

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini memakai penelitian kuantitatif, di mana fokusnya terhadap pengukuran variabel yang diberikan pada individu guna mendapatkan skor, umumnya dalam bentuk nilai numerik, nilai-nilai ini kemudian dianalisis secara statistik untuk diinterpretasikan dan diteliti lebih lanjut (Gravetter & Forzano, 2018). Peneliti bertujuan untuk melakukan penelitian kuantitatif guna mengetahui pengaruh antara *self-compassion* terhadap *caregiver burden* pada *caregiver* skizofrenia.

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Terdapat dua variabel utama yang dianalisis, yakni *self-compassion* dan *caregiver burden*. *Dependent Variabel* (DV) pada penelitian ini adalah *caregiver burden* dan *Independent Variabel* (IV), yakni *self-compassion*.

##### **3.2.1 Definisi Operasional Caregiver Burden**

*Caregiver burden* adalah hasil dari skor total menggunakan Zarit Burden Interview (ZBI), yang mengukur hanya satu dimensi (unidimensional) (Zarit et al., 1986). Pada penilaian ini, semakin tinggi skor total *caregiver burden*, semakin besar beban yang dirasakan *caregiver* dalam merawat individu dengan skizofrenia, begitu pun sebaliknya.

##### **3.2.2 Definisi Operasional Self-Compassion**

Mengacu pada Sugianto et al. (2020), SWD mencakup tiga aspek: *self-kindness vs self-judgement*, *feeling of common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs over-identification*. Skor total dari skala ini diterapkan untuk menilai *self-compassion*. Skor total mencerminkan sejauh mana seorang *caregiver* menunjukkan sikap baik dan kepedulian terhadap dirinya sendiri. Semakin tinggi skornya, semakin tinggi tingkat sikap baik dan kepedulian *caregiver* terhadap dirinya sendiri, begitu pun sebaliknya.

#### **3.3 Populasi dan Sampel**

Dalam konteks penelitian, populasi mengacu pada sebagian individu yang menjadi fokus penelitian, walaupun tidak semua individu dalam populasi terlibat

dalam penelitian tersebut (Gravetter & Forzano, 2018). Hasil penelitian diharapkan dapat diterapkan secara umum pada seluruh populasi yang relevan. Populasi yang dipilih adalah *caregiver* skizofrenia. Dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, terdapat sekitar 282.654 anggota rumah tangga di Indonesia yang mengalami skizofrenia, yang setara dengan 0,67 persen dari populasi (Kemenkes RI, 2018). Ukuran sampel didasarkan pada total populasi, sesuai dengan metode yang diuraikan oleh Sugiyono (2017). Sesuai dengan tabel Isaac dan Michael, keputusan ini mengacu pada tingkat kesalahan (*significance level*) sebesar 5%. Oleh karena itu, sebanyak 348 individu menjadi jumlah sampel yang dipilih pada penelitian ini.

Kemudian, pengambilan sampel dengan *Nonprobability sampling*, khususnya *convenience sampling*. Teknik ini dipilih karena umumnya berdasarkan kemudahan akses, sambil tetap berusaha mewakili populasi dan menghindari bias (Gravetter & Forzano, 2018). Mereka yang terjangkau dan siap untuk berpartisipasi sebagai responden dipilih sebagai bentuk *convenience sampling* (Gravetter & Forzano, 2018). Kriteria pemilihan sampel mencakup tiga karakteristik utama, yakni (1) mempunyai anggota keluarga yang mengalami skizofrenia, (2) tinggal satu rumah bersama individu skizofrenia, (3) telah merawat individu skizofrenia minimal 1 tahun. Selain itu, alasan peneliti memilih sampel yang tinggal serumah dengan individu skizofrenia dikarenakan *caregiver* yang tinggal serumah cenderung terlibat secara langsung selama proses merawat individu skizofrenia. Peneliti memilih sampel yang telah merawat individu skizofrenia minimal 1 tahun dikarenakan durasi gejala yang dialami oleh individu skizofrenia adalah 6 bulan, di mana selama 6 bulan berikutnya sampai dengan 1 tahun diagnosa dapat berubah-ubah. Oleh karena itu, berdasarkan informasi yang diperoleh melalui komunitas, kemungkinan diagnosa dapat dikatakan tegak mengalami skizofrenia setelah 1 tahun.

