

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab ini membahas mengenai hal-hal yang berkaitan dengan metode penelitian, yaitu desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian dan teknik pengolahan data.

A. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian yaitu pendekatan kuantitatif. Penggunaan pendekatan kuantitatif bertujuan untuk menguji keefektifan Program Pengasuhan Positif dalam meningkatkan keterampilan *mindful parenting* orangtua dengan menggunakan angka-angka dan pengolahan statistik di dalamnya (Creswell, 2012, hlm.13 ; Sukmadinata, 2008, hlm.56).

B. Metode dan Disain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian yaitu metode *quasi-eksperiment* yang penentuan sampel penelitiannya disesuaikan dengan kriteria-kriteria tertentu yang akan diteliti. Dalam penelitian ini, desain eksperimen digunakan untuk menentukan kemungkinan pengaruh antara variabel Program Pengasuhan Positif terhadap variabel keterampilan *mindful parenting* orangtua (Creswell, 2012, hlm. 13). Berdasarkan pernyataan tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah menguji keefektifan Program Pengasuhan Positif dalam meningkatkan keterampilan *mindful parenting* orangtua.

Dalam penelitian ini, digunakan rancangan *nonequivalent (pretest dan posttest) control group design*, yakni melakukan pengukuran sebanyak dua kali, sebelum dan sesudah pemberian perlakuan.

Desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:

	Pre tes	Treatment	Pos tes
Eksperimen	O	X	O
Kontrol	O		O

Gambar 3.1 Desain Penelitian

(Campbell & Stanley, 1963, hlm.47; Mertens, 2010, hlm.141)

C. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 15 Bandung Jalan dr. Setiabudi No. 89 Kecamatan Sukasari Kota Bandung. Populasi dalam penelitian ini adalah orangtua siswa kelas VII SMP Negeri 15 Bandung Tahun Pelajaran 2015 / 2016. Sampel penelitian adalah orangtua siswa kelas VII SMP Negeri 15 Bandung yang bersedia mengikuti Program Pengasuhan Positif.

Sampel penelitian diambil dengan cara *purposive sampling*, sehingga pengambilan sampel dilakukan karena adanya tujuan tertentu, yakni dengan meminta kesediaan orangtua siswa untuk mengikuti Program Pengasuhan Positif dan kemudian membaginya menjadi dua kelompok. Kelompok pertama merupakan kelas eksperimen yakni sebanyak 12 orang diberikan perlakuan berupa Program Pengasuhan Positif, sedangkan kelompok kedua merupakan kelas kontrol yang tidak mengikuti Program Pengasuhan Positif. Kelas kontrol yakni sebanyak 13 orang tidak diberikan perlakuan berupa Program Pengasuhan Positif karena sebagai pembanding untuk membandingkan aktifitas Program Pengasuhan Positif (Heppner, Kivlighan & Wampold, 2008, hlm. 183). Sehingga perubahan yang terjadi pada kelompok eksperimen merupakan akibat dari pemberian Program Pengasuhan Positif.

D. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Variabel bebas adalah Program Pengasuhan Positif yang diberikan pada kelompok eksperimen, dan variabel terikat adalah keterampilan *mindful parenting*.

2. Definisi Operasional

a. Keterampilan *Mindful Parenting*

Mindful parenting merupakan perilaku orangtua dalam mengasuh anak dengan menggunakan pendekatan *mindfulness*. Secara konseptual, Kabat-zinn mendefinisikan *mindful parenting* sebagai '*paying attention to your child and your parenting in a particular way: intentionally, in the present moment, and non-*

judgmentally' (Bruin, dkk, 2012, hlm.1). Sedangkan Duncan (2007, hlm. 15) mendefinisikan *mindful parenting* sebagai kualitas kognitif-afektif yang terjadi pada orangtua selama berinteraksi dengan remaja. Definisi operasional keterampilan *mindful parenting* pada penelitian ini adalah kesanggupan orangtua dalam berinteraksi dengan remaja melalui perilaku mendengarkan dengan penuh perhatian; penerimaan untuk tidak menghakimi diri dan anak; kesadaran emosi diri dan anak; pengaturan diri dalam hubungan pengasuhan; dan kasih sayang kepada diri dan anak yang dinyatakan dengan skor yang diperoleh dari setiap orangtua dalam mengerjakan adaptasi *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* (IMP). Semakin besar skor IM-P yang diperoleh orangtua, maka semakin besar pula keterampilan *mindful parenting* yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin kecil skor IM-P yang diperoleh orangtua, maka semakin kecil pula keterampilan *mindful parenting* yang dimiliki oleh orangtua.

