

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, yang mana menurut Azwar (2017) penelitian ini menekankan analisisnya pada data kuantitatif, atau angka, yang dikumpulkan melalui teknik pengukuran dan diolah menggunakan teknik analisis statistika. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kolerasional, yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan atau keterkaitan antara dua atau lebih variabel tanpa bermaksud mencari kausalitas dari penelitian. Tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan *perceived organizational support* dengan resiliensi pada ibu bekerja di Kota Surabaya.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel penelitian adalah langkah untuk menentukan variabel apa saja yang akan diteliti, sekaligus menetapkan arti, batasan, dan ruang lingkup dari masing-masing variabel tersebut agar jelas dan dapat diukur. Penelitian ini melibatkan dua jenis variable yaitu variable bebas dan variable terikat, yang dijelaskan sebagai berikut:

- | | |
|------------------------------------|----------------|
| 1. Variable terikat/dependent (Y) | Resiliensi |
| 2. Variable bebas/independent (X1) | Regulasi Emosi |

3. Variable bebas/independent (X2) *Perceived Organizational Support*
(POS)

C. Definisi Operasional

Definisi operasional dibuat untuk mengurangi maupun menghindari abstraksi konstruk sehingga dapat diukur dengan mendefinisikan variable secara operasional berdasarkan atribut yang diamati. Menurut Azwar (2017) definisi operasional merupakan karakteristik variabel yang telah dirumuskan berdasarkan ciri-ciri yang dapat diamati. Berikut paparan atau penjelasan definisi operasional dari masing-masing dari variable yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

1. Resiliensi (Y)

Menurut Reivich dan Shatté (2003) resiliensi merupakan kemampuan untuk merespon dengan cara yang sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, hal ini sangat penting untuk mengelola stres dalam kehidupan sehari-hari. Variabel resiliensi diukur menggunakan kuisioner atau angket dengan metode skala likert yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh (Connor & Davidson, 2003) meliputi kompetensi personal, percaya terhadap diri sendiri, penerimaan yang positif terhadap perubahan, kontrol diri dan keyakinan spritual.

2. Regulasi Emosi (X1)

Gross (1998) regulasi emosi merujuk pada proses yang dilakukan individu untuk mengendalikan emosi yang individu rasakan, menentukan pada situasi emosi itu muncul, serta bagaimana individu merasakan dan menunjukkan emosi tersebut. Regulasi emosi membantu individu menyesuaikan respon emosionalnya agar sesuai dengan situasi, norma sosial, dan tujuan pribadi. Variabel regulasi emosi

diukur menggunakan kuisioner atau angket dengan metode skala likert yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan Gross (1998) meliputi *Strategies to emotion regulation (strategies)*, *Engaging in goal directed behavior (goals)*, *Control emotional (impulsive)*, *Acceptance of emotional response (acceptance)*.

3. *Perceived Organizational Support (X2)*

Menurut Eisenberger dan Stinglhamber (2011) *Perceived Organizational Support (POS)* adalah persepsi umum karyawan tentang sejauh mana organisasi menghargai karyawan dan memperhatikan kesejahteraan karyawan secara keseluruhan, bukan hanya dukungan dalam bentuk tertentu. Persepsi ini mencakup dukungan dalam berbagai bentuk, baik material maupun emosional, sehingga membentuk hubungan timbal balik yang positif antara karyawan dan organisasi. Variabel *Perceived Organizational Support* diukur menggunakan kuisioner atau angket dengan metode skala likert yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan Eisenberger dan Stinglhamber (2011) meliputi *Fairness* (Keadilan), *Supervisor Support* (Dukungan Atasan), *Organizational Rewards and Job Conditions* (Penghargaan Organisasi dan Kondisi Kerja).

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian didefinisikan sebagai Kelompok yang mewakili sasaran utama hasil penelitian untuk digeneralisasikan (Azwar, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang bekerja di Surabaya dengan kriteria penelitian sebagai berikut:

- a. Ibu rumah tangga yang mempunyai anak
- b. Ibu rumah tangga yang masih aktif bekerja
- c. Ibu rumah tangga yang berusia 20-65 tahun
- d. Mempunyai permasalahan hingga mengalami keterpurukkan (3 bulan terakhir)

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan. Menurut Azwar (2019) sampel merupakan sekumpulan anggota populasi yang dipilih berdasarkan metode tertentu guna memberikan gambaran yang mewakili populasi secara umum. Rumus Lemeshow digunakan pada penelitian ini untuk menghitung jumlah sampel yang dibutuhkan karena jumlah populasi yang tidak diketahui (Lemeshow dkk, 1997). Rumus Lemeshow dalam menentukan jumlah sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{Z^2 \times P(1-P)}{d^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang diperlukan

