

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, dimana pengumpulan datanya dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian yang telah disesuaikan dengan variabel - variabel yang akan diteliti dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya (Sugiyono, 2008:6). Penelitian dengan pendekatan ini menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metoda statistik. Dengan pendekatan kuantitatif akan diperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti (Azwar, 1997:5).

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif dengan teknik studi korelasional (*corelational study*), dimana teknik korelasi ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel X dengan variabel Y dan apabila ada seberapa erat dan seberapa berartinya hubungan tersebut (Arikunto, 1997:51).

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitan adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono,

2008:80). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh istri prajurit TNI Angkatan Udara di Skadron Udara 12 Lanud Pekanbaru yang berjumlah 77 orang

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2008:81). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh anggota populasi.

C. Teknik Sampling dan Kriteria Sampel

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling jenuh, yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2008:85).

Sampel yang dijadikan sumber data dalam penelitian ini berjumlah 77 orang istri prajurit TNI AU Skadron Udara 12 yang suaminya terbagi atas beberapa korps, meliputi penerbang, teknik, perbekalan, elektro. Adapun yang menjadi kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Telah menikah minimal selama 1 tahun, karena selama tahun pertama dan kedua perkawinan pasangan suami istri biasanya harus melakukan penyesuaian utama satu sama lain, dalam proses penyesuaian ini sering timbul ketegangan emosional (Hurlock, 1980:289).
- 2) Suami bertugas di divisi yang berkaitan langsung dengan pesawat tempur milik TNI AU, karena pekerjaan yang memiliki resiko tinggi di TNI AU. adalah pekerjaan yang berkaitan langsung dengan pesawat tempur sebagai alat utama dalam mempertahankan Negara Kesatuan Republik Indonesia.

- 3) Tinggal satu rumah dengan suami, karena istri yang tinggal satu rumah hampir setiap hari bertemu dan berkomunikasi dengan suami, sehingga memahami betul apa yang akan dilakukan suami saat bertugas.

Secara lebih rinci, penyebaran sampel untuk masing-masing korps tersaji pada tabel 3.1 di bawah ini:

Tabel 3.1

Penyebaran Sampel Penelitian Korps	Jumlah sampel
Penerbang	10 orang
Teknik	31 orang
Perbekalan	16 orang
Elektro	20 orang
Jumlah	77 orang

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, untuk kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2008:38). Dalam penelitian ini ada dua variabel yang akan diteliti yaitu variabel kecemasan (variable X) sebagai variabel independen dan variabel penyesuaian diri (Variabel Y) sebagai variabel dependen.

E. Definisi Operasional Variabel

1. Definisi Operasional Kecemasan

a. Definisi Operasional Kecemasan Sesaat

Munculnya perasaan takut, khawatir, gelisah, dan tegang yang terjadi pada istri prajurit TNI AU saat suami diberikan serangkaian tugas militer yang di

amanatkan oleh Negara dengan melihat segala resiko yang ada, yang dapat di ukur dengan alat ukur kecemasan sesaat, melalui kuesioner dengan cara menjumlahkan skor item-item yang mewakili dimensi tertentu berdasarkan hasil jawaban subjek penelitian.

b. Definisi Operasional Kecemasan Dasar

Suatu keadaan yang dinilai mengancam atau membahayakan istri prajurit TNI AU pada umumnya atau biasanya sehingga memunculkan respon dalam bentuk perasaan takut, khawatir, gelisah, dan tegang yang diukur melalui kuesioner dengan cara menjumlahkan skor tiap dimensinya. Skor tiap dimensi diperoleh dengan menjumlahkan skor item-item yang mewakili dimensi tertentu berdasarkan hasil jawaban subjek penelitian.

Dimensi-dimensi yang digunakan untuk kuesioner kecemasan sesaat dan kecemasan dasar dicirikan dengan adanya perasaan takut (*apprehension*), perasaan khawatir (*worry*), perasaan gelisah (*nervousness*), perasaan tegang (*tension*) pada diri individu yang dirumuskan berdasarkan teori Spielberger (1972 : 29):

1) Apprehension

Perilaku menyadari sesuatu, cemas, takut menghadapi masa-masa yang akan datang, keprihatinan, ketakutan, ketidakpastian menghadapi masa yang akan datang.

2) *Worry*

Suatu sikap emosional yang ditandai secara khas oleh kecemasan mengenai akibat dari peristiwa dimasa yang akan datang.

