

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan oleh peneliti adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan ini merupakan pendekatan dengan melibatkan adanya pengukuran variabel yang dilakukan pada setiap subjek untuk mendapatkan skor, yang biasanya dalam bentuk angka dan kemudian dilakukan analisa secara statistik sehingga menghasilkan interpretasi (Gravetter & Forzano, 2020). Pada penelitian ini, pendekatan ini dipilih guna mengukur pengaruh *parenting perfectionism* terhadap *parental burnout* pada ibu yang bekerja.

#### 3.2 Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yakni *parental burnout* sebagai *Dependent Variable* (DV) dan *parenting perfectionism* sebagai *Independent Variable* (IV).

##### 3.2.1 Definisi Operasional *Parental Burnout*

*Parental Burnout* didefinisikan secara operasional sebagai skor total dari *Parental Burnout Assessment* (PBA) yang mengukur empat dimensi yakni *Exhaustion in parental role*, *Contrast in parental self*, *Feelings of being fed up* dan *Emotional distancing*. Pada penelitian ini semakin tingginya skor total keseluruhan yang dihasilkan pada skala ini menandakan bahwa ibu yang bekerja mengalami tingkat *parental burnout* yang lebih tinggi.

##### 3.2.2 Definisi Operasional *Parenting Perfectionism*

*Parenting Perfectionism* didefinisikan secara operasional sebagai skor total dari *Multidimensional Parenting Perfectionism Questionnaire* (MPPQ) yang mengukur sebelas dimensi, yakni *Self Oriented Parenting Perfectionism* (SOPP), *Societal Prescribed Parenting Perfectionism* (SPPP), *Spouse's Self Oriented Parenting Perfectionism* (SSOPP), *Spouse's Partner Prescribed Parenting Perfectionism* (SPPPP), *Spouse Prescribed Parenting Perfectionism* (SPPP),

*Concern Over Parenting Mistakes (COPM), Doubts About Parenting (DAP), Personal Parenting Standards (PPS), Parenting Expectations (PE), Spouse's Parenting Criticism (SPC), Parental Organization (PO)*. Dalam pengukuran ini semakin tingginya skor total keseluruhan yang dihasilkan pada skala ini menandakan bahwa ibu yang bekerja memiliki standar pengasuhan yang tinggi (*parenting perfectionism*).

### **3.3 Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan kelompok besar yang menjadi fokus utama dalam suatu penelitian, sedangkan sampel adalah kelompok kecil yang turut berpartisipasi dalam penelitian tersebut. Sampel diambil dari populasi dengan tujuan untuk mewakili populasi tersebut atau dianggap sebagai representasi yang seimbang (Gravetter & Forzano, 2020). Populasi dalam penelitian ini ialah ibu yang bekerja. Data spesifik terkait jumlah ibu yang bekerja di Indonesia dan sudah memiliki anak tidak tersedia secara terperinci. Namun, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah perempuan Indonesia yang bekerja pada tahun 2022 berjumlah 52 juta jiwa. KemenPPPA menjelaskan bahwa mayoritas dari perempuan yang bekerja sudah berstatus menikah dengan angka persentase yang sudah mencapai 68,66% pada tahun belakangan ini (Kementerian Pemberdayaan Perempuan Indonesia, 2023). Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk mengambil jumlah populasi ibu bekerja yang telah memiliki anak berdasarkan 68,66% dari jumlah ibu bekerja sehingga mendapatkan jumlah sebanyak 35,7 juta jiwa. Kemudian, sampel dipilih dengan mempertimbangkan tingkat kesalahan signifikan sebesar 5%, mengacu pada tabel Isaac dan Michael (sebagaimana dikutip dalam Sugiyono, 2019). Berdasarkan hal ini, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 386 orang.

Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *convenience sampling*, di mana peneliti memilih individu yang mudah dijangkau untuk menjadi partisipan, berdasarkan ketersediaan dan kesediaan mereka untuk berpartisipasi (Gravetter & Forzano, 2020). Karakteristik partisipan yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Ibu yang bekerja *full time* (bekerja  $\pm$  40 jam per minggu)

Kriteria ini ditetapkan karena ibu yang bekerja penuh waktu cenderung menghadapi *demands* yang lebih tinggi baik dari sisi waktu maupun energi dibandingkan ibu yang bekerja paruh waktu atau tidak bekerja, sehingga lebih rentan mengalami tekanan psikologis yang dapat meningkatkan risiko *parental burnout*. Menurut ten Brummelhuis dan Bakker (2012), individu dengan beban kerja yang tinggi termasuk jam kerja panjang akan memiliki *demands* pekerjaan lebih besar yang kemudian berpotensi mengurangi *resources* psikologis mereka untuk menghadapi tuntutan keluarga. Dengan demikian, fokus pada ibu bekerja *full time* dalam penelitian ini dimaksudkan agar dinamika *parenting perfectionism* dan *parental burnout* dapat terlihat lebih jelas pada populasi yang memiliki *exposure demands* kerja yang relatif tinggi.

- b. Memiliki anak dengan rentang usia 18 bulan - 18 tahun

Anak dengan usia di bawah 18 bulan tidak dimasukkan karena pada masa tersebut ibu masih berada dalam fase adaptasi pascapersalinan yang secara emosional sangat fluktuatif, sehingga gejala *parental burnout* dapat tumpang tindih dengan kondisi lain seperti *postpartum depression* (Roskam et al., 2018). Slomian et al. (2019) juga menjelaskan bahwa tekanan psikologis tertinggi pada ibu umumnya terjadi selama tahun pertama setelah kelahiran, terutama akibat perubahan hormonal, kurang tidur, dan tantangan menyusui. Oleh karena itu, usia 18 bulan ke atas dianggap sebagai titik yang lebih stabil secara emosional, sehingga lebih tepat untuk mengevaluasi *parental burnout* secara khusus, bukan gejala *postpartum depression*. Sementara itu, usia maksimal ditetapkan 18 tahun merujuk pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, yang menyatakan bahwa anak adalah individu yang belum berusia 18 tahun. Batas ini dipilih karena tanggung jawab pengasuhan anak secara hukum dan sosial secara umum berlangsung hingga anak mencapai usia tersebut.

c. Tinggal di dalam satu rumah yang sama dengan anak

Kriteria ini ditetapkan karena intensitas interaksi dan keterlibatan langsung dalam aktivitas pengasuhan sehari-hari umumnya hanya dapat terjadi apabila ibu dan anak tinggal dalam satu rumah yang sama. Tinggal serumah menjadi penting untuk memastikan bahwa pengalaman pengasuhan yang dapat memicu parenting perfectionism maupun parental burnout memang benar-benar dialami secara langsung dan rutin oleh partisipan. Hal ini sesuai dengan pandangan Mikolajczak et al. (2019) yang menyebutkan bahwa *parental burnout* muncul terutama pada orang tua yang secara konsisten terlibat dalam tugas pengasuhan intens dan bertanggung jawab langsung atas kesejahteraan anak setiap hari. Selain itu, menurut penelitian Roskam et al. (2018), keterlibatan orang tua secara fisik dan emosional yang berkelanjutan dalam kehidupan anak merupakan salah satu prasyarat munculnya *parental burnout*, karena pengasuhan terus hadir tanpa jeda yang memadai.

### **3.4 Instrumen Penelitian**

Dua instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Parental Burnout Assessment* (PBA), yang digunakan untuk mengukur tingkat *parental burnout*, dan Skala *Multidimensional Parenting Perfectionism Questionnaire* (MPPQ), yang digunakan untuk mengukur tingkat standar pengasuhan (*Parenting perfectionism*).

#### **3.4.1 Deskripsi Instrumen *Parental Burnout***

Untuk melakukan pengukuran tingkat *parental burnout* pada ibu yang bekerja, penelitian ini menggunakan alat ukur *parental burnout assessment* (PBA) yang dikembangkan oleh Roskam et al. (2018) di Belgia. *Parental Burnout Assessment* (PBA) telah dilakukan uji reliabilitas oleh Roskam et al. (2018). Hasil pengujian tersebut menunjukkan tingkat reliabilitas keseluruhan yang sangat baik, dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,960. Hal tersebut mengartikan bahwa PBA merupakan alat ukur yang reliabel. Selain itu, uji reliabilitas pada masing-masing dimensi yang dilakukan oleh Roskam et al., (2018) juga memperlihatkan hasil yang

