

BAB III

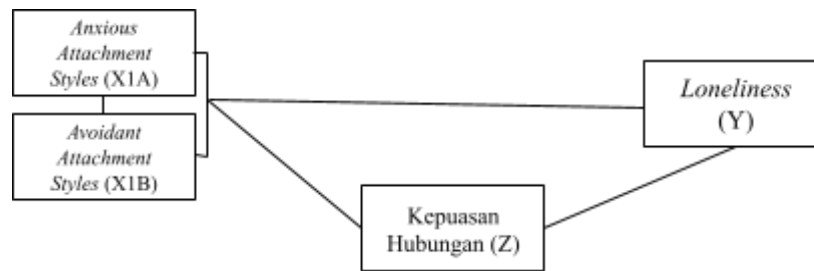
METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013), metode kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang menganggap bahwa suatu fenomena dapat diukur dan dianalisis melalui hubungan sebab-akibat. Penelitian ini dilakukan terhadap populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrumen yang datanya diolah secara statistik, guna menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan desain penelitian korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel *insecure attachment styles* yang dalam hal ini terbagi menjadi dua tipologi, yaitu *anxious attachment style* (X1A) dan *avoidant attachment style* (X1B) terhadap *loneliness* (Y) yang dimediasi oleh kepuasan hubungan (Z). Kepuasan hubungan (Z) berperan sebagai variabel mediasi yang menjembatani pengaruh antara *insecure attachment styles* (*anxious* dan *avoidant*) terhadap *loneliness*. Dengan memasukkan kepuasan hubungan sebagai variabel mediasi, penelitian ini berupaya memahami mekanisme atau jalur tidak langsung bagaimana *insecure attachment* mempengaruhi *loneliness* yang mana *insecure attachment* tidak hanya berdampak langsung terhadap *loneliness*, tetapi juga berpengaruh secara tidak langsung melalui rendahnya kepuasan dalam hubungan yang mereka jalani. Analisis ini penting untuk memperjelas hubungan sebab-akibat yang lebih kompleks antara pola keterikatan, kualitas hubungan, dan pengalaman kesepian dalam konteks hubungan romantis pada dewasa awal.



Gambar 3.1 Desain Penelitian

B. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dari penelitian ini terdiri dari dewasa awal berusia 18-29 dan sedang menjalani hubungan pacaran minimal 6 bulan. Dalam rentang waktu tersebut, partisipan diasumsikan sudah lebih mengenal pasangannya secara lebih dalam dan sudah mulai membentuk *bonding* dengan pasangannya. Hubungan romantis atau masa pacaran dianggap valid apabila telah berlangsung setidaknya enam bulan. Hal ini sesuai dengan Kamus Besar Bahasa Indonesia (1996) yang menyebutkan bahwa seseorang dapat dikategorikan sebagai “pacar” jika hubungan tersebut telah terjalin selama minimal enam bulan. Selain itu, menurut Sacher dan Fine (1996), hubungan mulai menunjukkan adanya komitmen dan keterlibatan serius dari kedua belah pihak setelah memasuki bulan keenam.

Adapun, karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah:

- a) Individu dengan rentang usia 18-29 tahun.
- b) Sedang berada dalam hubungan berpacaran (minimal 6 bulan).

b. Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *non-probability sampling*. Hal tersebut karena peneliti tidak memiliki informasi lengkap tentang jumlah total populasi dan tidak memiliki daftar mengenai ketersediaan populasi untuk memilih sampel. Teknik *non-probability sampling* yang digunakan oleh peneliti adalah *purposive sampling*, yaitu sampel memenuhi kriteria yang ditentukan oleh peneliti.