### **3.4 Instrumen Penelitian**

Terdapat dua instrumen yang digunakan untuk melakukan pengukuran terhadap kedua variabel, yakni *Zarit Burden Interview* (ZBI) untuk mengukur *caregiver burden* dan untuk melakukan pengukuran pada *self-compassion* digunakan Skala Welas Diri (SWD). Deskripsi instrumen penelitian akan dipaparkan lebih lanjut.

### 3.4.1 Deskripsi Instrumen *Caregiver Burden*

Alat ukur *Zarit Burden Interview* (ZBI), yang disusun Zarit et al. (1986), digunakan oleh peneliti. Alat ukur tersebut cukup banyak dipakai pada penelitian lain untuk melakukan pengukuran *caregiver burden* pada *caregiver*. ZBI memiliki 22 aitem dengan konstruk unidimensional yang terdiri dari *item* pernyataan yang mencerminkan bagaimana perasaan beban yang dialami *caregiver* saat merawat orang lain. Peneliti memperoleh alat ukur Zarit Burden Interview (ZBI) versi Bahasa Indonesia melalui MAPI Research Trust.

Dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,79, alat ukur Zarit Burden Interview (ZBI) dianggap memiliki reliabilitas (Anthony-Bergstone et al., 1988). Kemudian, validitas alat ukur ini juga telah diuji dengan mengkorelasikan skor total dengan penilaian global skor *burden*. Hasil pengujian validitas terhadap aitem-aitem pada Zarit Burden Interview (ZBI) menunjukkan bahwa aitem-aitem tersebut dapat dikatakan valid (Anthony-Bergstone et al., 1988). Alat ukur ini memiliki lima keterangan yang dapat dipilih: Tidak Pernah dengan skor 0, Jarang dengan skor 1, Kadang-Kadang dengan skor 2, Cukup Sering dengan skor 3, dan Hampir Selalu dengan skor 4. Keterangan disusun dengan skala *Likert*. Kemudian, skor pada alat ukur ZBI didapatkan dengan menjumlahkan keseluruhan respons dalam aitem (unidimensional). Semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin berat beban yang dialami.

### 3.4.2 Deskripsi Instrumen *Self-Compassion*

*Self-Compassion Scale* (SCS), Alat ukur milik Neff (2003), digunakan dalam penelitian. Penelitian lain sering menggunakan alat ukur ini untuk menilai tingkat *self-compassion* seseorang. Menurut Sugianto et al. (2020), alat ukur ini telah diubah menjadi Skala Welas Diri (SWD) dalam Bahasa Indonesia. Reliabilitas skala ini memiliki nilai 0,872 menurut *Cronbach's Alpha*. Menurut uji *confirmatory factory analysis* (CFA), alat ukur ini mempunyai validitas dan reliabilitas yang baik.

SWD mencakup sejumlah dimensi, termasuk *self-kindness* (mengasihi diri sendiri), *self-judgment* (menghakimi diri sendiri), *common humanity* (kemanusiaan universal), *isolation* (isolasi), *mindfulness*, dan *overidentification* (overidentifikasi). Skala ini memiliki 26 aitem positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*). Menggunakan skala *likert* dari Hampir Tidak Pernah (1)

hingga Hampir Selalu (5). Kemudian, untuk menghitung skor SWD, pada *item-item* yang bersifat negatif dinilai secara terbalik, di mana Hampir Selalu diberi nilai rendah dan (5) dan Hampir Tidak Pernah (1) diberi nilai tinggi. Selanjutnya, rata-rata total dihitung dari setiap rata-rata pada enam subskala. Distribusi aitem terlihat di Tabel 3.1.

