

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan pada penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan angka dalam pemrosesan dan penghasilan datanya dan akan dilakukan penghitungan statistik untuk kemudian nantinya di simpulkan dalam interpretasi (Gravetter et al., 2021). Strategi penelitian deskriptif merupakan pendekatan yang menggambarkan atau mendeskripsikan satu atau lebih variabel tanpa mengkorelasikan dan atau membandingkan dengan variabel lainnya (Gravetter et al., 2021). Pendekatan deskriptif kuantitatif pada penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *parental burnout* pada ayah milenial yang bekerja.

3.2 Variabel Penelitian

Parental Burnout merupakan variabel yang akan dilihat gambarannya pada penelitian ini.

3.2.1 Definisi Operasional *Parental Burnout*

Definisi operasional *parental burnout* merupakan skor keseluruhan dari *Parental Burnout Assesment* (PBA) oleh Roskam et al. (2018), terdiri dari empat dimensi yaitu *Exhaustion in one's Parental Role*, *Contrast with Previous Parental Self*, *Feelings of Being Fed Up*, *Emotional Distancing*. Semakin tinggi total skor *parental burnout*, maka menunjukkan bahwa ayah mengalami *parental burnout*. Sebaliknya, jika semakin rendah total skor *parental burnout* pada ayah, maka menunjukkan bahwa ayah tidak mengalami *parental burnout*.

3.3 Populasi dan Sampel

Gravetter et al., (2021) mendeskripsikan populasi sebagai suatu kelompok besar dari individu atau target responden yang akan diteliti dalam penelitian.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah ayah milenial yang bekerja (lahir pada tahun 1981-1996). Berdasarkan Badan Pusat Statistik Indonesia (2022), jumlah penduduk laki-laki dengan kelompok Kepala Rumah Tangga berusia usia 25-44 tahun pada 2022 berjumlah 29.145.491 jiwa. Tidak ditemukan secara spesifik mengenai jumlah laki-laki dalam rentang usia 28-43 tahun yang memiliki anak. Berdasarkan Gravetter et al., (2018), sampel merupakan kelompok kecil dari populasi yang digunakan untuk mewakili keseluruhan populasi dalam penelitian. Penentuan jumlah sampel mengacu pada tabel Isaac dan Michael (sebagaimana dikutip dalam Sugiyono, 2019), yaitu jumlah populasi (N) sebanyak 29.145.491 jiwa dengan *sampling error* 5%. Oleh karena itu, penelitian ini diputuskan untuk menggunakan sampel sebanyak 386 jiwa.

Sampel pada penelitian ini diperoleh dengan metode *non-probability sampling* dengan teknik pengumpulan menggunakan *convenience sampling*. Partisipan dipilih berdasarkan kesediaannya untuk terlibat menjadi responden penelitian (Gravetter et al., 2021). Karakteristik partisipan yang berlaku dalam penelitian ini adalah:

- a. Ayah milenial yang bekerja, berusia 29-44 tahun (atau lahir tahun 1981-1996)
- b. Memiliki anak kandung berusia minimal ≥ 18 bulan maksimal 18 tahun

Pengambilan sampel dengan kategori memiliki anak kandung berusia minimal ≥ 18 bulan dikarenenakan untuk menghindari kebingungan dengan adanya *post-partum depression* (Roskam et al., 2018) dan umur 18 tahun karena angka tersebut merupakan batas usia pada anak di Indonesia menurut Undang-Undang No. 35 Tahun 2014.

- c. Tinggal satu rumah dengan anaknya

3.4 Instrumen Penelitian

Alat ukur penelitian ini adalah *Parental Burnout Assesment* (PBA) yang digunakan untuk menguji *parental burnout*.

3.4.1 Deskripsi Instrumen *Parental Burnout*

Parental Burnout Assesment (PBA) dicetuskan oleh Roskam et al. (2018). PBA sudah digunakan pada berbagai penelitian yang mengukur *parental burnout* dalam berbagai budaya, negara dan bahasa seperti pada penelitian yang dilakukan

dengan kolaborasi penelitian di 42 negara oleh Roskam et al. (2021). PBA memiliki nilai *Cronbach alpha* sebesar 0,96 dan memiliki validitas dengan *convergent validity* dengan nilai koefisien global $r = 0,84$, dimana hal ini mencerminkan validitas yang baik (Roskam et al., 2018). Roskam et al. (2018) juga melakukan uji reliabilitas per-dimensi PBA, yaitu *exhaustion in parental role* sebesar 0,93, *contrast in parental self* sebesar 0,94, *feelings of being fed up* sebesar 0,91 dan *emotional distancing* sebesar 0,77.