3.2. Variabel Penelitian

3.2.1 Identifikasi Variabel

Variabel penelitian merupakan karakteristik atau atribut yang bervariasi dan ditentukan oleh peneliti dari suatu objek atau aktivitas di sekitarnya, sehingga dapat dianalisis untuk memperoleh informasi dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2012). Penelitian ini memiliki variabel meliputi variabel bebas, tergantung, cve dan mediasi antara lain:

1. Variabel bebas (*independent*) : *Insecure Attachment*
2. Variabel tergantung (*dependent*) : *Loneliness*
3. Variabel mediasi (*intervening*) : Kepuasan Hubungan

3.2.2 Definisi Konseptual Variabel

1. *Insecure Attachment Styles*

Ainsworth (1979) mendefinisikan *attachment* sebagai suatu ikatan emosional yang bersifat afektif terhadap individu tertentu, yang dikenal sebagai figur lekat, dan berlangsung secara berkelanjutan. Ainsworth (1979) mengidentifikasi *attachment style* menjadi dua yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment*. *Secure attachment* terbentuk ketika pengasuh merespons kebutuhan anak dengan sensitif dan konsisten, sehingga anak merasa aman untuk mengeksplorasi lingkungan karena memiliki *secure base* yang dapat diandalkan. Sebaliknya, *insecure attachment* muncul ketika respons pengasuh tidak konsisten atau cenderung menolak kebutuhan anak, yang kemudian terbagi menjadi dua

tipe, yaitu *anxious* dan *avoidant*. Individu dengan *anxious attachment* menunjukkan kecemasan berlebih dan ketergantungan pada pengasuh, sementara individu dengan *avoidant attachment* cenderung menghindari dan menekan kebutuhan akan kedekatan emosional.

2. *Loneliness*

Loneliness didefinisikan sebagai pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan, yang muncul ketika ada ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang sebenarnya dimiliki individu (Russell, 1980).

3. Kepuasan Hubungan

Kepuasan hubungan merupakan penilaian subjektif dari masing-masing pasangan dalam hubungan yang sedang dijalani saat ini. Kepuasan dalam suatu hubungan dialami ketika sebuah tujuan yang ingin dicapai dari hubungan tersebut tercapai (Hendrick, 1988).

3.2.3 Definisi Operasional Variabel

1. *Insecure Attachment Styles*

Insecure attachment styles merupakan salah satu bentuk relasi atau hubungan yang timbul dimana seseorang tidak mendapatkan kehangatan dari *caregiver* dan menganggap orang tua atau sosok pasangannya tidak bisa dipercaya, tidak selalu ada ketika mereka dibutuhkan serta tidak dapat diandalkan.

2. *Loneliness*

Loneliness merupakan perasaan subjektif seseorang yang merupakan akibat dari tidak terpenuhinya hubungan keintiman sesuai dengan yang diharapkan individu.

3. Kepuasan Hubungan

Kepuasan hubungan adalah seberapa besar pemenuhan dari harapan dan keinginan yang terdapat dari sebuah hubungan romantis yang dijalani.

3.3 Teknik Pengambilan Data

Penelitian ini mengumpulkan data melalui metode kuesioner (*questionnaire*). Kuesioner disusun dalam format digital menggunakan *Google Forms* dan dibagi ke dalam beberapa bagian, dimulai dengan bagian pengantar yang mencakup *informed consent*, serta dilanjutkan dengan sejumlah pertanyaan yang mendukung penggunaan alat ukur *loneliness*, *insecure attachment styles*, dan alat ukur kepuasan hubungan. Kuesioner dibagikan secara *online* melalui *platform* media sosial yaitu, Instagram, TikTok, dan X. Pengambilan data dilakukan dari tanggal 5 Juni 2025 - 7 Juni 2025.

3.4 Instrumen Penelitian

3.4.1 Alat Ukur *Loneliness*

Alat ukur untuk melakukan pengukuran pada variabel kesepian akan menggunakan *UCLA Loneliness Scale Version 3 (ULS-3)* dari Russel (1996) yang telah diadaptasi oleh Ramadhani (2023) ke dalam Bahasa Indonesia. Jumlah aitem sebanyak 20 item pertanyaan dengan 12 item *favorable* dan 8 item *unfavorable*. Adapun tiga dimensi dari *loneliness* adalah *trait loneliness*, *social desirability loneliness*, dan *depression loneliness*. Nilai reliabilitas sebesar 0.86.