Z = Skor Z pada Tingkat kepercayaan 95% = 1,96

p = Maksimal estimasi = 0,5

d = Alpha (0,10) atau sampling error (10%)

Pada rumus diatas, maka jumlah sampel yang dibutuhkan dan digunakan adalah

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5(1-0,5)}{0,1^2}$$

$$n = \frac{3,2536 \times 0,25}{0,01}$$

$$n = \frac{0,9604}{0,01}$$

$n = 96,04$ sampel

Berdasarkan rumus diatas maka sampel yang dibutuhkan adalah 96,04 dibulatkan ke atas menjadi 100 orang atau responden sehingga pada penelitian ini memerlukan data dari sampel dengan jumlah 100 orang.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Pada penelitian ini, Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah non probability sampling. *Non probability sampling* digunakan apabila besarnya populasi tidak diketahui pasti (Azwar, 2017). Penelitian ini menggunakan teknik non probability sampling dengan jenis random sampling. Random sampling adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti, seperti halnya pada Ibu bekerja di Surabaya yang bersedia menjadi responden dan memenuhi kriteria yang telah ditetapkan.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah skala likert. Skala sikap dirancang untuk menunjukkan pendapat tentang hal-hal sosial, seperti pro dan kontra, positif dan negatif, dan setuju dan tidak setuju (Azwar, 2017). Skala likert terdiri dari dua macam pernyataan yaitu favorabel (mendukung atau memihak objek sikap) dan unfavorabel (tidak mendukung objek sikap).

Terdapat pilihan yang tersedia dalam skala likert pada penelitian ini yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Format empat poin dipilih untuk menghindari kecenderungan responden memilih jawaban

tengah sebagai sikap netral. Di samping itu, skala Likert sebaiknya disusun dengan pernyataan yang eksplisit menggambarkan sikap positif atau negatif, tanpa memberikan pilihan ambigu atau setengah-setengah (Azwar, 2019). Skala tersebut ditentukan dengan skor sebagai berikut

Tabel 3.1.
Skor Aitem Tiap-Tiap Skala

Jawaban	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Peneliti menggunakan tiga skala antara lain Resiliensi, Regulasi Emosi, Dan *Perceived Organizational Support*, yang dapat dilihat berikut ini:

1. Skala Resiliensi

Skala pengukuran resiliensi dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah digunakan oleh Parascantika (2020) dengan subjek *Single Mother* Di Kecamatan Rambah Samo, Kabupaten Rokan Hulu. Skala pengukuran ini terdiri dari 27 item pernyataan dalam bentuk skala likert, dengan hasil reliabilitas dinyatakan reliabel dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,904. Skala ini disusun berdasarkan 25 indikator dari Connor dan Davidson, (2003) yaitu kompetensi personal, percaya terhadap diri sendiri, penerimaan yang positif terhadap perubahan, kontrol diri dan spiritualitas. Berikut adalah blueprint dari skala resiliensi yang digunakan:

Tabel 3.2.
Blueprint Resiliensi

No.	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Kompetensi personal	Kemampuan dalam mencapai tujuan	1, 6, 26	2	4
		Memiliki tujuan dan tekun	27		2
2.	Percaya terhadap diri sendiri	Percaya pada insting dan diri sendiri	7, 9, 10	12, 14	6
		Toleransi terhadap afek negatif	11, 24, 25, 28		4
3.	Penerimaan yang positif terhadap perubahan	Memberi respon positif terhadap perubahan	8, 29, 30		5
		Menjalin hubungan baik dengan orang lain	16	5, 17	3
4.	Kontrol diri	Mampu mengendalikan emosi maupun perilaku	19, 31		4

		Menyelesaikan masalah dengan bantuan orang lain	35		2
5.	Keyakinan Spiritual	Percaya kepada Tuhan	3		3
		Mampu mengambil hikmah dari semua peristiwa yang dialami	21, 22	34	3
	Jumlah		21	6	27

2. Skala Regulasi Emosi

Skala pengukuran resiliensi dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah digunakan oleh Husna (2023) dengan subjek Siswa SMA Negeri 2 Sigli Kabupaten Pidie. Skala pengukuran ini terdiri dari 24 item pernyataan dalam bentuk skala likert, dengan hasil reliabilitas dinyatakan reliabel dengan *Cronbach's Alpha* 0,856. Skala ini disusun berdasarkan empat aspek dari Gross (2007) yaitu *strategies to emotion regulation (strategies)*, *engaging in goal directed behavior (goals)*, *control emotional (impulse)*, *acceptance of emotional response (acceptance)*. Berikut adalah blueprint dari skala regulasi emosi yang digunakan:

Tabel 3.3.
Blueprint Regulasi Emosi

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	<i>Strategies to emotion regulation</i> (strategies)	Keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah.	1, 6	8, 10	4
		Kemampuan individu untuk menemukan cara dalam mengurangi emosi negatif	3, 9	5, 11	4
		Kemampuan individu untuk dapat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.	20, 21	2, 4	4
2.	<i>Engaging in goal directed behavior</i> (goals)	Kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negative yang dirasakannya	7, 12	17-	3

3.	<i>Control emotional responses (impulse)</i>	Kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya	14, 24	16, 18	4
4.	<i>Acceptance of emotional response (acceptance)</i>	Individu mampu untuk menerima suatu peristiwa yang dapat menimbulkan emosi negatif	15, 23, 25	13, 19	5
Jumlah			13	11	24

3. Skala *Perceived Organizational Support*

Skala pengukuran resiliensi dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah digunakan oleh Arani (2021) dengan subjek Karyawan PT. Perkebunan Nusantara III (PERSERO) Medan. Skala pengukuran ini terdiri dari 28 item pernyataan dalam bentuk skala likert, dengan hasil reliabilitas dinyatakan reliabel dengan nilai *Cronbaach's Alpha* 0,912. Skala ini disusun berdasarkan tujuh aspek dari Rhoades dan Eisenberger (2002) yaitu *Fairness* (Keadilan), *Supervisor Support* (Dukungan Atasan), *Organizational Rewards and Job Conditions* (Penghargaan Organisasi dan Kondisi Kerja). Berikut adalah blueprint dari skala *perceived organizational support* yang digunakan:

Tabel 3.4.
Blueprint *Perceived Organizational Support*

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	<i>Fairness</i> (Keadilan)	Keadilan dalam pengembangan karir	1, 19	3, 14	4
		Keadilan dalam kesempatan peningkatan kompetensi	20, 7	23, 10	4
		Keadilan perusahaan memperhatikan kesejahteraan karyawan	26, 9	22, 12	4
2.	<i>Supervisor Support</i> (Dukungan Atasan)	Atasan memberikan arahan dalam bekerja	13, 8	15, 5	4
		Atasan peduli dengan setiap karyawannya	16, 28	25, 17	4
3.	<i>Organizational Rewards and</i>	Perusahaan memperhatikan	21, 11	6, 24	4

	<i>Job Conditions</i> (Penghargaan Organisasi dan Kondisi Kerja)	kenyamanan kondisi lingkungan kerja			
		Perusahaan memberikan imbalan yang sesuai dengan kinerja karyawan	27, 4	18, 2	4
Jumlah			14	14	28

F. Validitas, Daya Diskriminasi Aitem dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Azwar (2017) menyatakan bahwa validitas berasal dari kata "validity", yang berarti sejauh mana suatu alat mampu mengukur dengan tepat dan akurat sesuai dengan tujuan pengukuran yang dimaksudkan. Dengan kata lain, validitas menunjukkan seberapa tepat data yang dikumpulkan oleh alat ukur dengan ide atau struktur yang ingin diukur. Semakin valid suatu instrumen, semakin percaya bahwa alat tersebut benar-benar mengukur apa yang seharusnya diukur.

Penelitian ini menerapkan validitas isi (content validity), yang dievaluasi melalui pertimbangan logis guna memastikan bahwa seluruh butir instrumen telah mencakup aspek-aspek yang relevan dengan tujuan pengukuran. Berdasarkan pendapat Azwar (2017), validitas isi merupakan validitas yang diukur melalui analisis rasional terkait kesesuaian dan kecukupan materi tes, yang dilakukan oleh ahli (expert judgment).