Pada penelitian ini, digunakan alat ukur PBA oleh Roskam et al. (2018) dalam bahasa Inggris, kemudian peneliti mentranslasikan ke dalam Bahasa Indonesia. Di Indonesia, Abidin et al. (2024) telah mengembangkan versi Bahasa Indonesia dari *Parental Burnout Assessment* (PBA), namun penulis tetap menggunakan versi translasi milik penulis karena dianggap lebih relevan dengan fokus penelitian ini, yaitu *parental burnout* pada subjek ayah. Sementara itu, PBA versi Abidin et al. (2024) ditujukan untuk kedua orang tua secara umum, tanpa mengkhususkan pada salah satu peran orang tua (ayah atau ibu). Alat ukur PBA yang sebelumnya dalam Bahasa Inggris dilakukan translasi oleh peneliti ke Bahasa Indonesia. Setelah melakukan translasi, penulis melakukan uji *content validity* dengan melakukan *expert judgement* kepada Ibu Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog. Kemudian, hasil dari *expert judgement* dilakukan revisi oleh penulis dan dilakukan uji keterbacaan kepada tiga responden yang sesuai dengan karakteristik pada penelitian ini. Berdasarkan uji keterbacaan, peneliti kemudian melakukan uji *pilot* pada 60 responden via daring dengan menggunakan *platform Google form*. Hasil translasi sampai dengan uji keterbacaan dapat dilihat pada Lampiran 1 sampai 5, halaman 1 hingga 9.

Roskam et al. (2018) menunjukkan bahwa PBA mempunyai empat dimensi dengan 23 aitem seperti pada tabel 3.1. Contoh aitem dalam PBA yang sudah peneliti translasikan seperti “Saya merasa sangat kelelahan dengan peran saya sebagai orang tua,” “Saya tidak lagi bangga dengan diri saya sebagai orang tua,” “Saya menjalankan peran sebagai orang tua semata-mata karena kewajiban.” Dalam PBA, cara menjawab kuesioner terdiri dari tujuh pilihan, yaitu tidak pernah (0), beberapa kali dalam satu tahun (1), sekali atau kurang dalam satu

bulan (2), beberapa kali dalam satu bulan (3), sekali dalam satu minggu (4), beberapa kali dalam satu minggu (5), setiap hari (6).

Tabel 3. 1 *Blue Print Parental Burnout Assesment (PBA)*

Dimensi	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
<i>Exhaustion in One's Parental Role</i>	1. Individu merasa sangat kelelahan secara emosional dalam tanggung jawabnya sebagai orang tua	1, 4, 9, 10, 21	9
	2. Individu merasa kemampuannya telah mencapai batas dalam peran sebagai orang tua	3, 8, 15, 23	
<i>Contrast with Previous Parental Self</i>	1. Individu merasa adanya perubahan pandangan terhadap kualitas perannya sebagai orang tua	2, 5, 13,	6
	2. Individu merasa kehilangan perasaan bahagia dalam berinteraksi dengan anaknya dan perasaan tidak bisa memenuhi perannya sebagai orang tua	17, 18, 19	
<i>Feelings of Being Fed Up</i>	1. Individu merasa muak dengan tanggung jawabnya sebagai orang tua	6, 16	5
	2. Individu kehilangan kemampuan untuk mempertahankan perannya sebagai orang tua	7, 11, 12	
<i>Emotional Distancing</i>	Individu merasa kehilangan kemampuannya untuk terlibat secara emosional dengan anak	14, 20, 22	3
Total			23

3.4.2 Pengujian Psikometri

Peneliti ingin mengetahui validitas dan reliabilitas dari alat ukur PBA yang digunakan dalam penelitian ini dengan melakukan pengujian psikometri. Pengujian ini menggunakan bantuan aplikasi JASP versi 19.2.0. Alat ukur PBA yang sebelumnya dalam Bahasa Inggris dilakukan translasi oleh peneliti ke Bahasa Indonesia. Setelah melakukan translasi, penulis melakukan uji *content validity* dengan melakukan *expert judgement* kepada Ibu Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog. Kemudian, hasil dari *expert judgement* dilakukan revisi oleh penulis dan dilakukan uji keterbacaan kepada tiga responden yang sesuai dengan karakteristik pada penelitian ini. Berdasarkan uji keterbacaan, peneliti kemudian melakukan uji *pilot* pada 60 responden via daring dengan menggunakan *platform Google form*. Hasil translasi sampai dengan uji keterbacaan dapat dilihat pada Lampiran 1 sampai 5, halaman 1 hingga 9.

