

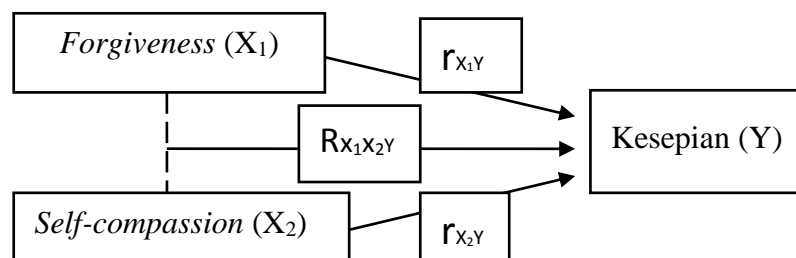
### BAB III

## METODE PENELITIAN

Bab ini berisi metode penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini yang terdiri dari desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel, instrument penelitian, dan analisis data.

#### A. Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional yaitu untuk mengkorelasikan *self-compassion* dan *forgiveness* dengan kesepian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan dari ketiga variabel tersebut.



Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian

#### B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah janda di Kota Bandung yang berusia 20-40 tahun dengan lama menjanda kurang dari lima tahun. Peneliti memilih subjek janda dikarenakan menurut Utz, dkk, (2014) kehilangan pasangan merupakan penyebab terkuat meningkatnya kesepian. Subjek penelitian dengan usia 20-40 tahun dikarenakan pada usia ini kebutuhan akan pasangan menjadi penting sehingga kehilangan pasangan akan menyebabkan kesepian (Cacioppo et al., 2009). Tingkat kesepian paling tinggi pada janda adalah lima tahun awal menjanda (Teh et al., 2014). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan *quota sampling* dimana peneliti menentukan

sendiri jumlah subjek dalam penelitian (Cresswell, 2013). Jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 250 orang dengan kriteria sebagai berikut:

- a. wanita yang kehilangan pasangan,
- b. waktu kehilangan pasangan kurang dari lima tahun,
- c. berusia 20-40 tahun,
- d. berdomisili di Kota Bandung.

## C. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel penelitian yaitu *forgiveness* dan *self-compassion* sebagai variabel bebas dan kesepian sebagai variabel terikat.

$X_1$  : *Forgiveness*

$X_2$  : *Self-compassion*

Y : Kesepian

### 2. Definisi Operasional

#### a. Kesepian

Definisi operasional kesepian dalam penelitian ini diturunkan dari definisi Ditommaso, Brannen, & Best (2014) yaitu tingkat ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan yang dirasakan janda. Aspek-aspek dalam kesepian meliputi *family loneliness*, *romantic loneliness* dan *social loneliness*.

#### b. *Self-compassion*

Definisi operasional *self-compassion* dalam penelitian ini diturunkan dari definisi Raes.,dkk (2011) yaitu tingkat kemampuan janda dalam memahami dan peduli terhadap diri sendiri ketika menghadapi kesulitan, kegagalan, ataupun kesalahan. *Self-compassion* meliputi aspek *self-kindness*, *self-judgment*, *common humanity*, *isolation*, *mindfulness* dan *overidentification*.

#### c. *Forgiveness*

Definisi operasional *forgiveness* dalam penelitian ini diturunkan dari definisi Thompson et al., (2005) yaitu tingkat motivasi janda untuk menurunkan keinginan untuk membalas dan menghindari pelaku. Aspek-aspek *forgiveness* meliputi *forgiveness of self*, *forgiveness of other*, dan *forgiveness of situation*.

#### D. Teknik Pengambilan Data

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah diadaptasi dari *SELSAS*, *Self-compassion Scale-Short Version* dan *Heartland Forgiveness Scale* yang diisi secara langsung oleh janda di Kota Bandung. Peneliti mengambil data dengan cara memberikan langsung kepada responden.

Skala diuji coba pada tanggal 2 sampai 30 maret 2017 kepada 250 wanita dewasa awal di Kota Bandung. Setelah skala diuji cobakan peneliti menyebarkan 250 skala untuk pengambilan data penelitian pada tanggal 5 April 2017 kepada janda di Kota Bandung. Sebelum memulai memberikan skala, peneliti menjelaskan terlebih dahulu secara langsung bagaimana cara pengerjaan skala dan tujuan dari penelitian ini.

#### E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian dalam penelitian ini terdiri dari beberapa bagian yaitu:

##### 1. Spesifikasi Instrumen

Instrumen penelitian dalam penelitian ini menggunakan tiga instrument yaitu :

###### a. Instrumen kesepian

Instrumen penelitian untuk *loneliness* diadaptasi dari *Social-Emotional Loneliness Scale for Adult-Short Version (SELSAS)* yang dikembangkan oleh DiTomasso, Brannen dan Best (2004), yang mengukur dimensi *family loneliness*, *romantic loneliness* dan *social loneliness* yang terdiri atas 15 item dengan nilai reliabilitas cronbach's alpha sebesar 0,92 , 0,77 dan 0,82.