3) *Nervousness*

Suatu keadaan gelisah, resah, dengan emosionalitas yang semakin meninggi dan tanda-tanda yang jelas kelihatan berupa gerakan otot, dan aktivitas berlebihan.

4) *Tension*

a) Secara Psikologis

Suatu keadaan yang tidak seimbang yang terjadi karena adanya beberapa kebutuhan psikologis yang mengarah ke suatu tingkah laku yang cenderung menuntut adanya pemuasan segera.

b) Secara Fisiologis

Suatu reaksi stress yaitu perubahan pada diri individu atau perbuatan yang timbul sebagai akibat dari keberadaannya di bawah stress.

2. Definisi Operasional Penyesuaian Diri

Usaha istri prajurit TNI AU dalam menelaraskan kebutuhan-kebutuhan, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan perasaan frustrasi yang ada dengan tuntutan sebagai istri prajurit TNI AU yang harus siap dengan segala resiko yang akan terjadi dengan pekerjaan suami yang dapat diukur dengan kriteria penyesuaian diri menurut Schneider, melalui kuesioner dengan cara

menjumlahkan skor item-item yang mewakili dimensi tertentu berdasarkan hasil jawaban subjek penelitian. Adapun kriteria khusus dari penyesuaian diri dapat menggambarkan evaluasi yang standar terhadap respon tingkah laku individu secara lebih spesifik dirumuskan berdasarkan teori Schneider (1964 : 73) dengan aspek-aspek sebagai berikut:

- 1) *Self Knowledge dan Insight* (pengetahuan dan pemahaman tentang diri)
Kemampuan untuk mengetahui kelebihan dan keterbatasan diri serta sadar akan keunikan dan motivasi dalam diri.
- 2) *Self Objectivity dan Self Acceptance* (objektifitas diri dan penerimaan diri)
Kemampuan untuk jujur dalam menilai kekurangan diri dan mampu menerima kekurangan diri.
- 3) *Self Control dan Self Development* (pengendalian dan pengembangan diri)
Kemampuan untuk mengendalikan diri pada saat sedih, marah maupun senang serta mampu mengembangkan kemampuan diri.
- 4) *Personal Integration* (integritas diri)
Kemampuan dalam menempatkan diri yang sesuai dengan pikiran, keinginan dan perasaan.
- 5) *Well Define Goals dan Goals Direction* (tujuan yang direncanakan dengan baik dan terarah)
Kemampuan untuk menentukan tujuan dan mengarahkan hidup dalam upaya mencapai tujuan yang telah ditentukan.
- 6) *Adequate Perspective, Scale of Values, Philosophy of Life* (wawasan, ukuran dan nilai-nilai, filosofi kehidupan yang adekuat)

Keselarasan nilai, patokan dalam filosofi kehidupan dengan kehidupan yang dijalani.

7) *Sense of Humor* (rasa humor)

Kemampuan menyukai rasa humor dalam relasi sosial.

8) *Sense of Responsibility* (rasa tanggung jawab)

Kemampuan menerima tanggung jawab yang dibebankan dalam melakukan aktifitas.

9) *Maturity of Respon* (respon yang matang)

Kemampuan untuk menerima respon yang matang serta memberikan tanggapan terhadap respon-respon yang diterima.

10) *Development of Worth-While Habits* (pengembangan kebiasaan yang bermanfaat)

Kemampuan untuk mengembangkan kebiasaan yang bermanfaat.

11) *Adaptability* (kemampuan beradaptasi)

Kemampuan untuk menyesuaikan diri dalam melakukan kegiatan-kegiatan bersama dengan lingkungan sosialnya.

12) *Freedom from Disabling or Symptomatic Respon* (bebas dari ketidakmampuan dan bebas dari menunjukkan gejala tertentu)

Ketidakmampuan dalam menghadapi sesuatu, merupakan salah satu arti penting dalam menilai kemampuan penyesuaian diri seseorang.

13) *Ability to Get Along With and Take an Active Interest in Other People*

(kemampuan untuk hidup bersama dan mengarahkan minat aktif terhadap orang lain)

Kemampuan dalam menjalin hubungan dengan lingkungan sosial dalam mengikuti kegiatan serta mampu mengarahkan minat dalam kegiatan bersama dengan lingkungan sosial.

14) *Wide Range of Interest in Work and Play* (keluasan minat dalam belajar dan bermain)

Kemampuan mengembangkan minat dalam melakukan kegiatan serta dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan.

