

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *Quasi* eksperimen. *Quasi* eksperimen merupakan penelitian yang bisa dilakukan di luar laboratorium atau bisa disebut penelitian lapangan (Cohen dkk, 2011:322). *Quasi* eksperimen melibatkan prosedur yang sama dengan prosedur eksperimen yang sesungguhnya. Pendekatan ini menyangkup jenis intervensi atau *treatment* tertentu, dan menyajikan perbandingan. *Quasi* eksperimen sangat direkomendasikan bagi penelitian yang tidak memungkinkan adanya eksperimen sesungguhnya. *Quasi* eksperimen merupakan sebuah alternatif penelitian, ia juga tidak memiliki derajat kontrol yang sama dengan eksperimen sesungguhnya. Penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest*, dimana skor *pretest* akan diambil sebelum melakukan *treatment*, dan skor *posttest* akan diambil setelah melakukan *treatment*, dengan ini peneliti dapat mengklaim pengaruh *treatment* tersebut. *Quasi* eksperimen akan meneliti tentang efektivitas *treatment* yang memiliki banyak komponen, kemudian dilanjutkan dengan komponen yang kritis bagi tercapainya pengaruh *treatment* tersebut (Shaughnessy dkk, 2012:303-305). *One-group pretest-posttest design* akan mendeskripsikan secara rinci tentang pengaruh pelatihan regulasi emosi terhadap *quality of life* yang ujikan kepada objek.

3.2. Variabel Penelitian

Penelitian ini mempunyai variabel meliputi variabel *independent* (bebas) yang mempengaruhi (X) dan variabel *dependent* (terikat) yang terpengaruhi (Y) (Ismail, 2015: 64-66). Variabel bebas pada penelitian ini ialah pelatihan regulasi emosi, sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah *quality of life*.

3.3. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *one-group pretest-posttest*, dimana penelitian ini ada mengukur skala sebelum pelatihan regulasi emosi, saat dilakukan pelatihan regulasi emosi dan sesudah pelatihan regulasi emosi.

Pretest(A)	Perlakuan(B)	Posttest(C)
Skala Quality Of Life	Pelatihan Regulasi Emosi	Skala Quality Of Life

3.4. Populasi Dan Sampel

Penelitian ini akan dilakukan di wilayah yang mempunyai kriteria sebagai berikut:

1. Lokasi penelitian terletak di Provinsi D.I.Yogyakarta
2. Mempunyai angka perceraian yang tinggi di Provinsi D.I.Yogyakarta
3. Mempunyai jumlah pasangan menikah muda yang tinggi di Provinsi D.I.Yogyakarta.

Berdasarkan kriteria yang telah disebutkan dan menurut informasi yang ada baik secara data Badan Statistik maupun informasi masyarakat, maka dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian ini akan dilakukan di lingkungan kabupaten Bantul, Yogyakarta. Karena Kabupaten Bantul mempunyai angka pernikahan dini yang tergolong tinggi.

Penentuan subjek dalam penelitian akan dilakukan secara *purposive sampling* (sampling purposif), yaitu seleksi berdasarkan kriteria tertentu sesuai yang dikehendaki. Dalam prakteknya peneliti akan meminta data pernikahan ke KUA (kantor urusan agama). Setelah itu peneliti akan memilih orang yang akan dijadikan subjek. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah:

1. Menikah dibawah umur 21 tahun
2. Memiliki usia pernikahan 0 sampai 5 tahun
3. Berdomisili di Bantul, Yogyakarta

Setelah mendapatkan data yang sesuai dengan kriteria yang diperlukan, peneliti akan menyebarkan skala kepada 30 orang sebagai uji validitas skala. Setelah skala valid, peneliti akan menyebarkan skala kepada 24 orang yang nantinya kan dipilih untuk terlibat sebagai subjek penelitian.

3.5. Definisi Operasional Variabel

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang harus dioperasionalkan, yaitu regulasi emosi dan *quality of life*. Adapun regulasi emosi mempunyai indikator yaitu: *cognition* (kognitif), *mood* (suasana hati), *behavior* (perilaku), *health* (kesehatan), dan *social relation* (hubungan sosial). Adapun *quality of life* mempunyai indikator yaitu: kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.

