

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang dipakai merujuk pada kuantitatif deskriptif. Pendekatan kuantitatif deskriptif adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menghitung nilai suatu variabel mandiri baik itu satu atau lebih variabel tanpa membandingkan atau menganalisis hubungan antara variabel lain (Gravetter & Forzano, 2018). Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk melihat gambaran *self-compassion* pada perempuan penyintas KDP.

#### **3.2. Variabel Penelitian**

Variabel yang akan dilihat bagaimana gambarannya dalam penelitian ini hanya satu, yakni *self-compassion*.

##### **3.2.1 Definisi Operasional**

SC dideskripsikan sebagai total skor skala *self-compassion scale* (SCS) Neff (2003b), tetapi peneliti memakai skala *self-compassion* yang telah diadaptasi dalam bahasa Indonesia oleh (Sugianto et al., 2020) bernama Skala Welas Diri (SWD). Skala ini menguji enam aspek yakni, *self-kindness*, *self-judgment*, *common humanity*, serta *isolation*, *mindfulness*, *overidentification*. SWD mempunyai indeks yang menampilkan jika total skor *self-compassion* perempuan KDP bisa tinggi, jika mereka lebih menyayangi dan peduli pada dirinya sendiri. Sebaliknya, total skor *self-compassion* rendah jika mereka kurang menyayangi dan perhatian pada diri sendiri.

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

Gravetter dan Forzano (2018) mengatakan populasi adalah orang-orang yang termasuk dalam suatu kelompok sasaran dalam penelitian. Populasi penelitian ini yakni perempuan *emerging adulthood* dengan usia 18 hingga 25 tahun dan pernah mengalami KDP. Jumlah perempuan yang mengalami kekerasan dalam hubungan berpacaran di

Indonesia berdasarkan laporan Lembaga layanan yang dilaporkan dalam Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan tahun 2023 adalah 1.453 kasus. Menurut Gravetter dan Forzano (2018), sampel adalah individu yang masuk dalam sebuah kelompok dengan jumlah yang lebih kecil untuk menjadi target penelitian. Peneliti menentukan jumlah sampel yang diambil dari jumlah populasi mengacu pada tabel *Issac* dan *Michael Sugiyono* (2018) menggunakan taraf perhitungan 5% adalah 279 subjek.

*Nonprobability sampling* ialah metode pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian. *Nonprobability sampling* merujuk pada kemudahan untuk menghindari bias dan tetap mewakili populasi. Teknik pengumpulan sampel yang dipakai yaitu *convenience sampling*. Metode *convenience sampling* merujuk pada sekelompok individu yang mudah didapatkan berdasar ketersediaannya untuk berpartisipasi. Berikut karakteristik yang ada, yaitu:

1. Perempuan dengan usia 18 hingga 25 tahun.
2. Pernah mengalami minimal satu bentuk kekerasan dalam berpacaran (kekerasan emosional, seksual, fisik, pembatasan aktivitas dan ekonomi).
3. Telah lepas dari siklus kekerasan dan mengakhiri hubungan minimal 6 bulan terakhir.
4. Pernah menjalani minimal satu tahun pacaran dengan orang yang melakukan kekerasan.

### **3.4 Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan merujuk pada Skala Welas Diri (SWD) dalam menguji *self-compassion*. Dibawah merupakan penjelasan dari instrumen yang digunakan.

#### **3.4.1 Deskripsi Instrumen *Self-Compassion***

Merujuk pada alat ukur *Self-Compassion Scale* (SCS) yang dicetuskan Neff (2003). Skala SCS sudah digunakan dalam berbagai penelitian lain yang mengukur *self-compassion*. Lebih lanjut untuk menilai *self-compassion*, peneliti merujuk pada alat ukur bernama Skala Welas Diri (SWD), yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh

(Sugianto et al., 2020). Nilai reliabilitas *Cronbach's alpha* nya sangat baik yaitu 0,87. Alat ukur SWD juga diuji secara psikometrik dengan *confirmatory factor analysis* (CFA) dan pemeriksaan validitas konstruk, oleh karenanya skala SWD bisa dipergunakan.

Alat ukur SWD mempunyai beberapa komponen yang saling berhubungan, diantaranya *Self-Kindness, Self-Judgment, Common Humanity, Isolation, Mindfulness, Overidentification*. Jumlah aitem yang dimiliki yaitu 26 aitem, yang dikategorikan dalam *favorable* dan *unfavorable*. Skala *likert* terdiri dari lima pilihan kategori angka yaitu, skor (1) Hampir Tidak Pernah sampai (5) Hampir Selalu. Nilai diperoleh dari respon jawaban, dengan menghitung hasil skor pada setiap subskala, kemudian dihitung rata-rata (*mean*) dalam setiap *item* tersebut. *Item unfavorable* dilakukan dengan skoring terbalik skor (1) Hampir Selalu dan (5) Hampir Tidak Pernah. Kemudian sehabis menghitung total dari setiap subskala, maka selanjutnya menghitung keenam skala untuk mendapatkan rata-rata (*mean*) total. Tabel 3.1 dibawah merupakan Skala welas Diri.