15) *Satisfaction in Work n Play* (kepuasan dalam belajar dan bermain)

Kemampuan dalam mencapai kepuasan dalam melakukan setiap kegiatan dan pencapaian kepuasan dalam penyelesaian tugas-tugas yang diberikan.

16) *Adequate Orientation to Reality* (orientasi yang adekuat terhadap realitas)

Kemampuan untuk menyelaraskan pandangan kedepan dengan realitas yang ada.

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen berupa kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2008 : 142). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yakni kecemasan dan penyesuaian diri. Variabel kecemasan sendiri mempunyai dua bentuk kuesioner, yaitu kuesioner untuk kecemasan sesaat dan kuesioner untuk kecemasan dasar. Oleh karena itu dalam penelitian ini, terdapat tiga kuesioner.

1. Instrumen Kecemasan

Instrumen untuk mengukur kecemasan diadaptasi dari alat ukur *State-trait Anxiety Inventori (STAI)* dari Charles D. Spielberger dan Richard L. Goursuch, 1966 (Eka Purboningsih, 2004). Alat ukur ini terbagi menjadi dua, yaitu:

1) *A-State Scale* atau skala kecemasan sesaat

Berisi pernyataan yang menggambarkan bagaimana keadaan diri individu pada saat-saat tertentu atau pada situasi tertentu. Instrumen ini terdiri dari 41 item.

2) *A-trait Scale* atau skala kecemasan dasar

Berisi pernyataan yang menggambarkan bagaimana keadaan diri individu pada umumnya atau biasanya. Instrumen ini terdiri dari 26 item.

Table 3.2
Kisi-kisi Instrumen Kecemasan

DIMENSI	SUB DIMENSI	INDIKATOR	NO ITEM			
			Kecemasan Sesaat		Kecemasan Dasar	
			+	-	+	-
1. Ketakutan	a. Takut	• Individu takut menghadapi suatu kejadian	1,4,8	11	1	-
	b. Perasaan tidak pasti	• Individu merasa tidak pasti dalam menghadapi suatu kejadian	15	3	23	-
	c. Prihatin	• Individu merasa prihatin akan suatu keadaan	2	10	8,16	24
	d. Perasaan akan terjadi sesuatu	• Individu merasa bahwa suatu kejadian akan terjadi dengan tidak menyenangkan	6, 19	17	5	2
2. Khawatir	a. Khawatir	• Individu mengalami	13, 14	9	6	4

		kekhawatiran akan suatu kejadian dikemudian hari khususnya pada akibat yang ditimbulkan				
	b. Perasaan tidak mampu	• Individu merasa dirinya tidak mampu menghadapi akibat dari suatu kejadian dikemudian hari	7	16	7	9
	c. Memikirkan yang belum terjadi	• Individu memikirkan akibat dari suatu kejadian secara terus menerus, sehingga pikirannya terbebani	23, 26	5	3, 18	10
3. Gelisah	a. Rasa gelisah	• Individu merasa gelisah	18	20	19	17
	b. Rasa ingin menangis	• Individu merasa seperti ingin menangis	21	41	14	-
	c. Gerakan berlebihan	• Individu melakukan gerakan-gerakan yang berlebihan	24, 25, 29, 31	34	12, 21	-
	d. Sensitif	• Individu merasa lebih sensitif terhadap keadaan	27, 30	36	20	22
4. Tegang	a. Perasaan tegang	• Individu mengalami perasaan penuh ketegangan	38	32	13	-
	b. Peningkatan denyut jantung	• Individu mengalami peningkatan denyut jantung	39	33	11	-
	c. Frekuensi buang air kecil meningkat	• Individu mengalami peningkatan frekuensi buang air kecil	28	35	25	-
	d. Tubuh dingin di bagian tertentu	• Individu mengalami kedinginan di bagian tubuh tertentu	37	-	15	-
	e. insomnia	• Individu mengalami insomnia	12, 40	22	26	-

Instrumen ini diberikan kepada sampel penelitian yang telah diberi instruksi sebelumnya. Instrumen tersebut memiliki empat alternatif jawaban untuk kecemasan sesaat dan dua alternatif jawaban untuk kecemasan dasar, yaitu:

Kecemasan Sesaat		Kecemasan Dasar	
Selalu	SL	YA	
Sering	S	TIDAK	
Kadang-kadang	KK		
Tidak pernah	TP		

Masing-masing jawaban tersebut memiliki nilai sendiri-sendiri yang disesuaikan dengan pilihan alternatif jawaban yang bergerak dari satu sampai empat untuk kecemasan sesaat dan nol sampai satu untuk kecemasan dasar. Sifat item-item dalam angket tersebut dibuat bervariasi, mulai dari yang bersifat favourable sampai dengan yang bersifat unfavourable. Berikut ialah masing-masing nilai untuk alternatif-alternatif jawaban tersebut.

