

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

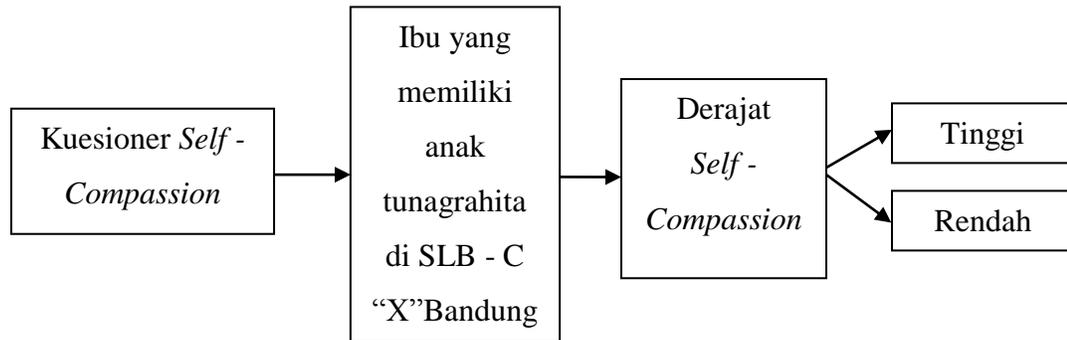
#### **3.1. Rancangan dan Prosedur Penelitian**

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode deskriptif dengan teknik survey menggunakan kuesioner. Penelitian deskriptif adalah suatu metode untuk membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta – fakta, sifat – sifat serta hubungan antar fenomena yang akan diteliti (Nazir, 2003).

Penelitian ini menggunakan metode survey yaitu metode pengumpulan data dari sejumlah unit atau individu dalam waktu bersamaan yang bertujuan untuk mengetahui gambaran individu tersebut. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui derajat *Self – compassion* ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung.

### 3.2. Bagan Prosedur Penelitian

Rancangan penelitian apabila dijelaskan melalui bagan adalah sebagai berikut:



Bagan 3.1. Prosedur Penelitian

### 3.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

#### 3.3.1. Variabel Penelitian

Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah derajat *Self – compassion* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung.

#### 3.3.2. Definisi Konseptual

*Self – compassion* merupakan kemampuan untuk menghibur diri dan peduli pada diri sendiri ketika mengalami penderitaan, kegagalan, dan ketidaksempurnaan daripada mengkritik diri dengan keras; melihat suatu pengalaman sebagai bagian pengalaman manusia secara umum daripada mengisolasi diri sendiri serta memperlakukan pikiran – pikiran dan

perasaan – perasaan yang terluka dengan penuh kesadaran daripada terpaku dan membesar – besarkannya. *Self – compassion* terdiri dari tiga komponen utama yaitu *Self – kindness, a sense of Common humanity, Mindfulness* (Neff, 2003b).

### 3.3.3. Definisi Operasional

*Self – compassion* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung adalah kemampuan ibu untuk menghibur diri dan peduli pada diri sendiri ketika mengalami kesulitan; seberapa sering ibu melihat suatu kesulitan sebagai bagian pengalaman manusia secara umum serta memperlakukan pikiran – pikiran dan perasaan – perasaan yang terluka dengan penuh kesadaran. *Self – compassion* pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung tersusun oleh komponen – komponen berikut ini, yaitu:

- *Self – kindness* adalah seberapa sering ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung mampu untuk menerima diri sendiri apa adanya, mentoleransi, menyayangi serta memberikan perhatian, tanpa mengkritik diri sendiri saat menghadapi kegagalan dan ketidaksempurnaan dalam merawat anak tunagrahita.
- *Common humanity* adalah seberapa sering ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung mampu untuk menyadari bahwa

kegagalan dan ketidaksempurnaan dalam merawat anak tunagrahita merupakan bagian yang dijalani dan dialami semua ibu, bukan hanya dialami oleh dirinya sendiri saja.

- *Mindfulness* adalah seberapa sering ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung mampu untuk menjaga emosi, memandang situasi secara seimbang dan objektif, serta menghadapi kenyataan tanpa menekan atau melebih – lebihkan kegagalan dan ketidaksempurnaan dalam merawat anak tunagrahita.

### **3.4. Alat Ukur**

#### **3.4.1. Alat Ukur *Self-Compassion***

Alat ukur yang akan digunakan untuk mengukur *Self – compassion* dikonstruksi oleh Kristin Neff (2003). Kuesioner ini telah diterjemahkan oleh Missiliana R., M. Si., Psikolog. (2012) dalam Bahasa Indonesia.

Alat ukur ini berupa kuesioner yang terdiri dari 26 item untuk mengukur ketiga komponen utama *self – compassion*, yaitu: *Self – kindness*, *Common humanity*, dan *Mindfulness*. Subjek diminta untuk memberikan tanda *checkbox* pada salah satu kolom mulai dari angka satu (1) yang berarti hampir tidak pernah sampai lima (5) yang berarti hampir selalu.