3.6. Instrumen Penelitian

Sebelum peneliti memberikan skala kepada sampel penelitian, peneliti akan membuat *blueprint* skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini disusun oleh peneliti berdasarkan instrument WHOQOL (*The World Health Organization Quality Of Life*) dan dikembangkan sendiri oleh peneliti. Peneliti menggunakan *instrumet*

quality of life oleh manusia WHOQOL- BREF (*The World Health Organization Quality Of Life*). untuk menjadi pedoman penyusunan *blueprint*. *Instrument quality of life* WHOQOL- BREF (*The World Health Organization Quality Of Life*) merupakan pengembangan dari instrument WHO-100. *Quality of life* secara umum dipengaruhi oleh fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan hidup. Skala *quality of life* dari WHOQOL- BREF (*The World Health Organization Quality Of Life*) merupakan skala yang paling akurat untuk mengukur *quality of life* seseorang (Rapley, 2003:233-240). *Blueprint* skala terdiri dari 56 pernyataan dengan 28 *favorable* dan 28 *unfavorable*. Jumlah tersebut berasal dari 4 aspek, dalam satu aspek terdapat 7 pernyataan *favorable* dan 7 pernyataan *unfavorable*. *Blueprint* skala terdiri berbobot 25% pada setiap aspeknya. Adapun *blueprint quality of life* dapat dilihat dari table 2 berikut:

Table. 3.1
Blueprint skala *quality of life*

Aspek	Sub aspek	Indikator	Item		Jumlah	Bobot
			favorable	unfavorable		
Fisik	Kesehatan fisik	Aktivitas hidup sehari-hari, bebas dari ketergantungan obat dan medis, berenergi dan tidak mudah lelah, mobilitas yang tinggi, rasa sakit dan ketidaknyamanan, tidur dan istirahat, kapasitas bekerja dalam sehari.	1,9,17,25,33,41,49	5,13,21,29,37,45,53	14	25%
Psikologi	Kesehatan psikologis	Penampilan tubuh, pikiran negatif, pikiran	2,10,18,26,34,42,50	6,14,22,30,38,46,54	14	25%

		positif, harga diri, spiritual individu, cara berpikir, belajar, kekuatan memory dan konsentrasi				
Hubungan sosial		Hubungan dengan pasangan, dukungan sosial, aktifitas seksual, hubungan tetangga, hubungan dengan orang tua, hubungan dengan saudara, hubungan dengan teman	3,11,19, 27,35,43, 51	7,15,23,31, 39,47,55	14	25%
Lingkungan hidup	lingkungan sosial	Sumber keuangan, kebebasan, kepedulian sosial, lingkungan rumah, kemudahan mendapatkan informasi dan menyalurkan bakat, kesempatan untuk berekreasi, lingkungan yang bising, transportasi.	4,12,20, 28,36,44, 52	8,16,24,32, 40,48,56	14	25%
Jumlah					56	100%

Skala diatas akan digunakan untuk mendapatkan data mengenai *quality of life*.

Objek akan menilai skala yang diberikan oleh peneliti. Penilaian tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Jawaban sangat setuju (SS)
2. Jawaban setuju (S)
3. Jawaban tidak setuju (TS)

4. Jawaban sangat tidak setuju (STS)

3.7. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data ialah cara yang digunakan oleh seorang peneliti untuk memperoleh data yang diinginkan (Ismail, 2015: 73). Penelitian ini akan menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala, wawancara, dan dokumentasi.

1. Skala

Dalam sebuah penelitian kuantitatif dibutuhkan suatu alat yang dinamakan skala untuk mengukur data. Ada empat macam skala antara lain, skala *nominal*, skala *ordinal*, skala *interval* dan skala *ratio*. Skala *nominal* digunakan untuk membedakan jenis dan untuk mendapatkan data dimana subjek menggunakan angka dalam mengutarakan pendapatnya. Skala *ordinal* merupakan skala yang digunakan membedakan kategori berdasarkan tingkatan urutan dan untuk mendapatkan data dimana subjek mengutarakan pendapatnya dengan jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Sedangkan skala *interval* ialah skala yang digunakan untuk mengukur jarak, skala ini tidak memiliki angka nol. Skala ini jarang digunakan. Dan terakhir skala *ratio* merupakan gabungan dari tiga skala sebelumnya. Skala ini berbeda dengan skala *interval*, skala ini memiliki nilai yang mutlak. Data skala *ratio* biasanya menggunakan statistik yang lebih kuat dibandingkan skala *nominal* dan *ordinal* (Cohen dkk, 2011:604-606).

