

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Rancangan Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran *Self-Compassion* pada anggota komunitas *Broken Home* Bandung dengan orangtua bercerai saat remaja. Penelitian ini menggunakan metode penelitian studi deskriptif. Studi deskriptif menurut Nzir (1988:63) dalam buku Contoh Metode Penelitian merupakan suatu metode dalam meneliti status suatu kelompok manusia, objek, set kondisi, system pemikiran ataupun suatu peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian dengan metode deskriptif adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau penjabaran secara sistematis, factual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang sedang diteliti.

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini digunakan untuk dapat melakukan pengukuran, setiap fenomena dijabarkan ke dalam beberapa komponen masalah, variabel, dan indikator. Variabel yang telah ditentukan akan diukur dengan memberikan simbol-simbol angka yang berbeda sesuai dengan kategori yang berkaitan dengan variabel tersebut. Dengan menggunakan symbol angka, teknik perhitungan secara kuantitatif dapat dilakukan sehingga dapat menghasilkan kesimpulan yang dapat berlaku secara universal dalam suatu parameter (Sugiyono, 2011).

## 3.2 Variabel Penelitian

### 3.2.1 Identifikasi Variabel

Penelitian deskriptif ini menggunakan satu variabel yaitu *Self-Compassion* pada anggota komunitas *Broken Home* Bandung dengan orangtua bercerai saat remaja.

### 3.2.2 Definisi Konseptual *Self-Compassion*

Dalam penelitian ini definisi konseptual yang digunakan dari *Self-Compassion* adalah keterlibatan diri untuk sadar dan terbuka dengan penderitaan yang dialaminya dan mencoba menyembuhkan diri sendiri dengan memberikan kebaikan dan kasih sayang pada diri serta memahami rasa sakit yang dirasakan atas kekurangan dan kegagalan dengan tidak menghakimi diri dan melihat hal itu sebagai bagian dari pengalaman hidup yang dialami oleh semua manusia.

### 3.2.3 Definisi Operasional *Self-Compassion*

Definisi operasional dalam penelitian ini yaitu remaja yang dapat mengerti dirinya sendiri ketika mengalami kegagalan, kesengsaraan, penderitaan dan ketidakberuntungan dengan mengakui bahwa rasa sakit dan ketidaksempurnaan yang dirasakan merupakan bagian dari pengalaman yang dirasakan oleh semua orang sehingga tidak mengisolasi diri dari lingkungan dan dapat melihat secara objektif terhadap emosi negatif yang dirasakan sehingga tidak ditekan atau dibesar-besarkan.

Berdasarkan 3 komponen :

1. *Self-Kindness*

Komponen ini berkaitan pada bagaimana anak menyayangi diri, merawat diri dan memperhatikan diri sendiri, seperti memaafkan diri, tidak menyakiti diri dan tidak menghakimi diri.

2. *Common Humanity*

Komponen ini mengacu pada bagaimana anak menyadari bahwa apa yang dirasakan dan dialaminya juga dirasakan dan dialami oleh orang lain, sehingga membuat anak tidak menarik diri dari lingkungan.

3. *Mindfulness*

Komponen ini mengacu pada bagaimana anak melihat situasi yang dialaminya dengan objektif dan tidak berlarut-larut pada emosi negatif yang dirasakan.

### 3.3 Alat Ukur Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan alat ukur yaitu kuesioner. Pada kuesioner tersebut terdapat item-item yang berkaitan dengan *Self-Compassion*. Kuesioner adalah suatu teknik pengumpulan data yang berisi sejumlah pertanyaan dan pernyataan tertulis yang disusun dan disebarakan untuk mendapatkan informasi dari responden.

Penyajian alat ukur yang dilakukan dalam penelitian ini adalah skala psikologi berdasarkan skala. Skala yang digunakan yaitu skala *Likert* atau *summated ratings*.