1. Kisi-Kisi Instrumen *Loneliness*

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen *Loneliness*

Dimensi	Nomor Item		
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	N
<i>Trait loneliness</i>	1,4,5	2,3	5
<i>Social desirability loneliness</i>	8,9,11,12	6,7,10,13	8
<i>Depression loneliness</i>	14,15,16,17,18	19,20	7
Jumlah			20

2. Penskoran Instrumen *Loneliness*

Instrumen ULS memiliki empat kategori, yaitu 1 “Tidak Pernah”, 2 “Jarang”. 3 “Kadang - kadang”, dan 4 “Selalu”. Instrumen ULS-3 memiliki item favorable dan unfavorable dengan nilai penskoran sebagai berikut:

Tabel 3.2 Penskoran Instrumen *Loneliness*

Item	Nilai Item			
	Tidak Pernah	Jarang	Kadang-Kadang	Selalu
<i>Favorable</i>	1	2	3	4
<i>Unfavorable</i>	4	3	2	1

3. Validitas

Pada item ini, sebanyak 17 item memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* di atas 0,30, sehingga dapat dinyatakan valid dan layak digunakan dalam pengukuran konstruk. Sebagaimana dinyatakan oleh Azwar (2012), batas minimal korelasi untuk menunjukkan validitas item adalah 0,30. Oleh karena itu, tiga item yang memiliki nilai di bawah angka tersebut telah dikeluarkan dari skala karena tidak memenuhi syarat validitas.

4. Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, instrumen *UCLA Loneliness Scale Version 3* (ULS-3) memiliki reliabilitas Cronbach alpha sebesar 0.825, yang termasuk dalam kategori tinggi atau baik.

3.4.2 Alat Ukur *Insecure Attachment Styles*

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *adult attachment styles* diukur menggunakan alat ukur *The Experiences in Close Relationship-Revised* (ECR-R) yang dikembangkan oleh Fraley et al. (2000). Awalnya, Mary Ainsworth melalui *Strange Situation Procedure* (SSP) (Ainsworth et al., 1978) mengidentifikasi pola keterikatan anak, yaitu *secure*, *anxious*, dan *avoidant attachment*. Namun, Ainsworth tidak mengembangkan alat ukur berupa kuesioner untuk mengukur *attachment styles* pada remaja maupun dewasa. Alat ukur berbasis kuesioner

pertama kali dikembangkan oleh Brennan, Clark, dan Shaver (1998) melalui *Experiences in Close Relationships (ECR) questionnaire*, yang mengukur dua dimensi utama keterikatan, yaitu *anxious* dan *avoidant* dalam hubungan romantis.

Terdapat perubahan dan perbaikan yang dilakukan pada alat ukur ini yang mana sebelumnya alat ukur ECR memiliki kekurangan di dalam dimensi *anxious* hanya terdapat satu item yang di *reversed* yang diasumsikan rentang dengan bias respons. Selain itu ECR dianggap hasil pengukurannya bertumpu hanya pada *anxious* dan *avoidant*, tidak diantara kedua dimensi tersebut. Akhirnya, pada alat ukur ECR-R dilakukan perbaikan dan tidak hanya terfokus pada *anxious* dan *avoidant* saja, namun juga dapat menunjukkan tipe *attachment* dari gabungan kedua dimensi tersebut.

Peneliti menggunakan ECR-R versi Indonesia yang telah diterjemah dan diuji oleh Suseno (2022) dengan koefisien reliabilitas Alpha Cronbach 0.932 atau sangat tinggi. Masing - masing dimensi memiliki 18 aitem yang mencerminkan dimensi tersebut sehingga total satu skala ECR-R terdiri dari 36 aitem.