*Tabel 3. 1 Penyebaran Aitem Skala Welas Diri (SWD) (Sugianto et al., 2020)*

Dimensi	Nomor Item		Jumlah Item
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Mengasihi Diri ( <i>Self-Kindness; SK</i> )	5, 12, 19, 23, 26		5
Menghakimi Diri ( <i>Self-Judgment; SJ</i> )		1, 8, 11, 16, 21	5
Kemanusiaan Universal ( <i>Common Humanity, CH</i> )	3, 7, 10, 15		4
Isolasi ( <i>Isolation; I</i> )		4, 13, 18, 25	4
<i>Mindfulness (M)</i>	9, 14, 17, 22		4
Overidentifikasi ( <i>Overidentification, O</i> )		2, 6, 20, 24	4
Total	13	13	26

### 3.5 Pengujian Psikometri

Pengujian psikometri dilakukan guna menilai reliabilitas dan validitas alat ukur ZBI dan SWD dalam penelitian. Reliabilitas diukur melalui *Cronbach's alpha* dengan aplikasi JASP versi 0.16.0.0 dan validitas diuji melalui validitas isi (*content validity*) dengan penilaian ahli (*expert judgement*). Diawali dengan 27 November hingga 5 Desember 2023, pengujian psikometri ini dilaksanakan dengan penyebaran kuesioner *online* memakai *Google Form* dan total responden adalah 31 orang.

### **3.5.1 Validitas Alat Ukur *Caregiver Burden* (ZBI)**

Peneliti melakukan pengujian validitas alat ukur Zarit Burden Interview (ZBI). Ahli pengujian validitas isi (*content validity*) adalah dosen pembimbing, yang mengevaluasi setiap aitem di alat ukur untuk memastikan bahwa itu sesuai dengan kondisi *caregiver*. Menurut hasil pengujian validitas isi, tidak ada aitem yang perlu diubah.

Tak hanya itu, peneliti menguji keterbacaan dengan melibatkan tiga responden yang merupakan *caregiver* skizofrenia sesuai dengan karakteristik dalam penelitian. Uji keterbacaan ini bertujuan untuk menilai pemahaman terhadap aitem-aitem yang digunakan dalam penelitian. Hasil dari uji keterbacaan menemukan bahwa responden dapat dengan baik memahami setiap aitem pada alat ukur Zarit Burden Interview (ZBI). Hal tersebut membuktikan bahwa ZBI mempunyai validitas yang baik dan tepat dalam mengukur *caregiver burden*.

### **3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur *Caregiver Burden* (ZBI)**

Dengan koefisien minimal 0,7, penelitian ini diuji reliabilitasnya dengan teknik *Cronbach's alpha* (Shultz et al., 2014). Aplikasi JASP versi 0.16.0.0 digunakan untuk menguji reliabilitas. Meskipun koefisien alpha sebesar 0,911 ditemukan dalam hasil pengujian awal, tetapi tiga *item-rest correlation* memiliki nilai kurang dari 0,3. Nilai reliabilitas kemudian meningkat menjadi 0,927 setelah peneliti menghapus aitem tersebut. Hasil yang lebih baik dari pengujian kedua menunjukkan bahwa alat ukur Zarit Burden Interview (ZBI) memiliki reliabilitas yang tinggi dan dapat digunakan dengan konsisten untuk melakukan pengukuran terhadap konstruk yang dituju.

### **3.5.3 Analisis Aitem Alat Ukur *Caregiver Burden* (ZBI)**

Peneliti melakukan analisis *item* pada 22 aitem dalam alat ukur Zarit Burden Interview (ZBI) dengan *item rest correlation* menggunakan JASP 0.16.0.0. Menurut Streiner et al. (2015), korelasi item-total yang memiliki nilai antara 0,20 dan 0,80 seharusnya memiliki koefisien  $\alpha$  antara 0,70 dan 0,90. Hasil dari analisis *item* awal berada pada kisaran nilai -0,171 – 0,796, tetapi ada tiga yang perlu dihapus, yakni *item* 1, 20, dan 21. Informasi lebih lengkapnya dapat ditemukan pada lampiran 2 halaman 61. Kemudian, setelah *item* tersebut dihapus, analisis *item* berada pada rentang nilai 0,312 – 0,777, dengan informasi lebih lengkap pada

lampiran 3 halaman 62. Oleh karena itu, dapat disimpulkan pengujian kedua menghasilkan hasil yang lebih baik sehingga ZBI dapat dikatakan memenuhi syarat *item-item* yang dianggap baik.