baik, yakni sebesar 0,93 untuk dimensi *exhaustion in one's parental role*, 0,94 untuk *contrast with previous parental self*, 0,91 dimensi *feelings of being fed up*, dan 0,77 untuk dimensi *emotional distancing*. Hasil ini menunjukkan bahwa setiap dimensi dalam PBA bersifat konsisten dan dapat diandalkan untuk mengukur *parental burnout*. Di samping itu, validitas alat ukur ini telah diuji menggunakan metode *convergent validity*, dengan mengkorelasikan keempat dimensi PBA dengan tiga dimensi dalam *The Parental Burnout Inventory (PBI)*, yang menunjukkan adanya bukti validitas yang kuat (Roskam et al., 2018). Dari kedua bentuk pengujian tersebut, alat ukur *parental burnout assessment (PBA)* dikatakan reliabel dan valid. Alat ukur PBA ini pada awalnya disusun dalam bahasa Inggris yang kemudian dilakukan proses translasi oleh peneliti untuk menerjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Setelah semua aitem diterjemahkan, hasilnya kemudian peneliti konsultasikan oleh dosen pembimbing yang juga berperan sebagai *expert judgement* untuk memastikan kesesuaian makna psikologis dan kejelasan bahasa. Hasil *expert judgement* instrumen PBA dapat dilihat pada lampiran 1. Kemudian peneliti melakukan uji keterbacaan pada tiga responden yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Saat melakukan uji keterbacaan, masih terdapat beberapa masukan sehingga peneliti perlu menyesuaikan kembali. Hasil uji keterbacaan yang telah disesuaikan dapat dilihat pada lampiran 3.

Roskam et al (2018) menyatakan bahwa *parental burnout* terdiri dari empat dimensi yang berkaitan, yang dapat dilihat seperti pada tabel 3.1 di bawah. PBA terdiri dari 23 aitem dengan skala likert yang digunakan untuk dapat mengukur respons berjumlah tujuh pilihan yakni tidak pernah (0) beberapa kali dalam setahun (1) sebulan sekali atau kurang (2) beberapa kali dalam sebulan (3) seminggu sekali (4) beberapa kali dalam seminggu (5) hingga setiap hari (6). Adapun contoh aitem pada *Parental Burnout Assessment (PBA)* yaitu “Saya merasa sangat lelah menjalani peran sebagai orang tua sehingga bahkan tidur pun tidak cukup untuk memulihkan energi saya”.

Pada awalnya, peneliti tidak menemukan versi *Parental Burnout Assessment (PBA)* yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Namun, setelah pelaksanaan *pilot test*, peneliti mengetahui adanya publikasi oleh Abidin et al. (2024) yang telah melakukan adaptasi instrumen PBA ke dalam bahasa

Indonesia. Meski demikian, peneliti tetap memilih untuk menggunakan versi hasil terjemahan mandiri dari versi asli yang dikembangkan oleh Roskam et al. (2018). Keputusan ini didasarkan pada fakta bahwa versi terjemahan mandiri tersebut telah melalui proses peninjauan oleh *expert judgement* dan telah diuji keterbacaannya langsung pada ibu bekerja, sesuai dengan karakteristik partisipan dalam penelitian ini. Penggunaan versi asli memberikan fleksibilitas kepada peneliti dalam menyesuaikan konteks bahasa dan budaya tanpa mengubah makna teoretis dari setiap item. Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk menggunakan versi asli berbahasa Inggris dan melakukan proses translasi secara mandiri.

Tabel 3.1 *Blue Print* Alat Ukur *Parental Burnout Assessment* (PBA)