b. Program Pengasuhan Positif

Program pengasuhan merupakan penjabaran dan operasionalisasi dari pendidikan pengasuhan (*parenting education*). Definisi *parenting education* diantaranya diungkapkan oleh Einzig yang menyatakan '*Parenting education describes a range of teaching and support programmes which focus on the skills, feelings, and tasks of being a parent*' (Smith dkk., 2002, hlm. 891). Program Pengasuhan Positif merupakan suatu strategi yang dirancang untuk mencegah masalah perilaku, emosional dan perkembangan yang kurang baik pada anak-anak dengan meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan kepercayaan diri orangtua. Program Pengasuhan Positif dilakukan dengan cara menggabungkan lima tingkat intervensi pada berjenjang untuk meningkatkan kekuatan orangtua dari anak-anak dan remaja sejak lahir hingga usia 16 tahun (Sanders, dkk. 2005, hlm. 34).

Definisi operasional dari Program Pengasuhan Positif pada penelitian ini adalah rangkaian kegiatan pemberian bantuan oleh fasilitator kepada para orangtua dalam bentuk pelatihan yang terdiri dari sesi satu yaitu penjelasan tentang *mindful parenting*; sesi dua yaitu bermain peran menjadi orangtua yang mendengarkan dengan penuh perhatian; sesi tiga yaitu berdiskusi tentang permasalahan remaja; sesi empat yaitu menonton cuplikan film atau video tentang

berbagai macam sikap orangtua menghadapi anaknya dan pandangan orangtua terhadap dirinya sendiri dalam mengasuh anak kemudian merefleksikan makna film tersebut dalam kehidupan sehari-hari; sesi lima yaitu *mereview* pengalaman orangtua dalam mengasuh anak remaja dan melatih diri untuk berkonsentrasi melalui meditasi yang setiap sesinya dilengkapi dengan lembar kerja (*worksheet*) dan monitoring selama satu minggu sebanyak dua kali sebagai upaya menumbuhkan kesadaran, pengetahuan, keyakinan serta sikap positif orangtua dalam memberikan pengasuhan kepada anaknya.

E. Instrumen Penelitian

1. *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau *IM-P*

Keterampilan *mindful parenting* diungkap dengan mengadaptasi *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau *IM-P* (Duncan, 2009, hlm. 259). Instrumen ini dikembangkan oleh Duncan untuk mengetahui bagaimana orangtua mengasuh anaknya. Dalam mengembangkan *IM-P*, Duncan bersumber pada konsep dan praktis psikologi *mindfulness* dari Baer dkk., intervensi berbasis *mindfulness* dari Kabat-Zinn serta teori dan data empiris tentang *parenting* (Duncan, 2009, hlm. 258). Reabilitas instrumen ini diuji dengan menggunakan *Alpha Cronbach* yaitu sebesar 0,72 yang berarti reliabel (Duncan, 2007, hlm. 42). Adapun kisi-kisi *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau *IM-P* (Bruin, 2012) adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1
Kisi-kisi *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale*

No	Aspek	Nomor Item Pernyataan
1	Mendengarkan dengan Perhatian Penuh	1,9,13,19,24
2	Penerimaan diri dan anak tanpa penghakiman	3,6,11,12,22,30
3	Kesadaran emosional diri dan anak	2,5,8,14,16,29
4	Pengaturan diri dalam hubungan pengasuhan	4,7,10,18,21,23,28
5	Kasih sayang terhadap diri dan anak	15,17,20,25,26,27,31

2. Pengembangan Instrumen

Pengembangan angket ini ditempuh melalui beberapa tahap, yakni: alih bahasa IM-P ke dalam bahasa Indonesia, *expert judgment*, uji keterbacaan kepada 3 orangtua. Tahapan pengembangan instrumen yang dilakukan antara lain:

a. Uji Validitas Isi

Uji validitas digunakan untuk mengetahui ketepatan dan kecermatan *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau IM-P dalam mengukur keterampilan *mindful parenting*. Untuk mendapatkan butir-butir item yang layak digunakan dalam pengukuran, dilakukan uji konten dan uji keterbacaan.