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan skala *ordinal* untuk mendapatkan data dari subjek. Skala *ordinal* dipilih untuk membantu peneliti agar mendapatkan jawaban suatu pernyataan dengan jelas dari subjek.

2. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu cara yang bisa digunakan untuk mendapatkan sebuah data dari sampel penelitian. Dalam teknik ini peneliti berperan sebagai pewawancara dan objek sebagai informan. Peneliti akan menggunakan jenis wawancara bebas terpimpin, dimana objek bisa menjawab bebas pertanyaan yang diajukan dari pewawancara namun masih dalam kendali sesuai dengan pedoman wawancara yang ada (Cohen dkk, 2011:75-76).

3. Dokumentasi

Teknik ini akan membantu peneliti untuk mendapatkan data dengan nilai sejarah, seperti letak geografis lokasi penelitian, data pernikahan dini kabupaten bantul, dan pemilihan objek sesuai yang diinginkan oleh peneliti (Ismail, 2015: 78).

3.8. Validitas Dan Reliabilitas Data

Penelitian kuantitatif dikatakan valid apabila *instrument* yang digunakan untuk mendapatkan data lolos uji validitas dan reliabilitas. Dengan demikian *instrument* harus diuji terlebih dahulu sebelum digunakan untuk mengambil data (Sugiyono, 2010: 363-366). Untuk menguji validitas *instrument* penelitian ada beberapa hal yang harus diperhatikan, antara lain: alat ukur peneliti yang berupa skala dapat menunjukkan keshahihan gejala yang akan diteliti, ketepatan dan kecermatan. *Instrument* juga harus tepat mengenai objek penelitian. Terdapat dua jenis dalam validitas, yaitu validitas eksternal dan validitas internal. Validitas eksternal adalah penentuan valid tidaknya sebuah instrument berdasarkan ahli dalam bidang tema penelitian yang akan diteliti. Sedangkan validitas internal adalah penentuan valid tidaknya *instrument* berdasarkan sampel penelitian. *Instrument* akan diujikan terlebih

dahulu kepada objek penelitian, lalu mengujinya dengan analisis statistik dan dilakukan analisis korelasi (Ismail, 2015: 81-82).

Sedangkan reabilitas merupakan uji coba alat ukur dengan perhitungan yang menunjukkan korelasi antara *instrument* dan objek penelitian tidak berubah-ubah. Reabilitas harus dilakukan berkali-kali untuk mendapatkan data yang koefisien korelasi dari hasil pengukuran pertama dan hasil pengukuran selanjutnya. Pengukuran instrumen berulang-ulang kepada sampel yang sama akan membuat data yang dihasilkan menjadi konsisten hasilnya dan riabel (Ismail, 2015:82)

3.9. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui apakah ada peningkatan *quality of life* pasangan menikah muda setelah diberikan pelatihan regulasi emosi, maka penelitian ini menggunakan uji non parametrik untuk menganalisis data yang didapat. Penelitian ini menggunakan uji non parametrik karena sampel penelitian yang berukuran kecil. Uji non parametrik ini digunakan untuk penelitian yang bersifat rangking pada penelitian kualitatif dan kuantitatif yang tidak berdistribusi normal. Dengan uji ini juga kita akan menguji populasi tanpa menggunakan spesifik parameter. Untuk analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini antara lain dengan menggunakan uji *Willcoxon*, uji *Mann-Whitney*, dan analisis kualitatif wawancara.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah uji *Willcoxon*, yaitu pengujian non parametrik untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan regulasi emosi dengan sampel dependen. Uji non parametrik ini digunakan untuk melihat perbedaan *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Uji ini juga berfungsi untuk melihat seberapa efektifnya pelatihan

regulasi emosi dalam meningkatkan *quality of life* pasangan yang menikah muda
Dalam menghitung perhitungan statistik ini akan digunakan program SPSS Vol.20
for windows (Aliyati, 2013:10).

Selain itu juga ada uji *Mann-Whitney*, yaitu pengujian non parametrik dari dua kumpulan data yang berasal dari data independen. Uji *Mann-Whitney* bukan hanya untuk menguji perbedaan mean yang ada dalam dua kelompok, tetapi juga untuk menguji median yang ada dalam dua kelompok, jika ada perbedaan didalamnya. Sama dengan uji *willcoxon*, uji *Mann-Whitney* juga menampilkan ranking dari hasil peringkat seluruh nilai yang berasal dari dua kelompok (Cohen dkk, 2011: 655-658).