

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode pendekatan secara kuantitatif, yaitu proses pengukuran variabel pada setiap subjek untuk memperoleh skor yang umumnya dinyatakan dalam bentuk angka. Data tersebut kemudian dianalisis secara statistik untuk menghasilkan ringkasan dan interpretasi (Gravetter & Forzano, 2021). Pendekatan kuantitatif digunakan untuk menguji pengaruh variabel resiliensi terhadap *parental burnout* pada ibu dengan anak ASD melalui analisis statistik.

3.2 Variabel Penelitian

Parental burnout sebagai *Dependent Variable* (DV) dan resiliensi sebagai *Independent Variable* (IV) merupakan kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini.

3.2.1 Definisi Operasional *Parental Burnout*

Secara operasional, *parental burnout* diukur berdasarkan total skor dari instrumen *The Parental Burnout Assessment* (PBA) yang dikembangkan oleh Roskam *et al.* (2018). Instrumen ini mengevaluasi empat aspek, yaitu kelelahan dalam peran sebagai orang tua, perbedaan antara diri sebagai orang tua saat ini dan sebelumnya, perasaan jenuh, serta keterlibatan emosional yang berkurang. Skor PBA yang lebih tinggi mencerminkan tingkat *parental burnout* yang lebih tinggi pada ibu yang memiliki anak dengan ASD.

3.2.2 Definisi Operasional Resiliensi

Resiliensi secara operasional didefinisikan melalui skor total yang diperoleh dari *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC), yang dikembangkan oleh Connor dan Davidson (2003). Instrumen ini mencakup lima dimensi, yaitu kompetensi pribadi, kepercayaan terhadap intuisi diri, penerimaan positif terhadap perubahan, kemampuan mengendalikan diri, dan pengaruh spiritual. Semakin tinggi

skor total yang diperoleh, semakin tinggi tingkat resiliensi pada ibu yang memiliki anak dengan ASD.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini merujuk pada ibu yang memiliki anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Karena data pasti terkait jumlah ibu dengan anak ASD belum tersedia, peneliti mengacu pada data Kementerian Kependudukan dan Pembangunan Keluarga (BKKBN, 2024) yang mencatat sekitar 2,4 juta anak ASD di Indonesia. Dengan asumsi bahwa setiap anak diasuh oleh satu ibu sebagai pengasuh utama, populasi penelitian diperkirakan berjumlah sama. Berdasarkan tabel Isaac dan Michael (dalam Sugiyono, 2019) dengan tingkat kesalahan 5%, jumlah sampel yang ditetapkan adalah 386 responden. Sampel ini diambil untuk mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan (Gravetter & Forzano, 2021).

Penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan jenis *convenience sampling* untuk menentukan sampel. Metode ini melibatkan partisipan yang mudah diakses oleh peneliti dan dipilih berdasarkan ketersediaan mereka untuk berpartisipasi (Gravetter & Forzano, 2021). Berdasarkan pemaparan, sampel yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah:

- a. Ibu yang memiliki anak dengan ASD berusia 2 — 18 tahun. Peneliti menetapkan batasan usia anak lebih dari 2 tahun karena perilaku yang terkait dengan gangguan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) umumnya mulai tampak pada usia dini, terutama pada rentang usia 12–24 bulan. Gejala dapat muncul lebih awal jika keterlambatan perkembangan sangat jelas, atau lebih lambat jika gejalanya tidak terlalu mencolok (APA, 2022). Dengan demikian, ibu yang memiliki anak berusia lebih dari 2 tahun dipilih sebagai partisipan untuk memastikan bahwa gejala ASD sudah dapat diamati dengan lebih jelas.
- b. Ibu dan anak ASD tinggal dalam satu rumah
- c. Diagnosa ASD diberikan oleh profesional seperti Psikolog dan/atau Psikiater

3.4 Instrumen Penelitian

Terdapat dua instrumen yang digunakan pada penelitian ini, yakni *The Parental Burnout Assessment* (PBA) guna mengukur *parental burnout* dan *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) guna mengukur resiliensi.

