

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Kuantitatif adalah suatu pendekatan dimana semua aspek penelitian direncanakan, terorganisir dan terstruktur dari awal hingga akhir. Menurut Sugiyono (2015) metode penelitian kuantitatif adalah metode yang berbasis positivisme yang diterapkan pada populasi atau kelompok tertentu.

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan kuantitatif korelasional. Pendekatan korelasional ini memiliki tujuan untuk menunjukkan bagaimana satu variabel berhubungan dengan variabel lainnya (Ghodang, 2020). Secara khusus penelitian ini dilakukan untuk mempelajari lebih lanjut mengenai masalah yang terjadi untuk menentukan ada tidaknya hubungan. Selain itu, penelitian ini menggunakan desain kuantitatif untuk menganalisis teknik statistik yang mengevaluasi teori dan menemukan hubungan antara variabel yang diteliti.

3.2 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di beberapa TK pilihan yang ada di Kecamatan Regol. Penelitian dilakukan di RA Al-Ikhlâs dan TK Ria.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1. Populasi Penelitian

Populasi merupakan wilayah yang terdiri dari subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bekerja yang memiliki anak usia dini di RA Al-Ikhlâs dan TK Ria, dari kedua TK tersebut jumlah ibu yang bekerja secara keseluruhan berjumlah 43 orang.

3.3.2. Sampel Penelitian

Pengambilan sampel responden dalam penelitian ini menggunakan *non probability sampling*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu teknik *total sampling*. *Total Sampling* adalah teknik pengambilan sampel dan populasi adalah sama. Jumlah responden yang digunakan pada penelitian ini kurang dari 100 maka digunakan teknik keseluruhan (Arikunto dalam Alfianti, 2018)

3.4 Definisi Operasional Variabel

3.4.1. *Mindful Parenting*

Mindful parenting adalah metode pengasuhan yang sadar akan hal yang dilakukannya dengan cara memperhatikan anak dengan segenap hati dan tidak reaktif pada anak

McCaffery (2016) membagi *mindful parenting* menjadi dua dimensi yaitu :

1. *Mindful Discipline*

Pada dimensi ini menggambarkan keterampilan orang tua dalam menjalankan proses pengasuhan, untuk tidak reaktif dan tetap sadar. Pengasuhan yang tidak memberikan sebuah reaksi negatif pada anak dan lingkungannya

2. *Being in the moment with child*

Pada dimensi ini berfokus pada anak dengan mengharuskan orang tua untuk memperhatikan setiap saat kehadiran anaknya, memiliki empati dan menerima keadaanya apapun yang terjadi

3.4.2 Stres Pengasuhan

Stres pengasuhan adalah kondisi yang terjadi pada psikologis karena proses pengasuhan yang diakibatkan oleh perasaan takut, cemas dan tidak puas dalam proses pengasuhan.

Dimensi yang dikemukakan oleh Berry dan Jones (1995) terkait stres pengasuhan diantaranya:

1. *Pleasure*

Dimensi ini menitikberatkan pada aspek positif pengasuhan yang memberikan berbagai efek emosional positif, antara lain perasaan cinta, kegembiraan, kebahagiaan, kesenangan dan pengayaan diri serta pengembangan diri

2. *Strain*

Dimensi ini berfokus pada aspek-aspek yang negatif dari pengasuhan anak, mencakup banyaknya sumber tuntutan, termasuk waktu, tenaga dan uang

3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian ini dilakukan secara sistematis dan berpedoman pada panduan pelaksanaan penelitian, untuk mempermudah penelitian ini maka peneliti membagi prosedur penelitian menjadi beberapa tahap, yaitu :

3.5.1 Tahapan Persiapan

Tahapan ini dilakukan langsung oleh peneliti sebelum turun ke lapangan. Tahapan ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut :

1. Merumuskan masalah dalam penelitian, kemudian diteliti langsung dan dikaitkan dengan fenomena yang ada di sekitar
2. Menentukan variabel yang akan diteliti, yaitu *mindful parenting* dan stres pengasuhan
3. Melakukan *literature review*, sehingga mendapatkan teori yang sesuai dengan variabel yang akan diteliti
4. Menyiapkan alat pengumpulan data dengan menyusun instrument penelitian yang berupa skala likert yang terdiri dari skala *mindful parenting* dan skala stres pengasuhan

3.5.2 Tahapan Pengambilan Data

Tahapan ini adalah tahapan pelaksanaan mengumpulkan data penelitian. Tahapan ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut :

1. Menentukan jumlah sampel
2. Menjelaskan tujuan dari penelitian dan kesediaan responden dalam mengisi angket/kuesioner
3. Meminta izin persetujuan untuk melakukan pengambilan data penelitian kepada dosen pembimbing skripsi
4. Meminta izin kepada TK di Kecamatan Regol
5. Melakukan pengambilan data