1) Uji Konten (*Expert Judgment*)

Uji konten dilakukan melalui *expert judgement*, yaitu penilaian item oleh para ahli. Pada instrumen *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau IM-P peneliti mengalihbahasakan item-item yang ada berdasarkan penilaian ahli bahasa Belanda yaitu Ibu Anna Agustina Marriam dan Ibu Hartati Siregar dan divalidasi oleh ahli Bahasa Indonesia yaitu Ibu Aam Ramdaniati, M.Si berkaitan dengan redaksi kalimat, sebelum dilakukan uji tahap selanjutnya.

2) Uji keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan untuk mengetahui efektivitas dari kalimat yang dipakai dalam instrumen *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau IM-P. Hal ini penting dilakukan agar kalimat yang digunakan efektif, efisien dan mudah dipahami oleh subjek untuk meminimalisir kesalahan persepsi mengenai kalimat yang digunakan. Pada penelitian ini, peneliti melakukan uji keterbacaan pada tiga orangtua siswa kelas VII tahun pelajaran 2015/2016.

b. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini dihitung menggunakan software SPSS versi 16.0. Hasil uji validitas *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau IM-P kepada 65 responden adalah 8 dari 31 item memiliki kriteria tidak valid yaitu nomor item 10, 11, 15, 17, 20, 23, 26 dan 30. Oleh karena itu peneliti memperbaiki redaksi kalimat dengan saran dari praktisi tata bahasa Indonesia. Setelah diperbaiki, selanjutnya diujicobakan kembali kepada 214 responden dengan hasil yaitu 5 dari 31 item memiliki kriteria tidak valid yaitu nomor item 5, 15, 17, 21 dan 26. Kelima item tersebut tidak dipergunakan sehingga total item yang digunakan adalah 26 item.

Setelah melakukan uji validitas, selanjutnya uji reabilitas. Pengujian reliabilitas alat ukur dilakukan dengan metode *internal consistency* (Friedenberg, 1995, hlm. 197). Pengujian statistik dari metode *internal consistency* dilakukan melalui uji reliabilitas dengan metode statistik *Alpha Cronbach*

Uji reabilitas menunjukkan bahwa nilai koefisien alpha 0,814 yang mempunyai arti tingkat keterandalan yang kuat sehingga dapat digunakan (Helmstadter dalam Friedenberg, 1995).

c. Kategorisasi Skala

Kategorisasi skala dilakukan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang berdasarkan atribut keterampilan *mindful parenting*. Adapun nilai yang menjadi pembanding dalam kategorisasi skala ini menggunakan rentang skor, dengan kriteria tinggi, sedang, dan rendah, sehingga penentuan rentang skor dibagi tiga (Sudjana, 1992, hlm. 97). Berikut adalah kategorisasi skala instrumen *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau *IM-P*.

Tabel 3.2
Kategorisasi Skala IM-P

Kategori	Rentang Skor
Rendah	26-43
Sedang	44-87
Tinggi	88-130

3. Pedoman Skoring

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau *IM-P* dengan menggunakan skala *Likert* dengan alternatif jawaban: Tidak Pernah (TP), Pernah (P), Kadang-Kadang (KK), Sering (SR), Selalu (SL). Jika orangtua menjawab “TP” pada pernyataan positif maka skor yang didapat yaitu 1, “P” mendapatkan skor 2, “KK” mendapatkan skor 3, “SR” mendapatkan skor 4 dan apabila menjawab “SL” akan mendapat skor 5. Juga sebaliknya, jika siswa menjawab “TP” pada pernyataan negatif maka skor yang didapat yaitu 5, “P” mendapatkan skor 4, “KK” mendapatkan skor 3, “SR” mendapatkan skor 2 dan apabila menjawab “SL” akan mendapat skor 1.

F. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ditempuh melalui tiga tahapan yaitu: tahap persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan. Penjabaran dari tiga tahapan tersebut disajikan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan Penelitian

Persiapan yang pertama kali dilakukan adalah merumuskan masalah penelitian. Selanjutnya melakukan studi literatur mengenai kajian teoritis serta penelitian yang berkaitan dengan variabel penelitian. Setelah itu menentukan populasi dan sampel penelitian. Kemudian meminta izin penggunaan *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* atau *IM-P* kepada Duncan (2009) melalui email duncanLa@ocim.ucsf.edu dan kepada Esther I. de Bruin (2012) melalui email e.i.debruin@uva.nl. Selanjutnya, peneliti mengadaptasi *IM-P* melalui bantuan penerjemah yang ahli dalam bidang bahasa Belanda. Berikutnya, peneliti meminta pendapat ahli (*expert judgment*) dengan berkonsultasi kepada pembimbing untuk menyakinkan bahwa *IM-P* yang diadaptasi telah memenuhi syarat untuk digunakan dalam penelitian. Setelah itu, dilakukan uji keterbacaan item dengan meminta bantuan beberapa orangtua untuk membaca seluruh item pada alat ukur, kemudian meminta saran bahasa yang sebaiknya digunakan bagi item-item yang sulit dimengerti. Sebelum melakukan uji coba, peneliti membuat surat izin dari Direktur Sekolah Pascasarjana UPI untuk mengambil data uji coba penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Setelah *Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale* (*IM-P*) diadaptasi dan melalui uji validitas dan reabilitas. Selanjutnya, data yang diperoleh dari *IM-P* dijadikan dasar penyusunan Program Pengasuhan Positif. Uji validitas Program Pengasuhan Positif dilakukan Ibu dr. Zulaehah Hidayati selaku praktisi pelatihan *parenting* dan penulis buku *parenting*, Ibu Anna Farida selaku praktisi pelatihan *parenting*, penulis buku pendidikan keluarga dan *parenting*, dan Bapak Drs. Yaya Kurnia, M.Pd selaku widyaiswara P4TK TK dan PLB dan fasilitator pelatihan *parenting*. Langkah selanjutnya adalah uji coba Program Pengasuhan Positif dengan menggunakan metode eksperimen *Pretest-Posttest Control Group Design*.

Rancangan ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengelompokan subjek ke dalam dua kelompok dilakukan dengan prosedur *matching*. Prosedur *matching* dilakukan untuk mengurangi perbedaan pada kedua kelompok subjek karena tidak dapat dilakukan *random assignment* (Shadish, dkk, 2002). Subjek yang telah diketahui hasil pretesnya kemudian dipasangkan dengan skor yang hampir sama. Salah satu di masukan ke kelompok eksperimen yang yang lainnya dimasukan ke dalam kelompok kontrol

Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa Pelatihan Pengsuhan Positif, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan pelatihan namun tetap diukur baik *pre-test* maupun *post-test*. Adapun bentuk pelatihan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan sistem *In Service Training-On The Job Learning-In Service Training* atau *In-On-In* (Ward, 2006; Wilczenski & Coomey, 2007). Setelah melakukan uji coba empiris, selanjutnya adalah menguji keefektifan Program Pengasuhan Positif.

3. Tahap Pelaporan

Hasil analisis keefektifan Program Pengasuhan Positif untuk meningkatkan keterampilan *mindful parenting* disusun dan dipublikasikan dalam bentuk tesis.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data yang diperoleh dari hasil *pre-test* dan hasil *post-test*. Data yang diperoleh dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian. Program Pengasuhan Positif dalam meningkatkan keterampilan *mindful parenting* orangtua dirancang berdasarkan seluruh aspek *mindful parenting*. Pengolahan data menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 16.0 *for windows*.

Analisis data bertujuan untuk mengungkap keefektifan Program Pengasuhan Positif untuk meningkatkan keterampilan *mindful parenting* orangtua. Adapun analisis data dalam penelitian ini menggunakan *uji U-Mann Whitney*. Teknik analisis data statistik yang digunakan adalah statistika non-parametrik.

H. Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut.

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_1 : \mu_1 > \mu_2$$

Keterangan:

μ_1 = rata-rata peningkatan keterampilan *mindful parenting* kelompok eksperimen.

μ_2 = rata-rata peningkatan keterampilan *mindful parenting* kelompok kontrol.