1. Kisi-Kisi Instrumen *Insecure Attachment Styles*

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen *Insecure Attachment Styles*

Dimensi	Nomor Item		
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	N
<i>Avoidant attachment</i>	19,21,23,24,25,32	20,22,26,27,28,29,30 ,31,33,34,35,36	18
<i>Anxious attachment</i>	1,2,3,4,5,6,7,8,10,12 ,13,14,15,16,17,18	9,11	18
Jumlah			36

2. Penskoran Instrumen *Insecure Attachment Styles*

Instrumen ULS memiliki empat kategori, yaitu 1 “Tidak Pernah”, 2 “Jarang”. 3 “Kadang - kadang”, dan 4 “Selalu”. Instrumen ULS-3 memiliki item favorable dan unfavorable dengan nilai penskoran sebagai berikut:

Tabel 3.4 Penskoran Instrumen *Insecure Attachment Styles*

Item	Nilai Item						
	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Agak Tidak Setuju	Netral	Agak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6	7
<i>Unfavorable</i>	7	6	5	4	3	2	1

3. Validitas

Pada item *The Experiences in Close Relationship-Revised* (ECR-R) sebanyak 18 item memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* di atas 0,30, sehingga dapat dinyatakan valid dan layak digunakan dalam pengukuran konstruk.

4. Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, instrumen *The Experiences in Close Relationship-Revised* (ECR-R) memiliki reliabilitas Cronbach alpha sebesar 0.877, yang termasuk dalam kategori tinggi atau baik.

3.4.3 Alat Ukur Kepuasan Hubungan RAS (*Relationship Assessment Scale*)

Alat ukur yang akan digunakan untuk mengukur kepuasan hubungan adalah *Relationship Assessment Scale* (RAS) yang dikembangkan oleh Hendrick (1998). RAS dibangun berdasarkan pada komponen - komponen yang umumnya ada dalam hubungan romantis, yaitu cinta, masalah, dan ekspektasi/harapan dan memiliki reliabilitas yang baik yaitu 0,83 (Hendrick, 1988). RAS dipilih karena alat ukur ini mengukur kepuasan hubungan romantis secara umum, tidak spesifik pada hubungan pernikahan.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan RAS versi Indonesia yang telah diterjemah dan diuji oleh Sari (2023) erta telah digunakan dalam penelitian dengan subjek dewasa awal. Instrumen ini terdiri dari tujuh item yang tidak terbagi dalam dimensi-dimensi khusus, namun mencerminkan aspek-aspek umum dalam hubungan secara keseluruhan, seperti cinta, masalah, dan harapan.

1. Kisi-Kisi Instrumen RAS

Berikut kisi kisi instrumen RAS yang terdiri dari tujuh aitem:

Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen RAS

Dimensi	Nomor Item		
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	N
Cinta (<i>love</i>), masalah (<i>problem</i>), harapan (<i>expectation</i>)	1,2,3,4,6	4 dan 7	7
Jumlah			7

2. Penskoran Instrumen Kepuasan Hubungan Romantis

Penskoran alat ukur ini menggunakan skala likert rating antara satu hingga lima, semakin tinggi angka menunjukkan kepuasan hubungan romantis yang semakin tinggi pula. Berikut gambaran tabel penskoran untuk item *favorable* dan *unfavorable*.

Tabel 3.6 Penskoran Instrumen Kepuasan Hubungan Romantis

Jenis Item	Skala Pilihan Jawaban				
	<i>Rendah → Tinggi</i>				
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

3. Validitas

Pada item RAS sebanyak 6 item memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* di atas 0,30, sehingga dapat dinyatakan valid dan layak digunakan dalam pengukuran konstruk.

4. Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, instrumen *Relationship Assessment Scale* (RAS) memiliki reliabilitas Cronbach alpha sebesar 0.829, yang termasuk dalam kategori tinggi atau baik.