Dimensi	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
<i>Emotional Exhaustion in one's parental role</i> (Merupakan kondisi kelelahan yang luar biasa terkait peran orang tua, bahkan hanya dengan memikirkan tanggung jawab sudah membuat mereka merasa mencapai batas kemampuan)	Individu merasa kelelahan secara fisik dalam peran sebagai orang tua	4, 9, 3	9
	Individu merasa kelelahan secara emosional dalam dalam tanggung jawab sebagai orang tua	1, 10, 21,	
<i>Contras with Previous Parental Self</i> (Merupakan perasaan tidak lagi menjadi orang tua yang baik seperti sebelumnya, kehilangan kebahagiaan dan jati diri saat berinteraksi dengan anak-anaknya.)	Individu merasa telah mencapai batas kemampuan diri dalam peran orang tua	8, 15, 23	6
	Individu merasa adanya perubahan persepsi terhadap kualitas peran sebagai orang tua	2, 5, 13,	
<i>Feeling of Being Fed Up with one's parental role</i> (Merupakan perasaan tidak mampu lagi bertahan dan ingin melepaskan tanggung jawab sebagai orang tua)	Individu merasa hilangnya kebahagiaan dalam interaksi dengan anak	17, 18, 19	5
	Individu merasa muak terhadap tanggung jawab sebagai orang tua	6, 16	
<i>Emotional Distancing</i> (individu menjadi kurang terlibat dalam pengasuhan dan hubungan dengan anak-anak, serta interaksi terbatas pada aspek fungsional atau instrumental, sementara aspek emosional terabaikan.)	Individu merasa kehilangan kemampuan untuk bertahan dalam peran orang tua	7, 11, 12	3
	Individu merasa kurang terlibat secara emosional dengan anak	14, 20, 22	
<b>Total</b>			<b>23</b>

### 3.4.2 Deskripsi Instrumen *Parenting Perfectionism*

Untuk melakukan pengukuran tingkat *parenting perfectionism* pada ibu yang bekerja, penelitian ini menggunakan alat ukur *the multidimensional parenting perfectionism questionnaire* (MPPQ) oleh (Snell et al., 2005). Snell et al. (2005) menyatakan bahwa *parenting perfectionism* terdiri dari sebelas dimensi yang berkaitan dan terdiri dari 65. MPPQ memiliki nilai reliabilitas yang baik, yakni terdiri dari nilai yang berkisar dari 0,73 (terendah) hingga 0,92 (tertinggi) dengan rata – rata *cronbach's alpha* rata sebesar 0,83 (Snell et al., 2005). Kemudian, alat ukur tersebut juga terbukti valid karena telah dilakukannya uji validitas dengan metode *construct validity* yang terkonfirmasi melalui metode analisis faktor yang menunjukkan bahwa aitem-aitem pada setiap subdimensi sesuai dengan faktor yang diharapkan (Alkan et al., 2021).

Instrumen ini pada awalnya disusun dalam bahasa inggris dengan tujuan mengidentifikasi berbagai dimensi perfeksionisme yang muncul dalam peran sebagai orang tua. Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti belum menemukan adanya adaptasi resmi instrumen MPPQ ke dalam bahasa Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan versi asli bahasa Inggris dan melakukan proses translasi. Proses translasi instrumen dilakukan melalui beberapa tahapan. Pertama, dilakukan *forward translation*, yaitu menerjemahkan instrumen MPPQ dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia oleh peneliti dengan tetap memperhatikan makna konseptual asli. Kedua, hasil terjemahan ini dinilai oleh dosen pembimbing selaku *expert judgment* untuk menilai kesesuaian makna psikologis dan kejelasan bahasa. Hasil translasi instrumen MPPQ dapat dilihat pada lampiran 2. Sama seperti PBA, peneliti juga melakukan uji keterbacaan pada tiga responden yang sesuai dengan karakteristik penelitian dan perlu menyesuaikan kembali karena terdapat beberapa masukan dan saran. Hasil perbaikan aitem alat ukur MPPQ dapat dilihat pada lampiran 4.

MPPQ menggunakan skala likert untuk dapat mengukur respons yang berjumlah lima pilihan yakni sama sekali tidak mencerminkan diri saya (0) sedikit mencerminkan diri saya (1) agak mencerminkan diri saya (2) cukup mencerminkan diri saya (3) sangat mencerminkan diri saya (4). Adapun contoh aitem pada ukur *the multidimensional parenting perfectionism questionnaire* (MPPQ) yaitu “Saya

menetapkan standar yang sangat tinggi untuk diri saya sendiri sebagai orang tua.  
Tabel 3.2 menunjukkan sebaran instrumen MPPQ.