3.5.3 Tahapan Pengujian Alat Ukur

Tahapan ini merupakan tahap melakukan uji validitas dan uji reliabilitas alat ukur. Tahapan ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Melakukan cek uji validitas dan reliabilitas terhadap alat ukur yang telah diukur
2. Mengeliminasi item yang valid dan *reliable*, item yang lolos akan digunakan dalam analisis data
3. Menyusun kembali kisi-kisi dan item-item yang akan digunakan berdasarkan data yang valid dan *reliable*

3.5.4 Tahapan Pengolahan Data

Tahapan ini merupakan tahap melakukan pengolahan data untuk menguji hipotesis. Tahapan ini meliputi langkah-langkah sebagai berikut :

1. melakukan skoring terhadap hasil jawaban responden
2. membuat perhitungan dan melakukan tabulasi data
3. menggunakan pengujian statistik memperoleh hasil data hubungan antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja di TK Kecamatan Regol
4. Membuat analisis data dengan menggunakan analisis deskriptif dan analisis inferensial
5. Membuat hasil pembahasan dan kesimpulan

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Dalam teknik pengumpulan data penelitian ini, instrument yang digunakan adalah daftar kelompok pertanyaan-pertanyaan yang telah didistribusikan secara langsung kepada responden. Peneliti mengumpulkan data menggunakan kuesioner atau angket.

3.7.1 Instrumen Penelitian

1. *Mindful Parenting*

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data berupa angket yang berisi pertanyaan dan pernyataan terkait dengan variabel penelitian. Pertanyaan yang digunakan menyesuaikan dengan kriteria responden yang digunakan dalam penelitian ini yaitu ibu bekerja yang memiliki anak usia dini dengan usia 2-6 tahun. Pertanyaan terdiri dari 28 item yang terbagi atas dua dimensi yaitu *mindful discipline* dan dimensi *being in the moment with child*. Dalam penelitian ini terdapat dua skala. Peneliti menggunakan alat ukur dalam bentuk skala likert untuk menyusun item, yaitu skala yang akan dipakai untuk *mindful parenting* dan stres pengasuhan. Dalam skala likert digunakan item *favorable*, untuk item *favorable* perolehan skornya akan bergerak dari kiri ke kanan (HS, S, KK, J) dengan nilai (1, 2, 3, 4). Berikut adalah tabel pemberian skor pada skala *mindful parenting* pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini untuk item *favorable*, sebagai berikut:

Tabel 3.1 Pemberian Nilai Skor Skala Likert

Alternatif Jawaban	Favorable	Unfavorable
Hampir Selalu (HS)	4	1
Sering (S)	3	2
Kadang-kadang (KK)	2	3
Jarang (J)	1	4

Tabel 3.2 Kisi-kisi instrument mindful parenting

Variabel	Dimensi	Indikator	Aitem
			Favorable
<i>Mindful Parenting</i>	<i>Mindful discipline</i>	1. Melakukan pengasuhan non reaktif 2. Mengetahui kemampuan diri dalam pengasuhan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9,10, 12,13
	<i>Being in the Moment With Child</i>	1. Memberikan perhatian 2. Pemahaman dan tidak menghakimi anak 3. Penerimaan terhadap anak	14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28

Sumber : McCaffery (2016)

Setelah dilakukan uji coba kepada 30 responden, maka hasil dari analisis item yang diperoleh bahwa dari 28 item yang sudah tersedia, sebanyak 24 item terpakai dan 4 item yang gugur karena skor item korelasi < 0,3.

2. Stres Pengasuhan

Penggunaan alat ukur ini menyesuaikan dengan kriteria responden yang digunakan dalam penelitian yaitu ibu bekerja yang memiliki anak usia

dini. Pertanyaan penelitian ini terdiri dari 18 item yang terbagi atas dua dimensi yaitu *pleasure* dan *strain*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan model skala likert 1-5 dengan pilihan jawaban; (1) sangat tidak setuju, (2) tidak setuju, (3) netral, (4) setuju dan (5) sangat setuju. Dalam instrument stres pengasuhan menggunakan dua kategori skala likert yaitu pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable* (Suprajtina, 2014). Dalam setiap item nya terdapat limapilihan jawaban. Item *favorable* perolehan skornya akan bergerak dari kiri ke kanan (SS, S, N,TS, STS) dengan nilai (1, 2, 3, 4, 5). Sedangkan untuk *unfavorable* pemerian skornya akan bergerak sebaliknya dari kana ke kiri (STS, TS, N, SS, S) dengan nilai (5,4, 3, 2, 1). Berikut adalah tabel pemberian skor pada skala stres pengasuhan:

Tabel 3.3 *Pemberian Nilai Skor Skala Likert*

Alternatif Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Netral	2	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Tabel 3.4 *Kisi-kisi instrument stres pengasuhan*