### 3.3.1 Alat Ukur *Self-Compassion*

Alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data mengenai *Self-Compassion* dirancang dan dibuat oleh Kristin Neff., Ph.D pada tahun 2003 yang dinamakan *Self-Compassion Scale* (SCS) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Missiliana R, M.Si, Paulus Hidajat dan Eveline Saritobe yang telah diperiksa dan dianggap setara dengan alat ukur asli oleh Kristin Neff., Ph.D.

#### 3.3.1.1 Kisi-kisi Alat Ukur *Self-Compassion*

Kisi-kisi alat ukur *Self-Compassion Scale* ini dibuat dari komponen-komponen *Self-Compassion* dari Kristin Neff., Ph.D terdiri dari 26 item.

Tabel 3 1 Kisi-kisi Alat Ukur *Self-Compassion*

DIMENSI	INDIKATOR	ITEM	KETERANGAN
<i>Self-Kindness</i>	Anak menyayangi diri, merawat diri dan memperhatikan diri sendiri, seperti memafkan diri, tidak menyakiti diri dan tidak menghakimi diri.	5, 12, 19, 23, 26	Item Positif
		1, 8, 11, 16, 21	Item Negatif
<i>Common Humanity</i>	Anak menyadari bahwa apa	3, 7, 10, 15	Item Positif

	yang dirasakan dan dialaminya juga dirasakan dan dialami oleh orang lain, sehingga membuat anak tidak menarik diri dari lingkungan.	4, 13, 18, 25	Item Negatif
<i>Mindfulness</i>	Anak melihat situasi yang dialaminya dengan objektif dan tidak berlarut-larut pada emosi negatif yang dirasakan.	9, 14, 17, 22	Item Positif
		2, 6, 20, 24	Item Negatif

### 3.3.1.2 Sistem Skoring Alat Ukur *Self-Compassion*

● Alat ukur ini terdiri dari 26 item, yang nilainya bergerak dari 26 hingga 130. Total nilai yang diperoleh dengan menjumlahkan keseluruhan nilai dari 3 komponen *Self-Compassion Scale*. Pilihan jawaban dari 26 item ini disusun berdasarkan skala likert. Adapun pilihan jawaban dari *Self-Compassion Scale* ini bergerak dari hampir tidak pernah hingga hampir selalu dengan nilai pilihan jawaban sebagai berikut :

Tabel 3 2 Penilaian Skor *Self-Compassion Scale*

JAWABAN	NILAI	
	Favorable	Unfavorable
Hampir Selalu	5	1
Sering	4	2
Kadang-Kadang	3	3
Jarang	2	4
Hampir Tidak Pernah	1	5

### 3.4 Uji Validitas

Validitas memiliki pengertian derajat ketepatan suatu instrument dalam mengukur atribut psikologis yang diukur ( Hasanuddin Noor: 157). Derajat validitas yang dimaksud yaitu dengan menunjukkan keterkaitan atau hubungan antara instrumen dengan atribut psikologis yang diukur. Dalam pengujian validitas pada penelitian ini digunakan metode *Construct Related* yang artinya alat yang digunakan merupakan skala yang disusun berdasarkan teori yang sudah valid. Bila alat ukur memiliki validitas *construct* dapat diartikan semua item yang ada dalam alat ukur sudah mengukur konsep yang ingin diukur.

Cara yang digunakan untuk mengetahui validitas alat ukur dengan cara mengkorelasikan antara skor yang diperoleh pada masing-masing item dengan skor total. Koefisien korelasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu

menggunakan korelasi *pearson product moment* atau korelasi pearson yang menggunakan bantuan *software SPSS for windows*.

Menentukan validitas setiap item dapat digunakan adalah dengan membandingkan nilai korelasi yang diperoleh dengan kriteria dari Freidenders & Kaplan (Friedenberg, 1995), yaitu sebagai berikut :

- 0.00 - 0.29 : Korelasi rendah, item ditolak dan tidak dapat dipakai.
- 0.30 – 1.00 : Korelasi tinggi, item diterima dan dipakai.