Item Kecemasan Sesaat	Nilai	
	Favourable	Unfavourable
Selalu	4	1
Sering	3	2
Kadang-kadang	2	3
Tidak pernah	1	4

Item Kecemasan Dasar	Nilai	
	Favourable	Unfavourable
Ya	1	0
Tidak	0	1

2. Instrumen Penyesuaian Diri

Instrumen untuk mengukur penyesuaian diri adalah berupa kuesioner yang diturunkan dari teori Schneider yang terdiri dari 43 item. Kisi-kisi instrumen secara lebih rinci akan dipaparkan dalam table 3.3 dibawah ini:

Table 3.3
Kisi-kisi Instrumen Penyesuaian Diri

DIMENSI	SUB DIMENSI	INDIKATOR	NO ITEM	
			+	-
1. <i>Self Knowledge dan Insight</i>	a. Pengetahuan diri	• Individu mengetahui kemampuan dan keterbatasan yang dimiliki	1	-
	b. Pemahaman diri	• Individu memiliki kesadaran terhadap motivasi, keunikan diri, serta tingkah laku	2, 10	4
2. <i>Self Objectivity dan Self Acceptance</i>	a. Objektivitas diri	• Individu bersikap objektif akan kekurangan diri	5	3
	b. Penerimaan diri	• Individu memiliki penerimaan dan penghargaan terhadap diri	13	8
3. <i>Self Control dan Self Development</i>	a. Pengendalian diri	• Individu memiliki kemampuan mengarahkan emosi, sikap, dan tingkah laku	16	6
	b. Pengembangan diri	• Kematangan individu dalam berfikir dan	25	28

		bertingkah laku		
4. <i>Personal Integration</i>		<ul style="list-style-type: none"> Individu dapat menggunakan seluruh kemampuannya dalam menghadapi permasalahan sehari-hari 	12	14
5. <i>Well Define Goals dan Goals Diretion</i>		<ul style="list-style-type: none"> Individu memiliki tujuan hidup 	23	
		<ul style="list-style-type: none"> Individu memiliki usaha untuk mengarahkan tujuannya agar berjalan dengan baik 	21	7
6. <i>Adequate Perspektive, Scale of Values, Philosophy of Life</i>		<ul style="list-style-type: none"> Individu memiliki wawasan dan nilai-nilai kehidupan 	19	9
7. <i>Sense of Humor</i>		<ul style="list-style-type: none"> Memiliki selera humor yang sehat. 	24	26
8. <i>Sense of Responsibility</i>		<ul style="list-style-type: none"> Individu dapat memahami dan menerima tanggung jawabnya 	11	18
9. <i>Maturity of Respon</i>		<ul style="list-style-type: none"> Individu memiliki kematangan respon secara emosi, moral, social, dan spiritual 	22	17
10. <i>Development of Worth-While Habits</i>		<ul style="list-style-type: none"> Individu dapat memberikan respon yang efektif terhadap persoalan yang dihadapi 	15	36
11. <i>Adaptability</i>		<ul style="list-style-type: none"> Fleksibilitas dalam menyelesaikan permasalahan 	32	35
12. <i>Freedom from Disabling or Symptomatic Respon</i>		<ul style="list-style-type: none"> Tidak adanya respon atau tingkah laku yang menyimpang 	31	40
13. <i>Ability to Get Along With</i>		<ul style="list-style-type: none"> Individu memiliki kemampuan dalam 	38	30

<i>and Take an Active Interest in Other People</i>		menjalin pertemanan, menghargai hak dan pendapat orang lain		
14. <i>Wide Range of Interest in Work and Play</i>	a. Minat terhadap pekerjaan	• Adanya keluasan minat dalam pekerjaan.	27	33
	b. Minat terhadap rekreasi	• Individu memiliki minat untuk bermain atau berekreasi	39	42
15. <i>Satisfaction in Work n Play</i>	a. Kepuasan dalam pekerjaan	• Adanya kepuasan dari aktifitas pekerjaan.	37	41
	b. Kepuasan dalam bermain	• Adanya kepuasan dari aktifitas bermain atau berekreasi	34	43
16. <i>Adequate Orientation to Reality</i>		• Kemampuan individu menerima realitas hidup daripada harapan dan ketakutan terhadap sesuatu yang mungkin terjadi	20	29

