

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Dalam melaksanakan suatu studi atau penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian non eksperimen dengan metode deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan (Arikunto, 2002). Penelitian deskriptif bertujuan untuk menjelaskan, meringkaskan berbagai kondisi, berbagai situasi, atau berbagai variabel yang timbul di masyarakat yang menjadi objek penelitian itu berdasarkan apa yang terjadi (Bungin, 2009).

Penelitian deskriptif tidak memerlukan administrasi atau pengontrolan terhadap sesuatu perlakuan. Penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan (Arikunto, 2002). Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi atau gambaran secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat yang diselidiki (Nazir, 1988).

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu kualitas dimana peneliti mempelajari dan menarik kesimpulan (Kiddler 1981). Variabel yang akan diukur dalam penelitian ini adalah

self-compassion pada terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus yang mengacu pada teori *Self Compassion* Kristin Neff (2011).

3.3 Operasionalisasi Variabel

3.3.1 Definisi Konseptual

Self-compassion adalah kemampuan individu untuk memberikan pemahaman dan kebaikan kepada diri ketika mengalami kegagalan ataupun membuat kesalahan, dengan tidak menghakimi diri sendiri dengan keras dan tidak mengkritik diri sendiri dengan berlebihan atas ketidaksempurnaan dan kelemahan diri. Dengan kata lain, *self-compassion* berarti memperlakukan diri sendiri maupun orang lain dengan baik, serta menghibur diri dan peduli ketika diri sendiri menghadapi penderitaan, kegagalan dan ketidaksempurnaan. *Self compassion* merupakan proses dan kombinasi dari tiga kunci (komponen penting) dalam diri individu untuk mencapai *self compassion*. Tiga komponen tersebut adalah *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* (Neff,2003).

3.3.2 Definisi Operasional

Self compassion yang dimaksudkan pada penelitian ini adalah seberapa sering terapis pediatric di Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung memberikan pemahaman dan kebaikan kepada diri sendiri ketika mengalami kegagalan, membuat kesalahan, ataupun mengalami penderitaan dengan tidak menghakimi kekurangan dan kegagalan yang dialami secara berlebihan, melihat suatu kejadian sebagai pengalaman yang dialami semua manusia, serta tidak menghindari penderitaan, kesalahan, atau kegagalan yang dialami. Terdapat tiga komponen dalam diri pada terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus

Bandung yang berperan dalam *self-compassion*, yaitu *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* :

1. *Self-kindness*, yaitu seberapa sering terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung berusaha untuk memberikan perhatian pada diri sendiri ketika mengalami penderitaan, kegagalan, atau rasa berkekurangan di dalam diri dan menerima ketidaksempurnaan daripada mengkritik atau menghakimi diri sendiri.
2. *Common humanity*, yaitu seberapa sering terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung memandang bahwa kesulitan hidup dan kegagalan adalah suatu hal manusiawi yang dialami oleh semua orang dan merupakan bagian dari kondisi manusia, serta menyadari dirinya sebagai manusia seutuhnya yang sangat terbatas dan jauh dari kesempurnaan daripada merasa terisolasi karena penderitaan yang dialaminya.
3. *Mindfulness*, yaitu seberapa sering terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung berusaha untuk memandang situasi secara seimbang dan objektif ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi atau dirinya gagal pada sesuatu hal, dengan kata lain lebih memilih untuk menghadapi kenyataan, daripada terpaku pada penderitaan diri dan membesar-besarkan masalah yang dialaminya.

3.4 Populasi

Menurut **M. Nazir (2007:271)** Populasi adalah kumpulan dari individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan. Populasi dalam penelitian kuantitatif adalah sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: subjek yang

mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini menggunakan penelitian populasi. Oleh karena itu penelitian ini dikatakan studi terhadap populasi. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh terapis pediatric di Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung sebanyak 11 orang.