3.5 Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis dilakukan untuk mengidentifikasi pengaruh langsung variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y), serta pengaruh tidak langsung X terhadap Y melalui variabel mediator (Z), guna mengevaluasi signifikansi proses mediasi di antara ketiga variabel tersebut. Proses analisis data dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS versi 31.0.

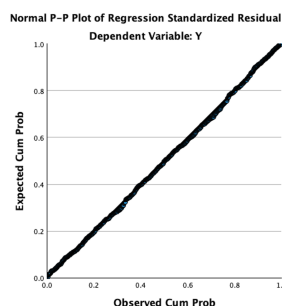
3.5.1 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang dikumpulkan oleh peneliti berdistribusi normal. Jika nilai signifikansi (sig.) yang diperoleh lebih besar dari tingkat signifikansi yang ditentukan ($\alpha = 0,005$), maka data dinyatakan berdistribusi normal. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan IBM SPSS versi 31.0. Hasil dari uji normalitas yang diperoleh peneliti dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.7 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c	0.200

Berdasarkan hasil uji normalitas terhadap 900 partisipan yang dilakukan menggunakan pendekatan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.200 yang lebih besar dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal.



Gambar 3.2 Grafik Persebaran Data

3.5.2 Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antar variabel independen (Ghozali, 2016). Dalam penelitian ini, variabel *insecure attachment styles* dan kepuasan hubungan dianalisis sebagai variabel dependen dalam uji multikolinearitas. Suatu model dikatakan bebas dari multikolinearitas apabila nilai Tolerance lebih dari 0,10 dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) kurang dari 10.

Tabel 3.8 Uji Multikolinearitas

<i>Variables</i>	<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>
<i>Avoidant Attachment Style</i>	0.842	1.188
<i>Anxious Attachment Style</i>	0.521	1.1920
Kepuasan Hubungan	0.480	2.084

Berdasarkan hasil yang didapatkan uji ini, seluruh nilai VIF dan *tolerance* semua variabel lebih besar dari nilai standar minimal uji multikolinearitas yang telah ditetapkan. Sehingga berdasarkan hasil tersebut penelitian ini memenuhi syarat untuk melakukan uji regresi. Tidak adanya multikolinearitas yang signifikan antara variabel, menunjukkan bahwa model regresi baik.

3.5.3 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan varians pada data residual antar pengamatan (Ghozali, 2018). Dalam penelitian ini, pengujian dilakukan menggunakan metode Glejser. Apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan tidak terjadi heteroskedastisitas, dan sebaliknya. Berikut disajikan hasil uji heteroskedastisitas pada penelitian ini:

Tabel 3.9 Uji Heteroskedastisitas

Coefficients	
Model	Sig.
<i>Avoidant Attachment Style</i>	.101
<i>Anxious Attachment Style</i>	.339
Kepuasan Hubungan	.352

Tabel 3.9 menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada instrumen *insecure attachment styles* dan Kepuasan Hubungan karena nilai Sig. > 0.05 pada instrumen tersebut.

3.5.4 Uji Hipotesis

Uji hipotesis penelitian ini menggunakan regresi linear dan uji regresi jalur untuk menentukan nilai signifikansi variabel independen (X1 & X2) terhadap variabel dependen (Y) setelah melewati variabel mediator (Z). Selanjutnya, hipotesis utama diuji dengan menggunakan uji sobel (*sobel test*) untuk menguji hipotesis mediasi dengan rumus berikut:

$$Z = \frac{a.b}{\sqrt{(b^2 \times Sa^2) + (a^2 \times Sb^2)}}$$

Keterangan :

a : Jalur variabel independen (X) dengan variabel mediasi (Z)

b : Jalur variabel mediasi (Z) dengan variabel dependen (Y)

Sa : Standar error koefisien a

Sb : standar error koefisien