil penelitian

3.7. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan terdiri atas verifikasi data, penentuan skor, dan kategorisasi data.

3.7.1. Verifikasi Data

Verifikasi data bertujuan untuk memilih atau menyeleksi data yang memadai/masuk ke dalam kriteria untuk diolah. Verifikasi data dilakukan dengan mengecek kelengkapan data dan memilah data yang sesuai dengan kriteria responden yang telah ditentukan sebelumnya yang dalam penelitian ini adalah responden harus memiliki akun media sosial dan aktif menggunakan media sosial paling tidak selama tiga jam per harinya. Dari seluruh data responden yaitu sebanyak 257 responden setelah melalui proses verifikasi data tersisa sebanyak 199 responden yang sudah sesuai dengan kriteria dan akan diproses ke tahap selanjutnya.

3.7.2. Penentuan Skor

Pengumpulan data tentang kematangan emosi menggunakan skala likert, yang mana baik untuk pernyataan positif ataupun negatif memiliki rentang skor 1-5. Pernyataan positif memiliki skor sangat sesuai (SS) = 5, sesuai (S) = 4, kurang sesuai (KS) = 3, tidak sesuai (TS) = 2, dan sangat tidak sesuai (STS) = 1. Sedangkan untuk pernyataan negatif memiliki skor sangat tidak sesuai (STS) = 5, tidak sesuai (TS) = 4, kurang sesuai (KS) = 3, sesuai (S), dan sangat sesuai (SS) = 1.

3.7.3. Kategorisasi Data

Gambaran kematangan emosi siswa pengguna media sosial diketahui melalui kategorisasi. Data hasil penyebaran instrumen yang diperoleh diolah untuk menentukan tingkat kategori kematangan emosi siswa berada di tingkat tinggi,

sedang, atau rendah. Kategorisasi ditetapkan dengan cara menghitung skor ideal dengan rumus perhitungan menurut (Azwar, 2010) sebagai berikut:

Tabel 3.8
Rumus Kategori Skor Ideal

Rumus	Kategori
$X > \text{Mean} + \text{SD}$	Tinggi
$\text{Mean} - \text{SD} \leq X \leq \text{Mean} + \text{SD}$	Sedang
$X < \text{Mean} - \text{SD}$	Rendah

Skor data kematangan emosi dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, rendah. Berikut adalah perhitungan untuk skor ideal:

- 1) Skor Maksimal Ideal (S_{\max}) = Jumlah item x bobot nilai tertinggi
 $= 38 \times 5$
 $= 190$
- 2) Skor Minimal Ideal (S_{\min}) = Jumlah item x bobot nilai terendah
 $= 38 \times 1$
 $= 38$
- 3) Mean Ideal (M_i) = $\frac{1}{2} (S_{\max} + S_{\min})$
 $= 114$
- 4) Standar Deviasi Ideal (SD) = $\frac{1}{2} (S_{\max} - S_{\min})$
 $= 25$

Berikut adalah skor kematangan emosi yang dikategorikan:

Tabel 3.9
Kategorisasi Data Kematangan Emosi

Skala	Kategori
$X \geq 139$	Tinggi
$89 \leq X < 139$	Sedang
$X < 89$	Rendah

Setelah data di kategorikan, di lakukan pula penafsiran kategorisasi data yang di interpretasikan seperti pada tabel 3.10 sebagai berikut.

Tabel 3.10
Penafsiran Kategori Kematangan Emosi

Skala Skor	Kategori	Penafsiran
$X \geq 139$	Tinggi	Siswa telah mencapai tingkat kematangan emosi dalam tiga aspek, yaitu aspek kecukupan respons emosional, aspek jangkauan dan kedalaman emosi, dan aspek kontrol emosi.
$89 \leq X < 139$	Sedang	Siswa baru mencapai tingkat kematangan emosi dalam sebagian aspek, yaitu antara aspek kecukupan respons emosional, aspek jangkauan dan kedalaman emosi, dan atau aspek kontrol emosi
$X < 89$	Rendah	Siswa belum mencapai tingkat kematangan emosi dalam tiga aspek, yaitu aspek kecukupan respons emosional, aspek jangkauan dan kedalaman emosi, dan aspek kontrol emosi.