3.4.1 Deskripsi Instrumen *Parental Burnout*

Instrumen *Parental Burnout Assessment* (PBA) yang dikembangkan oleh Roskam *et al.* (2018). Secara keseluruhan, PBA memiliki reliabilitas yang sangat tinggi, dengan nilai *Cronbach's alpha* mencapai 0,960. Uji reliabilitas pada masing-masing dimensi yang dilaporkan oleh Roskam *et al.* (2018) juga menunjukkan konsistensi internal yang tinggi, yaitu 0,93 untuk dimensi *exhaustion in one's parental role*, 0,94 untuk *contrast with previous parental self*, 0,91 untuk *feelings of being fed up*, dan 0,77 untuk *emotional distancing*. Nilai-nilai ini menegaskan bahwa masing-masing dimensi dari PBA dapat diandalkan untuk mengukur *parental burnout*. Di samping itu, validitas konstruk alat ini juga telah dikonfirmasi melalui uji *convergent validity*, yang membandingkan empat dimensi PBA dengan tiga dimensi dari *Parental Burnout Inventory* (PBI), menghasilkan bukti validitas yang kuat (Roskam *et al.*, 2018). Oleh karena itu, PBA dipandang sebagai instrumen yang sah dan andal dalam mengukur tingkat *parental burnout* secara menyeluruh.

Instrumen PBA telah dialihbahasakan oleh peneliti ke dalam Bahasa Indonesia yang terlampir pada Lampiran 1. Untuk memastikan struktur kalimat yang baku dan penggunaan bahasa yang mudah dipahami, peneliti terlebih dahulu menyusun terjemahan awal dengan bantuan teknologi kecerdasan buatan (AI). Terjemahan awal ini kemudian dikonsultasikan kepada dosen pembimbing guna memperoleh *expert judgement*. Dosen pembimbing memberikan beberapa masukan terhadap aitem-aitem yang dinilai belum tepat atau kurang sesuai dengan konteks, yang kemudian direvisi oleh peneliti berdasarkan arahan tersebut. Revisi hasil konsultasi ini tercantum dalam Lampiran 2.

Setelah itu, peneliti melakukan pemeriksaan terhadap kecocokan setiap aitem dan melanjutkan dengan uji keterbacaan. Uji keterbacaan dilakukan kepada tiga partisipan yang memiliki karakteristik serupa dengan subjek penelitian, yaitu

ibu dengan anak ASD. Komentar dan tanggapan dari partisipan mengenai kejelasan dan pemahaman aitem dapat dilihat pada Lampiran 3. Berdasarkan hasil uji keterbacaan tersebut, ditemukan bahwa aitem nomor 2, 8, dan 23 masih perlu diperjelas. Peneliti, dengan mempertimbangkan masukan dari dosen pembimbing, kemudian melakukan revisi terhadap ketiga aitem tersebut. Revisi akhir dapat dilihat pada Lampiran 4.

Terdapat empat dimensi utama dalam instrumen PBA, sebagaimana dirangkum dalam **Tabel 3.1**. Instrumen ini terdiri dari 23 item pernyataan yang bersifat *favorable*. Salah satu contoh aitem adalah: “Saya merasa sangat lelah menjalani peran sebagai orang tua sehingga bahkan tidur pun tidak cukup untuk memulihkan energi saya.” Skala pengukuran yang digunakan adalah skala *Likert* tujuh poin, yang mencakup rentang dari 0 (tidak pernah) hingga 6 (setiap hari). Total skor *parental burnout* diperoleh dengan menjumlahkan seluruh skor item yang direspons oleh partisipan. Distribusi item dalam instrumen PBA dapat dilihat secara rinci pada **Tabel 3.1**.

Tabel 3.1 Sebaran Instrumen PBA

Dimensi	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
<i>Exhaustion in one's parental role</i>	Individu merasa kelelahan secara emosional dalam tanggung jawab sebagai orang tua	1, 4, 9, 10, 21	9
	Individu merasa mencapai batas kemampuan diri dalam peran orang tua	8, 15, 23	
<i>Contrast with previous parental self</i>	Individu merasa perubahan persepsi terhadap kualitas peran sebagai orang tua	2, 5, 13	6
	Individu merasa kehilangan kebahagiaan dalam berinteraksi dengan anak dan perasaan tidak lagi mencapai tujuan dalam peranannya sebagai orang tua	17, 18, 19	
<i>Feelings of being fed up</i>	Individu merasa muak terhadap tanggung jawab sebagai orang tua	6, 16	5
	Individu kehilangan kemampuan untuk bertahan dalam peran orang tua	7, 11, 12	
<i>Emotional distancing</i>	Individu merasa kehilangan kemampuan untuk terlibat secara emosional dengan anak	14, 20, 22	3
Total			23