Tabel 3.2 *Blue Print* Alat Ukur *multidimensional parenting perfectionism questionnaire* (MPPQ)

Dimensi	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
<i>Self Oriented Parenting Perfectionism</i> (Merupakan bentuk penetapan standar diri yang sangat tinggi untuk diri sendiri sebagai orang tua dan motivasi yang berlebihan untuk menjadi orang tua yang sempurna)	Individu berusaha memenuhi ekspektasi pribadi yang sangat tinggi ketika menjalankan tanggung jawab sebagai orang tua	1, 26	2
	Individu terdorong untuk selalu menunjukkan kinerja yang sempurna dalam pengasuhan	6, 11, 16, 21	4
<i>Societal Prescribed Parenting Perfectionism</i> (Merupakan bentuk standar yang melibatkan keyakinan bahwa masyarakat secara umum mengharapkan seseorang menjadi orang tua yang sempurna)	Individu percaya bahwa masyarakat memiliki harapan tinggi terhadap kemampuan dan kesempurnaan perannya sebagai orang tua	7, 12, 27	3
	Individu merasa perlu mencapai kesempurnaan dalam perannya sebagai orang tua agar diakui dan dihargai orang lain	2, 17, 22	3
<i>Spouse's Self Oriented Parenting Perfectionism</i> (Merupakan standar yang melibatkan keyakinan seseorang bahwa pasangannya menetapkan standar diri yang sangat tinggi untuk dirinya sendiri sebagai orang tua)	Individu percaya pasangannya menetapkan ekspektasi tinggi terhadap kemampuan dirinya dalam menjalankan peran sebagai orang tua	3, 8, 18	3
	Individu percaya bahwa pasangannya memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai kesempurnaan dalam menjalankan peran sebagai orang tua	13, 23, 28	3
<i>Spouse's Partner Prescribed Parenting Perfectionism</i> (Merupakan standar yang melibatkan keyakinan bahwa pasangan responden mengharapkan responden menjadi orang tua yang sempurna)	Individu merasa pasangannya memiliki harapan yang tinggi terhadap dirinya sebagai orang tua yang sempurna	4, 9, 24	3
	Individu merasa pasangannya memberikan tekanan kepada dirinya untuk menjadi orang tua yang sempurna	14, 19, 29	3
<i>Spouse Prescribed Parenting Perfectionism</i> (Merupakan standar yang melibatkan harapan pengasuhan yang tidak realistis dan perfeksionis responden untuk pasangannya)	Individu memiliki harapan yang tinggi terhadap kesempurnaan pasangannya dalam menjalankan peran sebagai orang tua	5, 10, 15	3
	Individu menetapkan standar perfeksionis terhadap peran pengasuhan yang dijalankan pasangan	20, 25, 30	3
<i>Concern Over Parenting Mistakes</i>	Individu sangat kritis terhadap dirinya sehingga memiliki kecenderungan untuk merasa gagal atas kesalahan yang dibuat dalam peran pengasuhan	39, 40, 44, 48	4

(Merupakan usaha untuk terlalu kritis terhadap kemampuan mengasuh pada diri sendiri	Individu percaya bahwa kesalahan dalam pengasuhan dapat mempengaruhi persepsi orang lain terhadap dirinya	43, 51, 53, 55, 64	5
<i>Doubts About Parenting</i>	Individu sering merasa tidak yakin atau ragu terhadap keputusannya dalam menjalankan peran sebagai orang tua	58, 63	2
(Merupakan ketidakpuasan umum atau ketidakpastian tentang kualitas perilaku pengasuhan seseorang)	Individu merasa tidak puas dengan kualitas perilaku pengasuhannya meskipun sudah berusaha keras	47, 62	2
<i>Personal Parenting Standards</i>	Individu menetapkan standar pengasuhan yang sangat tinggi untuk dirinya sendiri	34, 36, 42, 49	4
(Merupakan bentuk penetapan standar pengasuhan yang terlalu tinggi)	Individu merasa bahwa standar pengasuhan yang ditetapkan lebih tinggi dibandingkan standar orang tua lainnya	46, 54, 60	3
<i>Parenting Expectations</i>	Individu merasa bahwa hanya dengan menjadi orang tua yang sempurna mereka dapat memenuhi harapan pribadi pasangannya	45, 50	2
(Merupakan kecenderungan untuk memiliki harapan pribadi yang perfeksionis tentang perilaku pengasuhan seseorang)	Individu merasa bahwa pasangannya mengharapkan pengasuhan yang sempurna dari dirinya.	31, 41, 56	3
<i>Spouse's Parenting Criticism</i>	Individu merasa sering menerima kritik dari pasangan atas perilaku pengasuhannya	33, 35	2
(Merupakan evaluasi kritis dan harapan tentang pengasuhan seseorang dari pasangannya)	Individu merasa tidak mampu memenuhi standar dan harapan pasangan terkait pengasuhan	52, 65	2
<i>Parental Organization</i>	Individu menekankan pentingnya keteraturan dan kerapian dalam aktivitas pengasuhan sehari-hari	32, 37, 59	3
(Merupakan kecenderungan seseorang untuk menekankan ketertiban dan ketepatan dalam aktivitas pengasuhan sehari-hari)	Individu berusaha menerapkan pendekatan yang terorganisir dalam menjalankan tugas-tugas pengasuhan	38, 57, 61	3
		<b>Total</b>	<b>65</b>