###### b. Instrumen *self-compassion*

Instrumen penelitian untuk *self-compassion* diadaptasi dari *Self-compassion Scale Short Version* yang dikembangkan oleh Raes , F ., Pommier , E ., Neff , K . D ., & Van Gucht (2011) yang mengukur dimensi *self kindness*, *self judgement*, *common humanity*, *isolasi*, *mindfulness* dan *over identification* yang terdiri atas 12 item dengan nilai reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,86 dengan 5 alternatif jawaban tipe skala likert yaitu hampir tidak pernah (1) sampai hampir selalu (5).

###### c. Instrumen *forgiveness*

Instrumen *forgiveness* diadaptasi dari *Heartland Forgiveness Scale* yang dikembangkan oleh Thompson et al., (2005) yang terdiri atas 18 item dan tiga subskala yaitu *forgiveness of self*, *forgiveness of other* dan *forgiveness of situation* dengan nilai reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,85, 0,85 dan 0,81 dengan 7 alternatif jawaban tipe skala likert yaitu hampir selalu tidak menggambarkan diri saya (1) sampai hampir selalu menggambarkan diri saya (7).

## 2. Pengisian Instrumen Penelitian

Untuk skala *SELSAS* dan *Heartland Forgiveness Scale* ini responden mengisi skala dengan memilih kemudian menuliskan tanda centang (√) pada salah satu angka dari 7 alternatif jawaban yaitu angka satu (1) untuk sangat tidak setuju sekali sampai angka tujuh (7) untuk sangat setuju sekali. Sedangkan untuk mengisi skala *Self-compassion Scale Short Version* ini responden mengisi kuesioner dengan memilih kemudian menuliskan tanda centang (√) pada salah satu angka dari 5 alternatif jawaban yaitu jawaban tipe skala likert yaitu hampir tidak pernah (1) sampai dengan hampir selalu (5).

## 3. Penyekoran Instrumen Penelitian

Penyekoran untuk Instrumen *SELSAS* dan *Heartland Forgiveness Scale* dari jawaban responden diberi bobot dalam rentang 1 sampai dengan 7, berikut tabel penilaian pada instrumen kesepian:

**Tabel 3.1**  
**Tabel Penyekoran Instrumen Kesepian dan *Forgiveness***

Item	Nilai Item						
	1	2	3	4	5	6	7
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5	6	7
<i>Unfavorable</i>	7	6	5	4	3	2	1

Pada tabel penyekoran 3.1 di atas dapat dijelaskan bahwa pernyataan yang *favorable* diberi nilai dari 1 sampai 7 dan untuk *unfavorable* diberi nilai yang sebaliknya yaitu nilai 7 sampai dengan 1. Sedangkan untuk Instrumen *Self-compassion Scale Short Version* responden diberi bobot dalam rentang 1 sampai dengan 5, berikut tabel penilaian pada instrumen *self-compassion*.

**Tabel 3.2**  
**Tabel Penyeoran Instrumen *Self-compassion***

<b>Item</b>	<b>Nilai Item</b>				
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

Pada penyeoran instrumen *self-compassion* pada tabel 3.2 di atas dapat dijelaskan bahwa, pernyataan yang *favorable* diberi nilai 1 sampai dengan 5 dan untu *unfavorable* diberi nilai 5 sampai 1.

#### **4. Proses Pengembangan Instrumen**

Proses pengembangan instrumen dilakukan beberapa tahapan sebagai berikut:

##### **a. Penerjemahan instrumen penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *SELSAS*, *Heartland Forgiveness Scale* dan *Self-compassion Scale Short Version* menggunakan Bahasa Inggris. Peneliti melalukan penerjemahan instrumen kedalam Bahasa Indonesia dengan cara *double translate* oleh Dr.Wachyu Sundayana, M.A pada tanggal 10 Januari 2017 dan Gagan Ginanjar, S.Pd pada tanggal 12 Januari 2017. *Double translate* bertujuan untuk menghindari bias dari penerjemah dan menjaga isi dari skala (Cresswell, 2012).

##### **b. Validitas**

Dalam penelitian ini instrumen diuji validitas untuk mengetahui ketepatan dalam pengukuran. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas isi. Validitas isi merujuk pada cara yang digunakan peneliti dengan menggunakan penilaian orang-orang ahli dibidangnya atau yang lebih dikenal dengan *expert judgement*. *Expert Judgement* instrumen *SELSAS*, *Heartland Forgiveness Scale* dan *Self-compassion Scale Short Version* dilakukan oleh ahli bidang psikologi perkembangan yaitu Dr.Tina Hayati Dahlan, M.Pd., Psikolog pada tanggal 24 Februari 2017 dan Syahnur Rahman.,M.Si pada tanggal 20 April 2017.

Selanjutnya peneliti melakukan uji keterbacaan kepada 10 orang wanita dewasa awal di Kota Bandung untuk memastikan instrumen dapat dipahami oleh responden. Peneliti juga melakukan *try out* instrumen terhadap 250 wanita dewasa awal di Kota Bandung pada tanggal 2-30 Maret 2017.