3.4.2 Deskripsi Instrumen Resiliensi

Penelitian ini memanfaatkan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) sebagai instrumen untuk mengukur tingkat resiliensi individu. Instrumen ini awalnya dikembangkan oleh Connor dan Davidson (2003), namun versi yang digunakan dalam penelitian ini adalah versi pendek yang terdiri dari 10 aitem dan telah disesuaikan oleh Sills dan Stein (2007) dalam bentuk konstruk unidimensional. CD-RISC versi 10-aitem ini memiliki tingkat reliabilitas yang baik, ditunjukkan oleh nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,850 (Sills & Stein, 2007). Selain itu, validitas konstruk dari instrumen ini juga telah diuji dan menunjukkan bahwa semua item yang ada valid dalam mengukur aspek resiliensi.

Sebagai bagian dari proses adaptasi instrumen, peneliti menerjemahkan alat ukur dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia untuk memastikan kesesuaian bahasa dan kemudahan pemahaman bagi partisipan. Proses penerjemahan instrumen dilakukan oleh peneliti dari Bahasa Inggris ke dalam Bahasa Indonesia guna memastikan keterpahaman oleh partisipan. Untuk membantu menyempurnakan struktur kalimat dan penggunaan bahasa agar lebih baku dan mudah dipahami, peneliti memanfaatkan teknologi kecerdasan buatan (AI) dalam proses penyusunan terjemahan awal. Hasil terjemahan terlampir pada Lampiran 5. Setelah itu, peneliti melakukan penyesuaian terhadap aitem-aitem berdasarkan masukan dari dosen pembimbing melalui *expert judgement*. Hasil dari proses *expert judgement* ini tercantum pada Lampiran 6.

Selanjutnya, peneliti melaksanakan uji keterbacaan yang melibatkan tiga partisipan dengan karakteristik serupa dengan subjek penelitian, yaitu ibu dengan anak ASD. Hasil uji keterbacaan yang tercantum pada Lampiran 7 menunjukkan bahwa aitem nomor 3 pada CD-RISC kurang dipahami oleh partisipan, sehingga perlu dilakukan revisi. Berdasarkan masukan dari partisipan serta arahan dari dosen pembimbing, peneliti melakukan perbaikan terhadap aitem tersebut agar lebih jelas dan mudah dipahami oleh partisipan. Hasil revisi akhir terhadap aitem nomor 3 tercantum dalam Lampiran 8. Salah satu contoh item dari instrumen ini adalah: "Saya mampu beradaptasi dengan perubahan." Instrumen CD-RISC menggunakan skala Likert lima poin, yaitu dari 0 (*sama sekali tidak benar*) hingga 4 (*hampir selalu benar*). Skor total diperoleh dengan menjumlahkan nilai dari seluruh item,

mencerminkan satu dimensi umum dari resiliensi. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih kuat pada individu yang diukur.

3.5 Pengujian Psikometri

Penelitian ini bertujuan untuk menguji reliabilitas dan validitas dua alat ukur, yaitu PBA dan CD-RISC, melalui pendekatan psikometrik. Analisis reliabilitas akan dilakukan menggunakan *software* JASP versi 0.19.2, sedangkan validitas konten akan dinilai melalui evaluasi ahli (*expert judgement*). Sebanyak 57 responden yang merupakan ibu dari anak dengan ASD akan mengisi kuesioner melalui *Google Form* sebagai bagian dari uji coba instrumen.