#### **3.5.4 Validitas Alat Ukur Skala Welas Diri (SWD)**

Metode validitas isi (*content validity*) digunakan untuk menguji alat ukur SWD. Peneliti melakukan pengujian validitas seperti yang telah dipaparkan sebelumnya. Selanjutnya, SWD telah dilakukan adaptasi dan ditranslasi ke dalam Bahasa Indonesia. Kemudian, peneliti menyesuaikan aitem mengacu pada hasil *expert judgement*. Selanjutnya, uji keterbacaan dilakukan terhadap tiga responden yang dipilih berdasarkan karakteristik penelitian sebagai *caregiver* skizofrenia. Uji keterbacaan bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana aitem-aitem dalam SWD dapat dipahami oleh responden. Selanjutnya, ditemukan bahwa aitem nomor 1, 2, 8, 9, 11, 12, 13, 22, 23, dan 26 pada SWD kurang dipahami, berdasarkan hasil uji keterbacaan dan rekomendasi dari partisipan. Informasi lebih lanjut ditemukan pada lampiran 1. Untuk memastikan bahwa SWD dapat dianggap sebagai alat ukur yang tepat dan efektif dalam mengukur *self-compassion*, *item-item* yang kurang dipahami diperbaiki dengan dosen pembimbing.

#### **3.5.5 Reliabilitas Alat Ukur Skala Welas Diri (SWD)**

Aplikasi JASP versi 0.16.0.0 digunakan untuk menguji reliabilitas penelitian. Peneliti menggunakan *Cronbach's alpha* dengan minimal koefisien 0,7, seperti yang disarankan oleh Shultz et al. (2014). Hasil uji awal menunjukkan koefisien alpha sebesar 0,864, tetapi enam *item* memiliki korelasi item-total di bawah 0,3. Nilai reliabilitas meningkat menjadi 0,877 setelah aitem-aitem tersebut dieliminasi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil dari uji reliabilitas kedua menunjukkan peningkatan yang signifikan. Alat ukur SWD dalam penelitian ini dapat dianggap mempunyai reliabilitas yang baik karena menunjukkan konsistensi dalam mengukur konstruk yang dituju.

#### **3.5.6 Analisis Aitem Alat Ukur Skala Welas Diri (SWD)**

Aplikasi JASP versi 0.16.0.0 digunakan untuk menganalisis *item* SWD dengan memeriksa nilai *item rest correlation*. Menurut Streiner et al. (2015), korelasi item-total yang memiliki nilai di antara 0,20 dan 0,80 seharusnya memiliki koefisien  $\alpha$  antara 0,70 dan 0,90. Hasil analisis *item* awal menunjukkan rentang nilai



antara 0,137 dan 0,674, namun tiga *item*, yaitu *item* 11, 12 dan 15, diidentifikasi untuk dihapus. Informasi lebih lanjut dapat ditemukan di lampiran 4. Setelah *item-item* tersebut dihapus, analisis *item* menunjukkan rentang nilai antara 0,175 dan 0,700, dengan informasi lebih lanjut terlampir pada lampiran 5. Berdasarkan hasil analisis aitem ini, dapat disimpulkan bahwa pengujian kedua menghasilkan hasil yang lebih baik, yang berarti SWD memenuhi kriteria alat ukur yang baik.

*Tabel 3. 2 Penyebaran Aitem Skala Welas Diri (SWD) Setelah Analisis Aitem*

Dimensi	Nomor Item		Jumlah Item
	Favorable	Unfavorable	
Mengasihi Diri ( <i>Self-Kindness</i> ; SK)	5, 12*, 19, 23, 26		4
Menghakimi Diri ( <i>Self-Judgment</i> ; SJ)		1, 8, 11*, 16, 21	4
Kemanusiaan Universal ( <i>Common Humanity</i> , CH)	3, 7, 10, 15*		3
Isolasi ( <i>Isolation</i> ; I)		4, 13, 18, 25	4
<i>Mindfulness</i> (M)	9, 14, 17, 22		4
Overidentifikasi ( <i>Overidentification</i> , O)		2, 6, 20, 24	4
Total	13	13	23