##### **c. Reliabilitas**

Uji reliabilitas menggunakan *rasch model* dengan aplikasi *Winstep* terhadap 250 responden menunjukkan koefisien reliabilitas untuk instrumen *SELSAS*, *Heartland Forgiveness Scale* dan *Self-compassion Scale Short Version* masing-masing sebesar 0,85 , 0,80 dan 0,77 setelah melakukan uji kelayakan responden. Subskala *SELSAS* terdiri dari tiga subskala yaitu *romantic loneliness*, *family loneliness* dan *social loneliness* dengan koefisien reliabilitas masing masing 0,76, 0,79, dan 0,73. *Heartland Forgiveness Scale* terdiri dari tiga subskala yaitu *forgiveness of self*, *forgiveness of other* dan *forgiveness of situation* dengan koefisien reliabilitas masing-masing 0,70, 0,75 dan 0,79. *Self-compassion Scale Short Version* tersiri dari tiga subskala yaitu *self-kindness*, *common humanity* dan *mindfulness* dengan koefisien masing-masing 0,65, 0,71 dan 0,75. Koefisien korelasi dikategorikan berdasarkan kriteria Guilford (1987).

d. Pemilihan item layak

Dalam pemilihan item layak digunakan 250 data *try out* yang diolah menggunakan *rasch model* dengan aplikasi *Winstep*. Pemilihan item layak dilakukan terhadap ketiga instrumen yaitu *SELSAS* yang terdiri dari 15 item, *Heartland Forgiveness Scale* yang terdiri dari 18 item dan *Self-compassion Scale Short Version* yang terdiri 12 item. Item dari ketiga instrumen tersebut diterima apabila memenuhi tiga kriteria yaitu  $0,5 < \text{MNSQ} < 1,5$ ,  $-2,0 < \text{ZSTD} < 2,0$ , dan  $0,4 < \text{Point Measure Corr.} < 0,85$  . Berdasarkan hasil uji coba instrumen diketahui ketiga instrumen tidak terdapat item yang dibuang dikarenakan ketiga skala tersebut memenuhi tiga kriteria.

**F. Kategori Skala**

Kategorisasi skala dilakukan berdasarkan skor yang diperoleh subjek pada instrumen penelitian dengan  $\mu$  75,34 untuk *forgiveness*,  $\mu$  37,4 *self-compassion*, dan  $\mu$  57,9 untuk kesepian. Kategori skala dalam penelitian ini menggunakan dua kategori dari Azwar (2011) yaitu :

**Tabel 3.3**  
**Kategori Skala**

<b>Kategori</b>	<b><i>Forgiveness</i></b>	<b><i>Self-compassion</i></b>	<b>Kesepian</b>
Tinggi ( $T > \mu$ )	$T > 75,34$	$T > 37,4$	$T > 57,9$
Rendah ( $T < \mu$ )	$T < 75,34$	$T < 37,4$	$T < 57,9$

## G. Prosedur Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan secara langsung di Kota Bandung yang terdiri dari tiga tahapan utama yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pengolahan data.

### 1. Tahap Persiapan

Pada tahapan ini peneliti mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam proses dan tujuan penelitian yaitu melakukan studi literatur mengenai variabel-variabel yang akan diteliti, menentukan alat ukur yang digunakan dalam pengambilan data, dan menyesuaikan alat ukur yang digunakan ke dalam Bahasa Indonesia menggunakan *double translate* oleh ahli bahasa. Setelah pengalihan bahasa, peneliti melakukan *expert judgement* kepada ahli psikologi perkembangan untuk ketiga alat ukur tersebut. Peneliti juga melakukan uji keterbacaan kepada sepuluh orang dan uji coba skala kepada 250 wanita dewasa awal.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian dimulai dengan menyebarkan kuesioner sebanyak 250 kepada janda yang berusia 20-40 tahun di Kota Bandung. Penyebaran kuesioner ini dilakukan secara langsung pada tanggal 30 April sampai dengan 20 Mei 2017 di Kota Bandung.

### 3. Tahap Pengolahan Data

Tahapan pengolahan data pada penelitian ini dimulai dengan pengimputan data setelah itu diolah menggunakan *SPSS 22.0* untuk mengetahui gambaran umum dari partisipan dan reliabilitas antar variabel penelitian. Hasil dari perhitungan dilanjutkan dengan menginterpretasi menggunakan teori yang sesuai. Setelah selesai menginterpretasi dibuat kesimpulan mengenai data yang telah diolah dan ditentukan diskusi dan saran yang dapat diberikan kepada semua pihak yang terlibat dengan penelitian ini.

## H. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan kesepian dan *forgiveness* dengan kesepian. Korelasi jamak (*multiple correlation*) digunakan untuk mengkorelasikan *forgiveness* dan *self-compassion* dengan kesepian. Data ketiga instrumen berbentuk ordinal maka peneliti terlebih dahulu melakukan transformasi data

ke interval menggunakan *rasch* model. Sebelum menganalisis korelasi peneliti juga melakukan uji normalitas untuk mengetahui data berdistribusi normal yang terlihat dari tiga variabel penelitian yaitu *forgiveness*, *kesepian* dan *self-compassion* dengan *p value*  $>0,05$  sehingga dapat dikatakan data berdistribusi normal (tabel terlampir di lampiran 3).