### 3.5 Pengujian Psikometri

Peneliti ingin menguji reliabilitas dan validitas dua alat ukur yang digunakan, yaitu PBA dan MPPQ. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan aplikasi JASP versi 0.18.3, sementara validitas diukur dengan *content validity* melalui penilaian ahli. Untuk uji coba, peneliti membagikan kuesioner melalui Google Form kepada 30 ibu yang bekerja secara *full time* dan telah memiliki anak minimal berusia 18 bulan.

#### 3.5.1 Validitas Alat Ukur *Parental Burnout* (PBA)

Uji validitas alat ukur PBA yang digunakan dalam penelitian ini berfokus pada *content validity*. Validitas isi diperoleh melalui proses *expert judgement* yang dilakukan oleh dosen pembimbing terhadap 23 item hasil terjemahan. Berdasarkan penilaian tersebut, seluruh item dinyatakan sesuai dengan konsep yang ingin diukur, serta dianggap dapat merepresentasikan konstruk *parental burnout*. Dengan demikian, semua item dinilai memiliki validitas isi yang memadai dan layak digunakan dalam proses pengumpulan data.

#### 3.5.2. Reliabilitas Alat Ukur *Parental Burnout* (PBA)

Uji psikometri untuk menilai reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *cronbach's alpha*. Shultz et al. (2020) menyarankan bahwa koefisien yang diharapkan harus minimal 0,7. Berdasarkan hasil pengujian pertama, PBA menunjukkan nilai reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,93. Kemudian nilai reliabilitas *cronbach's alpha* tersebut meningkat menjadi 0,94 setelah satu aitem PBA dieliminasi. Dengan demikian, PBA dianggap reliabel dalam mengukur variabel yang dimaksud.

#### 3.5.3 Analisis Aitem Alat Ukur *Parental Burnout* (PBA)

Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis item-item dalam instrumen PBA untuk mengetahui nilai *item-rest correlation* menggunakan JASP 0.18.3. Menurut Streiner et al. (2015), nilai minimal yang harus dicapai agar item dianggap baik adalah 0,2. Pada analisis awal hanya terdapat satu aitem saja yang bernilai kurang dari 0,2 yakni aitem CO6 dengan *item rest correlation* 0,153. Berdasarkan hal ini, item dengan nilai kurang dari 0,2 tersebut dihapus. Setelah eliminasi, nilai item

tidak lagi ada yang berkisar di 0,2 melainkan bervariasi mulai dari 0,3 hingga 0,7. Berdasarkan hasil ini, item-item yang tersisa pada instrumen PBA dapat dianggap sebagai item yang baik.

#### **3.5.4 Validitas Alat Ukur *Parenting Perfectionism* (MPPQ)**

Uji validitas alat ukur MPPQ yang digunakan dalam penelitian ini berfokus pada *content validity*. Validitas isi diperoleh melalui proses *expert judgement* yang dilakukan oleh dosen pembimbing terhadap 65 item hasil terjemahan. Berdasarkan penilaian tersebut, seluruh item dinyatakan sesuai dengan konsep yang ingin diukur, mudah dipahami, serta dianggap mampu merepresentasikan konstruk *parenting perfectionism*. Dengan demikian, semua item dinilai memiliki validitas isi yang memadai dan layak digunakan dalam proses pengumpulan data.