3.5 Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan kuesioner *self compassion* yang dibuat dengan mengacu pada teori *Self Compassion* dari Neff, K. D (2003). Alat ukur ini didasarkan pada teori *self compassion* tahun 2003 dan memiliki 3 komponen: yaitu (1) *self kindness*, (2) *common humanity*, dan (3) *mindfulness*. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup. Kuesioner tertutup adalah kuisioner yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberi tanda centang (✓) dalam kolom atau tempat yang sesuai (Arikunto, 2000 : 137).

Skala dibuat dengan pernyataan dan respon jawaban dari 1 sampai 5 poin (*five point continuum*). Komponen yang diciptakan Kristin Neff terdiri dari (1) *self-kindness*, (2) *common humanity*, dan (3) *mindfulness*. Kuesinoer ini menggunakan skala Likert, dengan berjarak dari 1 (hampir tidak pernah) hingga 5 (hampir selalu) berdasarkan seberapa sering partisipan bertindak sesuai dengan item-item tersebut (Birnie, Carlson, Speca, 2009).

Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya

disebut sebagai variabel penelitian. Dengan skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2013).

3.5.1 Alat Ukur *Self-compassion*

Pada alat ukur ini, diminta mengisi derajat *self-compassion* dan terdiri dari 3 komponen, yaitu; (1) *Self-kindness*, (2) *Common humanity*, (3) *Mindfulness*. Setiap nomor item memiliki perbandingan kondisi yang dialami oleh Terapis Pediatrik RS Santo Borromeus kota Bandung. Pernyataan tersebut memiliki lima kemungkinan jawaban, yaitu: hampir tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, hampir selalu. Masing-masing kemungkinan jawaban ini akan diberi skor sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Skor Item

Pilihan Jawaban	Skor Item Positif	Skor Item Negatif
Hampir tidak pernah	1	5
Tidak pernah	2	4
Jarang	3	3
Pernah	4	2
Hampir selalu	5	1

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *self-compassion* dalam penelitian ini adalah kuesioner yang mengacu pada teori *Self-compassion* dari Kristin Neff (2003).

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Alat Ukur Self Compassion

No.	Aspek	Indikator	Item	
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1.	<i>Self Kindness</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Memahami diri sendiri ketika mengalami penderitaan • Memberikan perhatian pada diri sendiri ketika gagal menerima ketikadsempurnaan diri 	5, 12, 19, 23, 26	1, 8, 11, 16, 21
2.	<i>Common Humanity</i>	<ul style="list-style-type: none"> • memandang bahwa kesulitan hidup dan kegagalan adalah suatu hal manusiawi yang dialami oleh semua orang dan • menyadari dirinya sebagai manusia seutuhnya yang sangat terbatas dan jauh dari kesempurnaan 	3, 7, 10, 15	4, 13, 18, 25
3.	<i>Mindfulness</i>	<ul style="list-style-type: none"> • menerima segala konsekuensi tanpa menyalahkan diri sendiri ketika mengalami kegagalan • mengontrol emosi ketika mengalami kegagalan 	9, 14, 17, 22	2, 6, 20, 24

3.6 Uji Validitas

Konsep validitas merujuk pada kualitas instrumen. Instrumen yang valid adalah instrumen yang benar-benar dapat mengukur atribut psikologis yang akan diukur. Artinya validitas memiliki pengertian derajat ketepatan instrumen dalam mengukur atribut psikologis yang akan diukur. Pengertian validitas tersebut, mengandung makna bahwa derajat validitas menunjukkan keterkaitan atau hubungan antara instrumen dengan atribut psikologis yang diukur. Dengan demikian metode pengujian validasi instrumen akan selalu melibatkan prosedur pembuktian ada tidaknya hubungan tersebut (Hasanuddin Noor, 2009). Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah alat ukur tersebut memiliki

ketepatan dalam melakukan pengukuran, atau dengan kata lain apakah alat ukur tersebut dapat benar-benar mengukur apa yang hendak diukur (Arikunto, 2002).

