

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimental semu (*quasi-experimental research*) yaitu penelitian yang berusaha untuk mengungkap keterkaitan, keterhubungan antara kelompok eksperimental dalam hal kondisi, perilaku, dan sikap dari kelompok eksperimental tersebut.¹

penelitian eksperimen ini menggunakan rancangan eksperimen *one Group Pretest-Posttest Design* yaitu terdapat satu kelompok subjek yang diberikan pengukuran lalu diberikan perlakuan tertentu dalam jangka waktu tertentu, lalu dilakukan pengukuran kembali untuk melihat adakah pengaruh perlakuan tersebut terhadap subjek eksperimen.²

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Kecamatan Kasihan Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

¹ Sumadyi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta : CV Rajawali, 1983), hal : 32

² Sumadyi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta : CV Rajawali, 1983), hal : 45

C. Variabel dan Definisi Operasional

a. Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini terbagi dua yaitu Regulasi Emosi sebagai variabel independen, dan Perilaku Agresif sebagai variabel dependen.

b. Definisi Operasional

Bertujuan untuk menghindari kesalahpahaman dalam menjelaskan suatu variabel secara gamblang agar variabel penelitian dapat diukur secara tepat.

1) Regulasi Emosi

Regulasi emosi ialah kemampuan seseorang untuk mengendalikan, mengontrol emosi-emosi yang ada di dalam dirinya agar tidak merugikan, merusak dirinya sendiri dan orang-orang yang ada di sekitarnya.

Strategi Regulasi Emosi menurut Gross ialah :

i. Strategies to emotion regulation

Menjalani hubungan rumah tangga dalam emosi dan keinginan yang masih menggebu-gebu sehingga pertikaian terjadi. Keyakinan yang mendalam dan percaya bahwa setiap masalah bisa untuk diselesaikan, inilah yang dimaksud dengan strategi dalam mengelola emosi.

ii. Engaging in goal directed behavior

Begitu banyak rintangan dan tantangan seperti cibiran orang, dan hal lainnya, maka sepasang suami istri harus mampu untuk tidak mudah terpengaruh oleh emosi dan perasaan-perasaan tersebut.

iii. Control emotional responses (impulse)

Kemampuan individu untuk mampu mengendalikan emosi yang mdatang kepadanya dengan tidak melakukan hal-hal yang berlebihan dan merugikan dirinya dan orang lain

iv. Acceptance of emotional response (acceptance)

Mampu menerima dengan lapang dada suatu kejadian yang menimbulkan emosi tertentu dan mau untuk berbagi dan menyebarkan emosinya tersebut kepada orang terdekatnya, tanpa harus merasa malu.

2) Perilaku Agresif

Perilaku Agresif ialah perilaku yang dilakukan secara nyata dan aktual yang memberikan dampak buruk baik secara fisik, psikis, sosial, harga diri, atau lingkungan sekitar.³ perilaku agresif juga ialah perilaku penyerangan secara fisik maupun non fisik yang mengakibatkan kerugian pada korban aggressor.⁴

³ Syamsul Bahri Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2010), hal : 212

⁴ Ibid.

Aspek-aspek perilaku agresif menurut Buss dan Perry ialah :

- a) Agresi fisik (*Physical Aggression*) adalah bentuk penyerangan secara terbuka dan terjadi kontak fisik kepada korban dengan tujuan melukai dan menyakiti lawan, atau bahkan membunuh seseorang.
- b) Agresi Verbal (*Verbal Aggression*) adalah menyerang seseorang dengan kata-kata yang tidak pantas, mencela, merendahkan martabat seseorang, fitnah, dan hal yang tidak menyenangkan lainnya.
- c) Kemarahan (*anger*) adalah bentuk agresi tidak langsung dengan menunjukkan rasa benci, dengki kepada seseorang karena sesuatu hal.
- d) Permusuhan (*Hostility*) komponen kognitif yang terdiri atas perasaan ingin menyakiti seseorang dan merasa tidak mendapatkan keadilan.⁵

D. Populasi dan Sampel

Populasi ialah wilayah yang terdiri atas : objek dan subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sebagai bahan penelitian.⁶