\* = Analisis Aitem (aitem-aitem yang sudah dieliminasi)

### 3.6 Teknik Analisis Data

Uji regresi linear sederhana dilakukan oleh peneliti. Teknik ini digunakan guna menilai pengaruh *self-compassion* terhadap *caregiver burden* pada *caregiver* skizofrenia. Peneliti juga memakai analisis regresi linear sederhana untuk menilai besarnya pengaruh IV terhadap DV (Gravetter & Forzano, 2018). Selanjutnya, Field (2018) menyatakan bahwa uji asumsi termasuk normalitas, linearitas, independensi error, dan homoskedastisitas. Sebelum peneliti dapat melakukan pengujian hipotesis, asumsi ini harus dipenuhi. Peneliti menggunakan aplikasi JASP 0.16.0.0 selama proses pengujian.

### 3.7 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dijelaskan melalui urutan langkah-langkah mulai perencanaan sampai dengan proses olah data. Berikut rincian prosedur penelitian, yakni:

1. Pengambilan data dilakukan oleh peneliti dimulai pada bulan Januari 2024 dengan penyebaran kuesioner secara *online* dengan *Google Forms*. Selanjutnya, data dikumpulkan dengan cara memilih responden yang memenuhi kriteria penelitian.
2. Pengambilan data juga dilakukan secara *offline*, yakni dengan mendatangi komunitas-komunitas yang bergerak di bidang kesehatan mental, puskesmas, dan RSJ. Peneliti melakukan pengambilan data menggunakan *hard copy*, yakni mencetak kuesioner menggunakan kertas dan menanyakan pertanyaan yang dibutuhkan secara langsung.
3. Peneliti memilih dan memastikan kembali mengenai responden yang telah diperoleh selama proses pengambilan data. Kemudian, apabila peneliti menemukan responden dengan kriteria yang tidak sesuai dengan penelitian selama proses pengambilan data, maka data tersebut tidak akan digunakan selama proses analisis data.
4. Peneliti juga akan memberikan hadiah berupa uang elektronik terhadap 8 responden yang beruntung. Setelah seluruh data terkumpul, peneliti akan mengundi seluruh responden yang terlibat menggunakan *website wheelofnames.com*. Bagi responden yang beruntung akan dihubungi oleh peneliti untuk diminta data nomor rekening atau nomor telepon yang akan digunakan untuk mengirimkan hadiah berupa uang elektronik.
5. Peneliti melakukan skoring dan menggunakan Microsoft Excel untuk mengolah data responden.
6. Aplikasi JASP digunakan untuk menguji normalitas, linearitas, independensi error, dan homoskedastisitas. Tujuannya adalah memastikan bahwa asumsi yang diperlukan untuk analisis regresi linear telah dipenuhi. Jika hasilnya menunjukkan bahwa semua asumsi telah dipenuhi, peneliti kemudian melakukan uji regresi linear sederhana. Apabila hasil uji normalitas tidak terpenuhi, maka peneliti menggunakan uji regresi logistik.



7. Analisis tambahan juga dilakukan oleh peneliti dengan melihat perbedaan *caregiver burden* berdasarkan durasi merawat. Analisis tersebut dilakukan dengan melihat perbedaan *caregiver burden* berdasarkan usia. Selain itu, peneliti juga meminta responden untuk menuliskan usia caregiver & ODS, provinsi tempat tinggal, durasi merawat, hubungan dengan individu skizofrenia, status pernikahan *caregiver*, pelatihan formal *caregiver*, latar belakang pendidikan, pekerjaan, rentang penghasilan, pengaruh genetik dan lingkungan terhadap skizofrenia, keluarga lain yang mengalami skizofrenia, serta pihak lain yang membantu *caregiver* dalam merawat individu skizofrenia. Hasil penelitian dilengkapi dengan analisis tambahan tersebut.
8. Apabila peneliti tidak memenuhi jumlah responden yang harus diperoleh, maka peneliti akan menggunakan metode non-parametrik.