Cara untuk mengetahui validitas suatu alat ukur adalah dengan cara mengkorelasikan antara skor yang diperoleh pada masing-masing item dengan skor total. Skor total adalah nilai yang diperoleh dari hasil penjumlahan semua skor item. Korelasi antara skor item dengan skor total haruslah signifikan berdasarkan pada ukuran statistik tertentu. Bila sekiranya skor semua item yang disusun berdasarkan konsep berkorelasi dengan skor total, maka dapat dikatakan bahwa alat ukur tersebut mempunyai validitas atau dengan kata lain bila terdapat korelasi positif antara skor tiap item dengan skor total, maka hubungan yang ada sifatnya konsisten atau sejalan dengan konsep teoritiknya. Validitas yang seperti itu disebut sebagai validitas konstruk (*Construct Validity*). Bila alat ukur telah memiliki validitas konstruk berarti semua item yang ada didalam alat ukur tersebut mengukur konsep yang ingin diukur (Djamaludin Ancok, 1989 : 16). Karena datanya berskala Likert's atau ordinal, maka korelasi yang digunakan adalah korelasi rank Spearman, dengan rumus :

$$r_s = \frac{\sum R(x)R(y) - N\left(\frac{N+1}{2}\right)^2}{\sqrt{(\sum(R(x))^2 - N\left(\frac{N+1}{2}\right)^2)(\sum(R(y))^2 - N\left(\frac{N+1}{2}\right)^2)}}$$

Keterangan : R(x) = Ranking variabel X (skor item)

R(y) = Ranking variabel Y (skor total)

N = Jumlah sampel penelitian

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah alat ukur tersebut memiliki ketepatan dalam melakukan pengukuran, atau dengan kata lain apakah

alat ukur tersebut dapat benar-benar mengukur apa yang hendak diukur (Suharsimi Arikunto, 2009).

Uji validitas telah dilakukan oleh Missiliana R., M.Si., Psi dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 3.3
Hasil Uji Validitas *Self Compassion*

<i>Self kindness</i>		<i>Common humanity</i>		<i>mindfulness</i>	
No	R	No	R	No	R
1	.532 (**)	3	.496 (**)	2	.557 (**)
5	.543 (**)	4	.504 (**)	6	.573 (**)
8	.323 (**)	7	.545 (**)	9	.582 (**)
11	.556 (**)	10	.526 (**)	14	.577 (**)
12	.536 (**)	13	.606 (**)	17	.582 (**)
16	.499 (**)	15	.490 (**)	20	.483 (**)
19	.497 (**)	18	.434 (**)	22	.365 (**)
21	.585 (**)	25	.565 (**)	24	.605 (**)
23	.560 (**)				
26	.419 (**)				

Dari hasil uji validitas di atas, terlihat bahwa seluruh item atau sebanyak 26 item pada alat ukur *self compassion* dapat dikatakan valid karena memiliki skor lebih dari 0,4.

3.7 Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan, yang menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten (Djamaludin Ancok, 1989). Reliabilitas untuk mengetahui sejauh mana alat ukur yang digunakan tersebut memiliki taraf ketelitian, kepercayaan, kekonstanan ataupun kestabilan.

Untuk memperoleh reliabilitas dari kuesioner *self compassion*, telah dilakukan pengujian oleh Missiliana R., M.Si., Psi. dengan menggunakan metode *alpha cronbach* yang dinyatakan dalam koefisien *alpha cronbach* :

<i>Reliability coefficients</i>	= 26 items
N	= 726
<i>Alpha</i>	= .8182
<i>Standardized item alpha</i>	= .8194

Tabel 3.4 Tabel Skor Uji Reliabilitas Guilford

Interval Koefisien	Tingkat Reliabilitas
0,00-0,20	Tidak ada Reliabilitas
0,21-0,40	Reliabilitas rendah
0,41-0,70	Reliabilitas sedang
0,71-0,90	Reliabilitas tinggi
0,91-0,99	Reliabilitas sangat tinggi
1,00	Reliabilitas sempurna