3.5.1 Validitas Alat Ukur *Parental Burnout* (PBA)

Uji validitas yang digunakan untuk *The Parental Burnout Assessment* (PBA) adalah *content validity* yang telah diterjemahkan oleh peneliti. Setelah proses terjemahan awal selesai, peneliti mengonsultasikan hasil terjemahan tersebut kepada dosen pembimbing sebagai pihak yang memberikan *expert judgement*. Masukan dari dosen pembimbing digunakan untuk menilai kesesuaian makna, kejelasan bahasa, dan keterwakilan konstruk dalam setiap aitem. Berdasarkan masukan tersebut, peneliti melakukan penyesuaian terhadap aitem-aitem yang dianggap kurang tepat. Hasil dari proses *expert judgement* ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, aitem-aitem dalam instrumen telah merepresentasikan konstruk *parental burnout* dengan baik, serta dinilai layak dan valid untuk digunakan dalam konteks penelitian ini.

3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur *Parental Burnout* (PBA)

Reliabilitas instrumen *Parental Burnout Assessment* (PBA) dalam penelitian ini diuji menggunakan metode *Cronbach's alpha* melalui perangkat lunak JASP versi 0.19.2. Mengacu pada kriteria Shultz *et al.* (2014), nilai reliabilitas $\geq 0,7$ dianggap memadai. Hasil analisis menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,978, yang menunjukkan bahwa PBA memiliki reliabilitas sangat tinggi dan konsisten dalam mengukur konstruk *parental burnout*.

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

Peneliti melakukan analisis item terhadap 23 item dalam alat ukur PBA menggunakan *item-rest correlation* melalui aplikasi JASP versi 0.19.2. Berdasarkan panduan Streiner *et al.* (2015), item yang memiliki nilai korelasi di bawah 0,2 sebaiknya dieliminasi karena dianggap kurang berkontribusi terhadap konsistensi alat ukur. Dalam penelitian ini, seluruh aitem memiliki nilai korelasi di atas 0,2, sehingga tidak ada aitem yang perlu dihapus. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *item-rest correlation* berada dalam rentang 0,481 hingga 0,906. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa analisis aitem pada PBA menunjukkan hasil yang baik, dengan semua aitem memenuhi syarat sebagai aitem yang berkualitas dan layak digunakan dalam pengukuran.

3.5.4 Validitas Alat Ukur Resiliensi (CD-RISC)

Proses pengujian validitas alat ukur menggunakan *content validity* pada CD-RISC dilakukan dengan cara yang serupa dengan pengujian pada alat ukur sebelumnya. CD-RISC yang digunakan telah diadaptasi oleh Sills dan Stein (2007), kemudian diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti. Setelah proses penerjemahan, peneliti melakukan penyesuaian terhadap aitem-aitem berdasarkan masukan dari *expert judgement*, yaitu dosen pembimbing yang memiliki keahlian di bidang psikologi. Masukan tersebut digunakan untuk memastikan bahwa setiap aitem dalam alat ukur tetap merepresentasikan konstruk resiliensi secara tepat dalam konteks budaya dan bahasa Indonesia. Berdasarkan hasil penilaian tersebut, aitem-aitem dalam CD-RISC dinyatakan telah merepresentasikan konstruk resiliensi dengan baik dan dinilai valid secara isi untuk digunakan dalam penelitian ini.

3.5.5 Reliabilitas Alat Ukur Resiliensi (CD-RISC)

Dalam penelitian ini, reliabilitas alat ukur CD-RISC diuji menggunakan *Cronbach's alpha* melalui aplikasi JASP versi 0.19.2. Mengacu pada pedoman Shultz *et al.* (2014), nilai koefisien *Cronbach's alpha* yang diterima untuk menunjukkan reliabilitas alat ukur adalah minimal 0,7. Hasil analisis menunjukkan bahwa alat ukur CD-RISC memiliki nilai koefisien *Cronbach's alpha* sebesar 0,747, yang mengindikasikan tingkat reliabilitas yang baik. Namun, terdapat satu

aitem yang dihapus karena nilai koefisien dibawah batas minimal. Setelah penghapusan aitem tersebut, peneliti kembali melakukan uji reliabilitas dan memperoleh nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,767, yang menegaskan bahwa alat ukur CD-RISC tetap reliabel dan bahkan mengalami peningkatan reliabilitas setelah revisi.