2. Uji Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem merupakan salah satu unsur penting dalam menilai kualitas alat ukur psikologis, yang berfungsi untuk membedakan individu dengan tingkat atribut psikologis yang tinggi dan rendah. Menurut Azwar (2012), daya diskriminasi aitem adalah kemampuan suatu aitem untuk membedakan antara individu yang memiliki tingkat kemampuan atau atribut psikologis yang tinggi atau rendah. Kriteria yang digunakan dalam menentukan kelayakan aitem salah satunya adalah nilai korelasi aitem dengan skor total. Aitem dengan nilai korelasi minimal 0,30 dianggap valid dan memberikan kontribusi yang baik, sedangkan aitem dengan korelasi di bawah 0,30 dinilai tidak valid karena daya diskriminasinya rendah (Azwar, 2013). Daya diskriminasi aitem diukur melalui korelasi Pearson antara skor aitem dengan skor total (item-total correlation), dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n \sum x^2 - (\sum x)^2)(n \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien validitas

n = Banyaknya subjek

x = Nilai pembanding

y = Nilai instrument yang dicari validasinya

3. Uji Reliabilitas

Azwar (2017) mengungkapkan bahwa istilah reliabilitas berasal dari bahasa Inggris *reliability*, yang merupakan kombinasi dari kata *rely* (dapat dipercaya) dan

ability (kemampuan). Dengan demikian, reliabilitas mengacu pada sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya untuk memberikan hasil yang konsisten ketika digunakan berulang kali dalam kondisi yang relatif sama.

Menurut Azwar (2019), reliabilitas yang baik pada alat ukur dapat dilihat dari nilai Cronbach's Alpha yang idealnya melebihi 0,70, walaupun nilai 0,60 juga masih dapat diterima sebagai konsistensi internal yang memadai. Reliabilitas instrumen dinilai cukup baik apabila koefisiennya antara 0,70 sampai 0,80, dan sangat baik bila melebihi 0,80. Sebaliknya, jika koefisien kurang dari 0,70, khususnya di bawah 0,60, maka diperlukan perbaikan atau evaluasi terhadap instrumen tersebut.

Rumus uji reliabilitas, dapat menggunakan rumus Cronbach's Alpha berikut:

$$r_i = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_i = Reliabilitas yang ingin dicari

k = Jumlah item (butir pertanyaan)

σ_i^2 = Varians tiap item

σ_t^2 = Varians total skor.

G. Teknik Analisis Data

Menurut Azwar (2019), analisis data adalah tahap berikutnya setelah pengumpulan data yang bertujuan untuk menginterpretasikan data sehingga mampu menjawab rumusan masalah atau pertanyaan penelitian; proses ini meliputi pengolahan data mentah menjadi informasi yang bermakna dan dapat ditafsirkan, disesuaikan dengan jenis dan tujuan data yang dikumpulkan. Setelah pengumpulan

data menggunakan instrumen, data tersebut dianalisis untuk menguji hubungan antar variabel yang menjadi fokus penelitian.

1. Uji Asumsi

Uji ini dilakukan sebelum dilakukannya uji hipotesis. Menurut Azwar (2019), uji ini bertujuan untuk memilih teknik analisis statistik yang sesuai dalam rangka pengujian hipotesis, agar data yang telah dikumpulkan dapat dianalisis secara sistematis sesuai dengan jenis variabel dan rumusan masalah yang telah ditetapkan. Penelitian ini menggunakan SPSS IBM versi 26 untuk melakukan uji asumsi klasik, yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas

a. Uji Normalitas

Menurut Azwar (2019), uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data dalam penelitian memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov. Adapun kriteria pengujiannya adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikansi (sig) $> 0,05$, maka data sampel dari populasi tersebut berdistribusi normal.
- 2) Jika nilai signifikansi (sig) $< 0,05$, maka data sampel dari populasi tersebut tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk memastikan bahwa hubungan antara dua variabel dalam penelitian memiliki pola linear serta untuk mengukur kekuatan hubungan tersebut (Azwar, 2019). Menurut Azwar (2019) uji linearitas perlu dilakukan terlebih dahulu sebelum menguji hipotesis korelasi linear, guna memastikan bahwa

hubungan antara kedua variabel bersifat linear. Oleh karena itu, jika nilai sig > 0.05 maka data berhubungan secara linear, namun jika nilai sig < 0.05 maka data tidak berhubungan secara linear.

2. Uji Hipotesis

Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara variabel independen dan dependen. Dengan mempertimbangkan jenis data dan rumusan hipotesis, digunakan teknik analisis regresi linier berganda. Metode ini diterapkan untuk menguji hubungan simultan antara dua variabel bebas terhadap satu variabel terikat, dengan acuan rumus regresi berganda menurut Azwar (2019) sebagai berikut:

$$Y = a + b^1X^1 + b^2X^2 + e$$

Keterangan:

Y = Resiliensi (variabel dependen)

a = Konstanta (intersep)

b^1, b^2 = Koefisien regresi masing-masing variabel independen

X^1 = Regulasi Emosi

X^2 = *Perceived Organizational Support*

e = Error (residual)