3.8 Teknik Analisis dan Pengolahan Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2012:147).

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan metode statistik presentase (%) untuk mengetahui berapa besar frekuensi responden (terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung) yang memiliki *self compassion* yang tinggi atau rendah. Teknik presentase yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Menentukan norma kriteria atau kelompok mahasiswa tingkat akhir yang telah berkeluarga dalam dua kriteria yaitu tinggi dan rendah

dengan menggunakan rumus median. Analisis data mengenai *self compassion* terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung berdasarkan model distribusi normal dengan langkah – langkah sebagai berikut :

- a. Menentukan jumlah item
 - b. Menentukan skor minimum, dengan rumus ($x_1 = \text{jumlah item} \times \text{skor nilai terendah}$)
 - c. Menentukan skor maksimum, dengan rumus ($x_2 = \text{jumlah item} \times \text{skor nilai tertinggi}$)
 - d. Mencari rentang skor (R) dengan rumus $R = x_2 - x_1$
 - e. Menentukan rentang kelas dengan rumus $\mu = R : 2$
 - f. Menentukan median : nilai minimal + rentang kelas
 - g. Menentukan interval kelas (kategori) :

Rendah	: nilai minimal s/d < nilai median
Tinggi	: nilai median s/d nilai maksimal
2. Data kuesioner diolah secara statistik, yaitu dengan menghitung frekuensi dari tiap jawaban yang diberikan setiap responden, sehingga diperoleh skor untuk setiap aspek dari derajat kesabaran responde. Setelah mengetahui skor dari setiap subjek, maka dapat menghitung presentase *self compassion* terhadap terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung dari keseluruhan responden dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Presentase (\%)} = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan : F = frekuensi dari jumlah kategori subjek

N = ukuran keseluruhan subjek

3. Hasil perhitungan tersebut kemudian dianalisa secara deskriptif, sehingga secara umum dapat menggambarkan bagaimana *self compassion* terapis pediatric Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung.

3.9 Prosedur Penelitian

Langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut:

3.9.1 Tahap Persiapan

1. Menentukan topik penelitian sesuai dengan fenomena yang akan diteliti.
2. Menentukan variabel yang akan diteliti
3. Melakukan studi kepustakaan untuk mendapatkan gambaran dan landasan teoritis mengenai variabel yang akan diteliti.
4. Menetapkan populasi dan sampel penelitian
5. Mengajukan usulan penelitian sesuai dengan permasalahan yang diteliti.
6. Membuat kerangka berpikir.
7. Menentukan teknik pengambilan data.
8. Menyiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian.
9. Melakukan uji validitas.
10. Menentukan waktu pengambilan data.

3.9.2 Tahap Pengumpulan Data

1. Melaksanakan pengambilan data sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan.

2. Pengambilan data dilakukan dengan cara memberikan angket secara langsung kepada responden dan memberi bimbingan dalam pengisian jika diperlukan.

3.9.3 Tahap Pengolahan Data

1. Mengumpulkan data – data yang telah diperoleh dari subjek penelitian.
2. Melakukan skoring dengan menilai setiap hasil angket yang telah diisi.
3. Melakukan tabulasi data.
4. Mengolah data.

3.9.4 Tahap Pembahasan

1. Mendeskripsikan hasil
2. Melakukan analisis data berdasarkan teori dan kerangka berpikir yang telah dibuat.
3. Membuat kesimpulan dari penelitian
4. Memberi saran-saran yang diajukan pada perbaikan atau kesempurnaan penelitian yang telah dilakukan.

3.9.5 Tahap Penyelesaian

1. Menyusun laporan penelitian
2. Memperbaiki dan menyempurnakan laporan penelitian secara menyeluruh