⁵ Arnold H Buss, Mark Perry, *Personality Processes and Individual Differences The Aggression Questionnaire*, Journal of personality and social psychology, Volume 63 No 3, 1992, hal : 452

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung :Alfabeta,2015), hal:80

Populasi pada penelitian ini ialah pasangan suami-istri usia 18-21 tahun yang berdomisili di Kecamatan Kasihan.

karakteristik sampel pada penelitian ini ialah :

1. Pasangan suami-istri dengan rentang usia 18-21 tahun (kedua-duanya)
2. Usia pernikahan dengan rentang 0-5 tahun pernikahan
3. Berdomisili di sekitar Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul, terutama yang berdekatan dengan kampus Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

E. Teknik Pengumpul Data

Dalam penelitian ini, melakukan pengumpulan data dengan menyebarkan skala yang wajib untuk diisi oleh responden penelitian, hal ini untuk mendapatkan data yang dibutuhkan.

skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala perilaku agresif berdasarkan teori Buss dan Perry (1992). Berikut penilaiannya.

- 4 : jawaban sangat setuju (**SS**)
- 3 : jawaban setuju (**S**)
- 2 : jawaban tidak setuju (**TS**)
- 1 : jawaban sangat tidak setuju(**STS**)

F. Penyusunan Blueprint

Tabel 1 *blueprint* untuk uji coba alat ukur berjumlah 62 item.

Aspek	Sub Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Agresi Fisik	1.mudah menyerang pasangan secara fisik	Memukul untuk melukai pasangan, menampar pasangan dengan kekuatan penuh, menendang pasangan dengan keras, dan melempari pasangan dengan benda-benda tertentu	1,2,3,4, 48 19,20,35,5	18,6,7,8, 37,47 ,57	
Agresi Verbal	1.Menghina pasangan dan memaki pasangan 2. mudah menghardik pasangan karena kesalahan kecil	Menghina pasangan dengan kata-kata kasar dan umpatan, memaki-maki pasangan, menghardik pasangan, mengutuk pasangan	9,10,11,12 13,29,36, 50,60	14 15,16,17 33,38,49,23	
Kemarahan	1.menjadikan pasangan sebagai tempat pelampiasan amarah 2.memarah-marahi pasangan tanpa alasan yang jelas dan masuk akal	Menjadikan pasangan sebagai kambing hitam atas setiap permasalahan yang dihadapi dalam rumah tangga, memarah-marahi pasangan tanpa sebab yang masuk akal,	21,22,26, 31,41,44,	56,62,42,43, 45,51,55,58	
Permusuhan	1.mencari-cari kesalahan pasangan 2.menampakkan sikap tidak senang terhadap pasangan 3.menyimpan kekesalan,dendam, dan tidak mau menyelesaikannya dengan pasangan	Tidak berbicara kepada pasangan, tidak mau melakukan hubungan suami istri dengan pasangan, menampilkan kekesalan terhadap pasangan dimedia sosial	24,27,30, 32,39,46, 52,28	25 ,34,40, 53,54,59,61	
					62

G. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat desain penelitian agar penelitian dapat terarah dan lebih terstruktur. Desain penelitian ini terbagi tiga tahap yaitu :

Pretest (A)

Perlakuan (B)

Posttest (C)

Skala perilaku agresif

Pelatihan regulasi emosi

Skala perilaku agresif

H. Modul Penelitian

Modul dalam penelitian ini disusun oleh Novia Fetri Aliza berdasarkan konsep regulasi emosi yang dikembangkan oleh Gross sebagaimana telah dipaparkan pada bagian definisi operasional, Yaitu menjelaskan mengenai emosi, baik emosi positif maupun negatif, cara atau trik untuk menghadapi emosi yang hadir dengan tepat dan benar, dan mampu untuk bisa mempertahankan emosi positif dalam diri.

I. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan Uji Wilcoxon yaitu hasil penyempurnaan dari uji tanda, yaitu untuk menguji hipotesis komparatif antara dua sampel yang berkorelasi⁷, yaitu apakah pelatihan regulasi emosi berpengaruh dalam menurunkan perilaku agresif pada pasangan menikah muda.

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hal: 172