Tabel 3.1. Kisi – Kisi Alat Ukur

No	Komponen	Nomor Item	
		Item Positif	Item Negatif
1.	<i>Self – kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26	1, 8, 11, 16, 21
2.	<i>Common humanity</i>	3,7, 10, 15	4,13,18,25
3.	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22	2, 6, 20, 24

### 3.4.2. Sistem Penilaian Alat Ukur

Rata - rata dari total skor tiap komponen *Self – compassion* akan menunjukkan derajat *Self – compassion* yang dimiliki ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung, yaitu dengan cara sebagai berikut:

1. Menghitung total skor dari setiap komponen dari seluruh responden dan rata - rata total skor setiap komponen seluruh responden.
2. Membandingkan total skor setiap komponen dari tiap responden dengan rata - rata total skor setiap komponen seluruh responden. Apabila total skor setiap komponen dari responden lebih kecil dari rata - rata total skor setiap komponen, berarti komponen *Self – compassion* yang dimiliki responden tersebut tergolong rendah. Sedangkan apabila total skor setiap komponen dari setiap responden lebih besar atau sama dengan rata - rata total skor setiap komponen berarti komponen *Self – compassion* responden tersebut tergolong tinggi.

3. Kategori derajat *Self – compassion* dari setiap responden dapat dilihat dari derajat tinggi rendahnya skor setiap komponen yang membangunnya. *Self – compassion* tergolong tinggi apabila ketiga komponennya tergolong tinggi. Sedangkan derajat *Self – compassion* tergolong rendah ketika terdapat salah satu skor komponen yang tergolong rendah.

**Tabel 3.2. Keterangan Skor Item**

<b>Pilihan Jawaban</b>	<b>Skor Item (+)</b>	<b>Skor Item Negatif (-)</b>
1 = Hampir Tidak Pernah	1	5
2 = Jarang	2	4
3 = Kadang – Kadang	3	3
4 = Sering	4	2
5 = Hampir Selalu	5	1

### **3.4.3. Data Pribadi dan Data Penunjang**

Selain menggunakan alat ukur kuesioner *Self – compassion*, peneliti juga menggunakan data pribadi yang meliputi data sosiodemografis dari responden yaitu: nama, usia, status marital, tingkat pendidikan terakhir, dan pekerjaan serta identitas anak yaitu: nama, usia, tingkat pendidikan, dan pihak yang mengurus anak. Nama responden dan nama anak akan digunakan untuk mengetahui tingkatan tunagrahita yang dimiliki oleh anak responden.

Data penunjang dalam penelitian ini mengenai kuesioner faktor – faktor yang memengaruhi *self – compassion*, yaitu *role of parent*, *role of culture*, dan *personality*.

#### **3.4.4. Validitas dan Reliabilitas**

##### **3.4.4.1. Validitas Alat ukur**

Uji validitas ditujukan untuk mengetahui apakah alat ukur tersebut telah memiliki taraf kesesuaian dan ketepatan dalam melakukan suatu penelitian, atau dengan kata lain apakah alat ukur tersebut sudah benar – benar mengukur apa yang hendak diukur (Moh Nazir, 1999).

Validitas alat ukur telah diukur menggunakan rumus *Product Moment Pearson* dari 26 item pada 34 ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB – C “X” Bandung. Penelitian tersebut menggunakan kriteria validasi dari Freindenberg (1995) sebagai berikut:

- 0,00 – 0,29 : Tidak valid dan item ditolak
- 0,30 – 1,00 : Valid dan item diterima

Uji validitas menunjukkan bahwa validitas item berkisar antara 0,318 – 0.772. Dari hasil perhitungan terdapat 26 item yang valid.

#### 3.4.4.2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas kuesioner *self – compassion* telah menggunakan metode *alpha cronbach* kemudian dibandingkan dengan kriteria dari Guilford (1956), yaitu sebagai berikut:

0,00 – 0,19	: Reliabilitas sangat rendah
0,20 – 0,39	: Reliabilitas rendah
0,40 – 0,69	: Reliabilitas sedang
0,70 – 0,89	: Reliabilitas tinggi
0,90 – 1,00	: Reliabilitas sangat tinggi

Reliabilitas yang didapat adalah 0.852 yang termasuk kategori realibitas tinggi.

### 3.5. Populasi

#### 3.5.1. Populasi Sasaran

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB - C “X” Bandung sebanyak 34 orang.

### 3.6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menghitung distribusi frekuensi dan tabulasi silang. Cara menghitung distribusi dilakukan dengan membagi frekuensi setiap jawaban responden dengan jumlah keseluruhan responden, kemudian dikalikan seratus persen.

$$\text{Persentase} = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

f = Frekuensi dari jumlah responden yang menjawab

N = Jumlah Keseluruhan responden

Setelah didapatkan presentase, maka dilakukan tabulasi silang dengan komponen yang membangun derajat *self-compassion* dan data penunjang untuk menarik kesimpulan secara induktif.