3.5.6 Analisis Aitem Alat Ukur Resiliensi (CD-RISC)

Peneliti melakukan analisis terhadap 10 aitem dalam alat ukur CD-RISC menggunakan *item-rest correlation* melalui aplikasi JASP versi 0.19.2. Mengacu pada panduan Streiner *et al.* (2015), aitem yang memiliki nilai korelasi di bawah 0,2 dianggap kurang memberikan kontribusi terhadap konsistensi alat ukur, sehingga perlu dieliminasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa aitem 8 memiliki nilai korelasi di bawah 0,2, sehingga aitem tersebut dieliminasi dari alat ukur. Setelah eliminasi aitem 8, analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa nilai *item-rest correlation* untuk aitem yang tersisa berada pada rentang 0,287 hingga 0,613. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan eliminasi, aitem-aitem pada alat ukur CD-RISC yang tersisa sudah memenuhi kriteria yang diperlukan dan dapat digunakan dengan baik untuk mengukur resiliensi.

3.6 Teknik Analisis Data

Analisis pertama yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik partisipan (Gravetter & Forzano, 2021). Variabel-variabel yang dianalisis secara deskriptif meliputi usia ibu, jumlah anak secara keseluruhan, usia anak dengan ASD, urutan kelahiran anak dengan ASD, pendidikan terakhir ibu, pekerjaan ibu, status pernikahan, dan pemasukan rumah tangga per bulan. Analisis ini bertujuan untuk memahami latar belakang partisipan dan memberikan konteks terhadap hasil utama penelitian.

Setelah itu, dilakukan empat rangkaian uji asumsi yang perlu terpenuhi sebelum melanjutkan ke pengujian hipotesis menggunakan regresi linear sederhana (Field, 2018). Uji asumsi tersebut meliputi:

- a. Uji normalitas, yang bertujuan untuk memastikan bahwa distribusi residual mengikuti pola distribusi normal, yang diuji secara visual melalui histogram atau Q-Q Plot, maupun secara statistik menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dan *Kolmogorov-Smirnov*.
- b. Uji linearitas, yang memastikan bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linear, sehingga sesuai dengan karakteristik model regresi linear.
- c. Uji independensi error, yang bertujuan untuk memverifikasi bahwa residual antar-observasi tidak saling berkorelasi, guna menghindari bias dalam estimasi parameter.

Jika seluruh asumsi tersebut terpenuhi, maka pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi linear sederhana untuk melihat pengaruh resiliensi terhadap *parental burnout* pada ibu yang memiliki anak dengan ASD. Namun, apabila uji normalitas tidak terpenuhi dan data tidak berdistribusi normal, maka digunakan regresi logistik sebagai metode alternatif karena tidak mensyaratkan distribusi normal pada variabel terikat. Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP versi 0.19.2.0.

3.7 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian berisi tahapan yang dilalui dalam penelitian, mulai dari awal sampai dengan proses pengolahan data. Prosedur penelitian dijalani dengan langkah, seperti berikut:

- a. Proses pengumpulan data berlangsung dari Januari hingga Mei 2025. Peneliti menggunakan kuesioner *online* melalui *Google Forms* untuk menjaring partisipan yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Selain itu, peneliti juga secara langsung menemui atau menghubungi *by online* pada partisipan yang memenuhi kriteria untuk mengisi kuesioner.
- b. Peneliti meninjau data yang dikumpulkan dari partisipan. Jika ditemukan partisipan yang tidak sesuai dengan kriteria penelitian, data tersebut tidak akan digunakan dalam analisis.
- c. Data hasil kuesioner kemudian melalui tahap skoring dan diolah menggunakan perangkat lunak Microsoft Excel.

- d. Untuk analisis lebih lanjut, peneliti menggunakan aplikasi JASP 0.19.2 untuk melakukan uji asumsi, seperti uji normalitas, linearitas, independensi eror, dan homoskedastisitas.
- e. Apabila asumsi tersebut terpenuhi, peneliti melanjutkan uji hipotesis dengan uji regresi linear. Namun, jika tidak terpenuhi, peneliti beralih menggunakan uji regresi logistik.
- f. Setelah mendapatkan hasil dari olah data, maka peneliti akan membentuk tabel dan melakukan interpretasi data secara deskriptif.
- g. Peneliti memberikan kesimpulan terhadap hasil dari penelitian yang telah diperoleh.