3.4.2.1 Uji Validitas Alat Ukur *Parental Burnout Assessment*

Pada pengujian validitas, PBA diujikan dengan jenis *content validity*. Skala PBA dilakukan dengan *expert judgment* oleh dosen pembimbing dengan melakukan penilaian dan pembetulan hasil translasi. PBA yang telah direvisi dilakukan uji keterbacaan kepada tiga responden sesuai dengan karakteristik pada penelitian ini. Uji keterbacaan dilakukan dengan memberikan indeks penilaian 1-4 yaitu “Sangat Tidak Mudah Dipahami” sampai dengan “Sangat Mudah dipahami”. Hasil dari uji keterbacaan menunjukkan nilai *content validity index* lebih $\leq 0,90$, namun beberapa aitem memiliki kata-kata yang perlu direvisi karena kurang dipahami tanpa pengurangan aitem. Oleh karena itu, aitem di revisi kembali, sehingga sudah mudah dipahami dan PBA telah valid untuk dapat mengukur *parental burnout*. Hal ini dapat dilihat pada lampiran 2 hingga 5 halaman 4 sampai 19.

3.4.2.2 Uji Reliabilitas Alat Ukur *Parental Burnout Assessment*

Pengujian reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *cronbach's alpha*. Nilai reliabilitas *cronbach's alpha* pada PBA sebesar 0,931. Menurut Shultz et al. (2021), nilai koefisien alfa yang harus didapatkan adalah minimal sebesar 0,7. Hal ini menunjukkan bahwa alat ukur PBA pada penelitian ini dikategorikan sangat baik, karena melewati batas minimal skor yaitu $>0,7$ (Shultz et al., 2021). Hal ini dapat dilihat pada lampiran 3.

3.4.2.3 Analisis Aitem Alat Ukur *Parental Burnout Assessment*

Analisis aitem dengan *item discrimination* kepada aitem-aitem yang tidak mempunyai variasi pada responnya dengan nilai koefisien korelasi sebesar $\leq 0,3$. Azwar (2022) menunjukkan bahwa daya beda yang tinggi merupakan aitem yang memiliki koefisien korelasi (r_{ix}) sebesar $\geq 0,3$. Pada penelitian ini, peneliti tidak memiliki aitem dengan nilai *item-rest correlation* dibawah 0,3 dengan rentang 0,402-0,746, maka dari itu peneliti tidak melakukan *item discrimination*. Hal ini dapat dilihat pada lampiran 3.

3.5 Teknik Analisis Data

Peneliti menggunakan teknik analisis data dengan statistik deskriptif. Gravetter et al., (2021) mengartikan teknik analisis data statistik deskriptif sebagai salah satu metode yang bertujuan untuk membantu dalam merangkum dan menyederhanakan hasil penelitian. Peneliti menggunakan bantuan *software* JASP versi 19.2.0 untuk mengukur tinggi dan rendahnya skor *parental burnout* dengan nilai *mean*, standar deviasi, serta nilai minimum dan maksimum.

3.6 Prosedur Penelitian

Tahapan yang peneliti lalui dalam penelitian ini dari awal hingga pengolahan data seperti berikut:

- a. Peneliti membuat kuesioner secara daring dengan Google Form yang berisikan data infografis dan aitem-aitem PBA.
- b. Penyebaran kuesioner dilakukan peneliti pada bulan Februari sampai dengan Mei 2024. Kuesioner disebar kepada koresponden yang sesuai dengan karakteristik dalam penelitian ini, baik melalui pesan pribadi ataupun media sosial seperti X, komunitas *online*, instagram dan lainnya.
- c. Jika sudah terkumpul sesuai dengan jumlah target responden, maka peneliti melakukan pemilahan untuk melihat jika ada yang tidak sesuai dan tidak akan digunakan dalam olah data.
- d. Selanjutnya, peneliti akan melakukan *skoring* hasil kuesioner dengan bantuan aplikasi Microsoft Excel.
- e. Setelah melakukan *skoring*, peneliti melakukan olah data menggunakan aplikasi JASP versi 19.3.0 untuk melakukan perhitungan statistik deskriptif berdasarkan usia ayah dan melihat perbedaan *parental burnout* berdasarkan pengelompokan jenis pekerjaan, pendapatan rumah tangga, pendidikan dan status pernikahan untuk melengkapi hasil penelitian.