Berdasarkan uji validitas, pada kuesioner *Self-Compassion* didapatkan 26 item valid, dengan nilai validitas berkisar dari 0.552 – 0.772.

### 3.5 Uji Reabilitas

Suatu instrument yang reliabel akan menghasilkan data pengukuran yang sama dari individu yang sama jika atribut yang diukurnya sama walaupun pengukurannya dilakukan pada waktu yang berbeda atau pengukurannya yang berbeda. Reliabilitas pengukuran menunjukkan derajat konsistensi dan stabilitas hasil pengukuran (Hasanuddin Noor, 142).

Uji reliabilitas adalah uji untuk mengetahui sejauh mana alat ukur yang akan digunakan memiliki taraf ketelitian, kepercayaan, kestabilan sehingga alat ukur tersebut dapat dikatakan kriteria. Reliabilitas alat ukur diukur dengan tehnik korelasi *Alpha Cronbach*.

Untuk menentukan koefisien reabilitas suatu alat ukur dengan cara menggunakan bantuan *software SPSS for windows*, lalu membandingkannya dengan kriteria Guilford (1995), yaitu :

Tabel 3.3 Koefisien Uji Reabilitas

Koefisiensi	Derajat Korelasi
0.00 – 0.19	Tidak reliabel
0.20 – 0.39	Rendah
0.40 – 0.69	Cukup
0.70 – 0.89	Tinggi
0.90 – 1.00	Sangat Tinggi

(Hasanuddin Noor, 2009)

Dari hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa reliabilitas alat ukur *Self-Compassion Scale* sebesar 0.832 yang termasuk kedalam kategori tinggi.

### 3.6 Populasi dan Sampel

#### 3.6.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi pada penelitian ini adalah anggota komunitas *Broken Home* Bandung dengan orangtua bercerai.

### 3.6.2 Sampel

Karakteristik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling*, yaitu *Purposive Sampling*. Menurut Sugiyono (2016 : 85) menyatakan bahwa *Purposive Sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu.

Populasi sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 30 orang anggota komunitas *Broken Home* Bandung.

Karakteristik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Anggota komunitas *Broken Home* Bandung.
2. Anggota yang orangtuanya sudah bercerai saat remaja usia 12 tahun sampai 22 tahun.

## 3.7 Teknik Analisis

### 3.7.1 Kategorisasi

Setelah alat ukur yang akan digunakan diketahui valid dan reliabel, data yang diperoleh dengan alat ukur kemudian dikategorikan menjadi tinggi dan rendah berdasarkan kriteria ideal untuk menentukan banyaknya jumlah subyek. Dalam pengkategorisasian ini jika dihubungkan dengan alat ukur yang digunakan maka skor yang termasuk kedalam kategori tinggi akan diartikan bahwa *Self-Compassion* anak broken home sudah baik, sedangkan yang termasuk pada kategori rendah yaitu subyek belum melakukan *Self-Compassion* dengan baik. Langkah-langkah yang akan dilakukan untuk mengkategorisasikan data tersebut :

- a) Menentukan nilai maksimal : Jumlah item  $\times$  Skor pilihan jawaban tertinggi
- b) Menentukan nilai minimal : Jumlah item  $\times$  Skor pilihan jawaban terendah
- c) Menentukan nilai rentang : Nilai maksimal – Nilai minimal
- d) Menentukan banyaknya kelas : Tinggi dan Rendah
- e) Menentukan panjang kelas :  $\frac{\text{nilai rentang}}{\text{banyak kelas}}$
- f) Menentukan Median : Nilai minimal + Panjang kelas
- g) Menentukan Interval kelas (Kategori) :
- Tinggi : Nilai Median sampai dengan nilai maksimal
- Rendah : Nilai minimal sampai dengan > dari nilai median