Instrumen ini diberikan kepada sampel penelitian yang telah diberi instruksi sebelumnya. Instrumen tersebut memiliki empat alternatif jawaban, yaitu:

Selalu	SL
Sering	S
Kadang-kadang	KK
Tidak pernah	TP

Masing-masing jawaban tersebut memiliki nilai sendiri-sendiri yang disesuaikan dengan pilihan alternatif jawaban yang bergerak dari satu sampai empat. Sifat item-item dalam angket tersebut dibuat bervariasi, mulai dari yang

bersifat favourable sampai dengan yang bersifat unfavourable. Berikut ialah masing-masing nilai untuk alternatif-alternatif jawaban tersebut.

Item Favourable	Nilai	Item Unfavourable	Nilai
Selalu	4	Selalu	1
Sering	3	Sering	2
Kadang-kadang	2	Kadang-kadang	3
Tidak pernah	1	Tidak pernah	4

G. Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen dilakukan untuk mengukur sejauh mana instrumen penelitian dapat mengungkap dengan tepat gejala-gejala yang akan diukur dan sejauh mana instrumen tersebut dapat menunjukkan dengan sebenarnya gejala yang akan diukur, baik untuk instrumen penyesuaian diri maupun untuk instrumen kecemasan.

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan dari suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat (Arikunto, 1997:56). Uji validitas instrumen dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh instrumen penelitian mampu mencerminkan isi sesuai dengan hal dan sifat yang diukur. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menguji validitas isi. Pengujian validitas isi dalam penelitian ini dilakukan oleh empat profesional judgement, yang meliputi dosen Statistik, dosen Psikologi

Sosial, dan dosen Psikologi Klinis. Pada penelitian ini tidak dilakukan uji coba instrumen terlebih dahulu dikarenakan keterbatasan waktu yang ada. Akan tetapi tetap dilakukan uji validitas konstruk, pengujian validitas konstruk ini dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor setiap item dengan skor total item dengan menggunakan korelasi *product moment* dan perhitungannya dilakukan dengan menggunakan *software* SPSS versi 16.0. Adapun rumus korelasi *product moment* (Arikunto, 1997 : 186) yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$r_p = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

r_p : Koefisien korelasi *product moment*

N : Jumlah responden

X : Skor rata-rata dari X

Y : Skor rata-rata dari Y

Suatu item dikatakan valid jika memiliki koefisien korelasi $r \geq 0,30$. Jika jumlah item yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria koefisien korelasi dari 0,30 menjadi 0,25 sehingga jumlah item yang diinginkan dapat dicapai (Azwar, 2007:65).

1) Validitas Instrumen Kecemasan

Berdasarkan perhitungan uji validitas yang telah dilakukan terhadap 41 item dalam instrumen kecemasan sesaat (*State Anxiety*) dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 16.0. diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa hanya 34 item saja yang valid. Secara lebih rinci item-item tersebut dapat dilihat dalam tabel 3.4. di bawah ini:

Tabel 3.4
Hasil Uji Validitas Instrumen kecemasan Sesaat (*State Anxiety*)

No. Item Valid	No. Item Tidak Valid
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 34, 35, 37, 38, 39, 40, 41	17, 19, 22, 30, 32, 33, 35
$\Sigma = 34$ item	$\Sigma = 7$ item

Berdasarkan perhitungan uji validitas yang telah dilakukan terhadap 26 item dalam instrumen kecemasan dasar (*Trait Anxiety*) dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 16.0. diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa hanya 24 item saja yang valid. Secara lebih rinci item-item tersebut dapat dilihat dalam tabel 3.5. di bawah ini:

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Instrumen Kecemasan Dasar (*Trait Anxiety*)

No. Item Valid	No. Item Tidak Valid
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 24, 26	12, 25
$\Sigma = 24$ item	$\Sigma = 2$ item

2) Validitas Instrumen Penyesuaian Diri

Berdasarkan perhitungan uji validitas yang telah dilakukan terhadap 43 item dalam instrumen penyesuaian diri dengan menggunakan bantuan *software*

SPSS versi 16.0. diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa hanya 22 item saja yang valid. Secara lebih rinci item-item tersebut dapat dilihat dalam tabel 3.6. di bawah ini:

Tabel 3.6
Hasil Uji Validitas Instrumen Penyesuaian Diri

No. Item Valid	No. Item Tidak Valid
2, 4, 6, 7, 8, 9, 12, 14, 16, 17, 18, 21, 24, 25, 27, 28, 29, 32, 33, 35, 36, 43	1, 3, 5, 10, 11, 13, 15, 19, 20, 22, 23, 26, 30, 31, 34, 37, 38, 39, 40, 41, 42
$\Sigma = 22$ item	$\Sigma = 21$ item

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah indeks yang menunjukkan sejauh mana instrumen dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Suatu instrumen dapat dikatakan reliabel jika instrumen tersebut dapat dipakai dua kali atau lebih untuk mengukur gejala yang sama dengan hasil pengukuran yang relatif konstan (Arikunto, 1997:64). Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* yang dihitung dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 16.0. Adapun rumus *Alpha Cronbach* adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right]$$

r_{11} : Reliabilitas instrumen

k : Banyak soal

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah Varians butir

σ_1^2 : Varians total

1) Reliabilitas Instrumen Kecemasan

a. Instrumen Kecemasan Sesaat (*State Anxiety*)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.929	.928	41

Berdasarkan tabel diatas, reliabilitas kecemasan sesaat adalah 0.929. Hal tersebut menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian.

b. Instrumen Kecemasan Dasar (*Trait Anxiety*)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.919	.927	24

Berdasarkan tabel diatas, reliabilitas kecemasan dasar adalah 0.919. Hal tersebut menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian.

2) Reliabilitas Instrumen Penyesuaian Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.813	.818	43

Berdasarkan tabel diatas, reliabilitas penyesuaian diri adalah 0.813. Hal tersebut menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian.

H. Prosedur Penelitian

Prosedur pelaksanaan dalam penelitian ini mencakup beberapa langkah kegiatan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
 - a. Menentukan variable-variabel yang akan diteliti
 - b. Melakukan studi kepustakaan untuk mendapatkan gambaran tentang variable yang akan diteliti
 - c. Menyusun dan mengajukan proposal penelitian
 - d. Mengurus surat permohonan izin penelitian dari fakultas untuk melaksanakan penelitian di Skadron Udara 12 Lanud Pekanbaru

2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Menemui ketua PIA Ardhya Garini Skadron Udara 12 Lanud Pekanbaru untuk meminta izin pengambilan data
 - b. Menyebarkan angket kecemasan dan penyesuaian diri kepada isteri-isteri prajurit TNI AU di Skadron Udara 12 Lanud Pekanbaru
3. Tahap Pengolahan data
 - a. Verifikasi data dilakukan dengan tujuan untuk mengecek kelengkapan jumlah angket yang terkumpul. Setelah semuanya lengkap kemudian dilakukan pengolahan data
 - b. Tabulasi data, dimana peneliti merekap semua data mentah yang diperoleh memakai bantuan *Microsoft Excel*, kemudian mengolah data tersebut dengan menggunakan bantuan *software SPSS* versi 16.0
 - c. Kategorisasi data, dimana peneliti membuat kategori pada setiap variable untuk melihat tinggi atau rendahnya data yang di dapat
 - d. Membahas hasil penelitian
 - e. Membuat kesimpulan

I. Teknik Analisis Data

Untuk mendeskripsikan variable yang diteliti, digunakan distribusi frekuensi untuk mengetahui frekuensi data, mean, median, kuartil, persentil, standar deviasi. Selanjutnya setiap variabel di kategorikan dalam kategori rendah dan tinggi. Distribusi frekuensi ini akan dilakukan menggunakan bantuan *software SPSS* versi 16.0.

Untuk menganalisis hipotesis penelitian dilakukan uji korelasi. Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa data nominal dan ordinal. Sehingga dapat dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi *Rank Spearman*. Uji korelasi *Rank Spearman* ini akan dilakukan dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 16.0. Ada pun rumus dari teknik korelasi *Rank Spearman* adalah sebagai berikut:

$$r_s = \frac{\sum x^2 + \sum y^2 - \sum d^2}{2\sqrt{\sum x^2 \sum y^2}}$$

$$\sum x^2 = \frac{N^3 - N - T_x}{12}$$

$$T_x = \sum_{j=1}^9 (t_j^3 - t_j)$$

$$\sum y^2 = \frac{N^3 - N - T_y}{12}$$

$$T_y = \sum_{j=1}^9 (t_j^3 - t_j)$$

t = rank kembar

T_x = Jumlah rank kembar pada variabel X

T_y = Jumlah rank kembar pada variabel Y (Siegel & Castellan, 1988: 239)