#### **3.5.5 Reliabilitas Alat Ukur *Parenting Perfectionism* (MPPQ)**

Uji psikometri untuk menilai reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Cronbach's alpha*. Shultz et al. (2020) menyarankan bahwa koefisien yang diharapkan harus minimal 0,7. Berdasarkan hasil pengujian pertama, MPPQ menunjukkan nilai reliabilitas *Cronbach's  $\alpha$*  sebesar 0,97. Dari pengujian yang dilakukan, peneliti tidak menemukan adanya aitem yang memiliki nilai *item-rest correlation* kurang dari 0,2, mengingat nilai minimum yang disarankan adalah 0,2 menurut Streiner et al. (2015). Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk tidak mengeliminasi item tersebut. Dengan demikian, MPPQ dianggap reliabel dalam mengukur variabel yang dimaksud.

#### **3.5.6 Analisis Aitem Alat Ukur *Parenting Perfectionism* (MPPQ)**

Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis item-item dalam instrumen MPPQ untuk mengetahui nilai *item-rest correlation* menggunakan JASP 0.18.3. Menurut Streiner et al. (2015), nilai minimal yang harus dicapai agar item dianggap baik adalah 0,2. Pada analisis awal, nilai item yang dihasilkan sangat baik yakni berkisar antara 0,304 hingga 0,787. Tidak terdapat aitem bernilai kurang dari 0,2 sehingga berdasarkan hasil ini, item-item pada instrumen MPPQ dapat dianggap sebagai item yang baik.

### 3.6 Teknik Analisa Data

Dalam penelitian ini, uji regresi linear sederhana digunakan untuk menganalisis pengaruh *parenting perfectionism* terhadap *parental burnout* pada ibu yang bekerja. Dengan metode ini, peneliti dapat mengetahui bagaimana kontribusi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen (Gravetter & Forzano, 2020). Sebelum menguji hipotesis, terdapat empat asumsi yang perlu dipenuhi sebagaimana dikemukakan oleh Field (2018), yaitu:

- a. Uji normalitas, dilakukan untuk memastikan apakah data bersifat normal. Biasanya diperiksa melalui uji *Shapiro-Wilk*, *Kolmogorov-Smirnov*, atau melihat histogram / Q-Q plot.
- b. Uji linearitas, bertujuan untuk memastikan apakah hubungan antara variabel independen dan dependen berbentuk linier sehingga sesuai karakteristik model regresi linier.
- c. Uji independensi error, digunakan untuk memverifikasi bahwa residual antar observasi tidak berkorelasi satu sama lain, sehingga dapat mencegah bias pada estimasi parameter.
- d. Uji homoskedastisitas, dilakukan untuk menilai apakah variansi residual konstan di seluruh nilai variabel prediktor, agar hasil signifikan dan confidence interval tetap akurat.

Jika keempat asumsi ini terpenuhi, peneliti akan melanjutkan analisis menggunakan regresi linier sederhana. Namun jika ada asumsi yang tidak terpenuhi, maka akan digunakan analisis regresi logistik. Pengujian dilakukan dengan menggunakan aplikasi JASP versi 0.18.3.

### 3.7 Prosedur Penelitian

Saat melakukan penelitian, terdapat prosedur yang dijalankan dari awal hingga berakhirnya proses penelitian atau proses pengolahan data. Prosedur penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

- a. Pengumpulan data dilakukan antara Januari hingga Mei 2025, dengan menyebarkan kuesioner melalui *Google Forms* dan mengunjungi responden yang memenuhi kriteria.

- b. Selanjutnya peneliti akan melakukan verifikasi data untuk memastikan hanya responden yang memenuhi kriteria yang digunakan.
- c. Tahap berikutnya peneliti melakukan pengolahan data menggunakan Microsoft Excel.
- d. Selanjutnya dilakukan pengujian asumsi sebagai tahap awal sebelum melakukan analisis regresi. Namun karena hasil uji asumsi tidak terpenuhi, maka analisis regresi yang dilakukan adalah uji regresi logistik.
- e. Peneliti melakukan analisis tambahan menggunakan JASP 0.18.3 untuk melihat pengaruh *parental burnout* dan *parenting perfectionism* berdasarkan faktor yang mempengaruhi.