Tabel 3.1 Dimensi Skala Welas Diri

No	Dimensi	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Self-Kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26		5
2	<i>Self-Judgment</i>		1, 8, 11, 16, 21	5
3	<i>Common Humanity</i>	3, 7, 10, 15		4
4	<i>Isolation</i>		4, 13, 18, 25	4
5	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		4
6	<i>Overidentification</i>		2, 6, 20, 24	4
	Total	13	13	26

### 3.5 Pengujian Psikometri

Uji psikometri dilakukan untuk menentukan validitas, reliabilitas alat ukur SWD. Reliabilitas diukur dengan *Cronbach's alpha* melalui JASP 16.4. Uji validitas diukur dengan *content validity* melalui *expert judgment*. Pengujian ini dilaksanakan pada 30 November sampai 14 Desember 2023 dengan menyebarkan kuesioner online menggunakan *G-Form*. Responden pada penelitian ini memiliki total sebanyak 43 responden perempuan.

### 3.5.1 Validitas Skala Welas Diri (SWD)

*Content Validity* merupakan teknik uji validitas yang digunakan untuk menguji alat ukur Skala Welas Diri (SWD). Uji validitas ini menggunakan Penilaian ahli (*expert judgment*) yang dilakukan dengan penilai ahli yaitu dosen pembimbing, dan menyesuaikan item dengan kondisi responden penelitian untuk setiap *item*. Kemudian untuk mengetahui apakah item mudah dipahami. Peneliti melakukan uji keterbacaan pada tiga responden yang sesuai dengan karakteristik penelitian untuk memastikan jika mereka memahami setiap aitem pertanyaan. Hasil uji keterbacaan menampilkan jika beberapa *item* seperti nomor 3, 11, serta 22 masih belum dipahami dengan jelas. *Item-item* tersebut kemudian diperiksa oleh dosen pembimbing, sehingga menjadi alat ukur yang bisa dipakai.

### 3.5.2 Reliabilitas Skala Welas Diri (SWD)

*Cronbach's alpha* ialah reliabilitas yang dipakai pada penelitian, merujuk pada koefisien alpha, nilai reliabilitas minimunya yakni 0,7 (Shultz et al., 2014). Reliabilitas diuji dengan JASP 16.4. Hasil uji reliabilitas pertama menghasilkan reliabilitas dengan nilai 0,880 kemudian ada lima *item rest correlation* dibawah nilai 0,3. Lalu dihapus beberapa *item*, dan reliabilitas naik dengan nilai 0,897. Berdasarkan hasil perhitungan diatas, diketahui jika nilai reliabilitas kedua mempunyai nilai yang baik dari nilai pertama. Lebih lanjut alat ukur ini mempunyai nilai reliabilitas yang bagus, dan dapat digunakan secara tetap dalam menguji *self-compassion*.

### 3.5.3 Analisis Item Skala Welas Diri (SWD)

Analisis item bisa dilihat pada *item rest correlation* melalui aplikasi JASP 16.4. Analisis *item* pertama memiliki nilai -0,012-0,692, tetapi ada enam *item* yang harus dieliminasi. *Item* tersebut berada pada dimensi *CH* (nomor 7 dan 15), *SK* (nomor 12), *SJ* (nomor 16), dan *I* (nomor 25). Setelah item dieliminasi maka nilai *item rest correlation* berada pada rentang nilai 0,260-0,667. Menurut Azwar (2017) memaparkan jika *item* 0,3 hingga diatas 0,25 masih dikatakan *item* yang baik. Diketahui jika nilai reliabilitas kedua

memiliki hasil yang lebih baik dari nilai pertama. Alat ukur ini dikatakan memenuhi standar karena mempunyai *item* yang baik dan dapat dipergunakan.

### 3.6 Teknik Analisis Data

Statistik deskriptif ialah teknik analisis yang dipakai dalam penelitian, statistik deskriptif dapat dipakai guna mengetahui gambaran subjek secara umum dari variabel dan subjek penelitian yang diukur (Sugiyono, 2018). Teknik analisis ini bermaksud untuk mengukur hipotesis melalui skor *self-compassion* tinggi dan rendahnya dengan *mean* teoritik, empirik, standar deviasi, dan nilai minimum dan maksimum.

### 3.7 Prosedur Penelitian

Terdapat beberapa tahapan prosedur yang dilakukan oleh penelitian ini, mulai dari tahap persiapan awal hingga kesimpulan, adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti lebih dulu membuat kuesioner melalui *google form* berdasarkan aitem dari alat ukur *self-compassion*.
- b. Peneliti melakukan penyebaran data dari bulan Februari hingga Mei 2024. Kuesioner disebar secara online melalui Instagram, X, komunitas online dan menghubungi subjek secara personal melalui pesan, berdasarkan karakteristik responden yang ada dalam penelitian ini.
- c. Selanjutnya setelah data terkumpul peneliti lebih dulu melakukan pemilahan responden, jika terdapat data yang tidak sesuai maka tidak dipakai dalam pengolahan data.
- d. Selanjutnya setelah pemilahan data, peneliti melakukan perhitungan skor menggunakan aplikasi *Microsoft Excel*.
- e. Selanjutnya data yang telah di skoring selesai, peneliti melakukan olah data dengan perhitungan statistik deskriptif menggunakan aplikasi JASP versi 0.16.4
- f. Kemudian peneliti membuat interpretasi dan kesimpulan dari hasil analisis perhitungan yang dilakukan.