Variabe	Dimensi	Indikator	Aitem	
			Favorable	Unfavorabl e
1				

Stres Pengasuhan	<i>pleasure</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memiliki perasaan puas menjadi seorang ibu 2. Memberikan kasih sayang dengan sepenuh hati 3. Memiliki perasaan bahwa anak adalah sumber kebahagiaan 		1, 2, 5, 6, 7, 8, 17, 18
	<i>Strain</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menganggap anak sebagai beban 2. Tidak menikmati peran sebagai ibu 3. Memiliki perasaan bahwa adanya anak menjadi batasan 	3, 4, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	

Sumber : Bery and Jones (1995)

Setelah dilakukan uji coba kepada 30 responden, maka hasil dari analisis item yang diperoleh bahwa dari 18 item yang sudah tersedia, sebanyak 14 item terpakai dan 4 item yang gugur karena skor item korelasi < 0,3.

3.8 Uji Validitas

Menurut (Nursalam, 2016) uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah item tersebut dapat mengukur secara akurat indikator yang ingin di evaluasi, dalam hal ini untuk menentukan apakah item tersebut cocok atau tidak sesuai dengan indikator tersebut. Uji validitas digunakan untuk mengukur apakah layak atau tidaknya instrument tersebut untuk mengukur apa yang akan diukur. Dengan menggunakan *software* SPSS v.26, indikatornya dinyatakan valid apabila memiliki korelasi lebih dari 0,3 maka dapat mengukur suatu aspek dan indikator pada suatu item yang akan diukur (Sugiyono,2015).

Penelitian ini menggunakan *Mindfulness in Parenting Questionnaire* (MIQP) terdiri dari 28 item. Kemudian alat ukur ini dimofifikasi oleh peneliti dengan merubah kalimat agar lebih mudah untuk dipahami. Hasil uji validitas terdapat 4 item yang tidak valid yakni nomor 2, 7,11, dan 13. Alat ukur tingkat stres pengasuhan pada ibu menggunakan *Parental Stress Scale* (PSS) yang terdiri dari 18 item. Hasil uji validitas terdapat 4 item yang tidak valid yakni nomor 1, 7, 17, dan 18.

3.9 Uji Reliabilitas

Uji reliabilias dilakukan untuk mengetahui kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan yang diukur berkali-kali dalam waktu bersamaan. (Nursalam, 2016). Uji reliabilitas akan menunjukkan konsistensi suatu alat ukur. Realibilitas adalah alat yang digunakan untuk mengukur sebuah kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk (Ghozali, 2018). Penelitian ini menggunakan *composite reliability* untuk menguji nilai reliailitas setiap indikatornya yang digunakan untuk mengukur sebuah alat ukur. Alat ukur akan dinyatakan reliabel apabila hasil dari *composite reability* di atas 0,6.

Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Koefisien Korelasi	Keterangan
<i>Mindful Parenting</i>	0,911	Realibilitas
Stres Pengasuhan	0,859	Realibilitas

Berdasarkan tabel 3.5, dapat diketahui bahwa reliabilitas *mindful parenting* sebesar 0,911 dan stres pengasuhan sebesar 0,859 maka dapat disimpulkan bahwa kedua instrument tersebut menunjukkan reliabilitas yang baik.

3.10 Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, menganalisis data adalah tahap yang diselesaikan dalam proses penelitian kuantitatif setelah semua data responden sudah terkumpulkan. Menurut Sugiyono (2016), teknik analisis data meliputi adanya pengelompokan data yang telah didapatkan berdasarkan jenis subjek, mentabulasi data, menyajikan data, melakukan perhitungan dan menguji hipotesis

3.10.1 Analisis deskriptif.

Statistik deskriptif ini dapat digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud untuk membuat kesimpulan yang berlaku secara umum dengan menggunakan data yang telah dikumpulkan oleh peneliti (Sugiyono, 2016). Maka dalam penelitian ini analisis deskriptif dapat dilakukan untuk mengetahui suatu gambaran secara umum mengenai *mindful parenting* dan stres pengasuhan. Setiap variabel yang akan dilakukan harus dibuat pengkategorian yaitu pengkategorian yang tinggi dan rendah. Pengkategorian ini dilakukan dengan menggunakan nilai median dari hasil pengolahan data.

3.10.2. Analisis Inferensial

Merupakan metode analisis yang digunakan untuk mengukur adanya suatu hubungan antar variabel Analisis inferensial yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *korelasi product moment*. Menurut Sudjana (2005), hubungan antara dua variabel atau lebih ini secara keseluruhan yang telah dipertimbangkan terlebih dahulu dapat dilihat menggunakan analisis korelasi *person product moment*.

Dalam penelitian ini dilakukan uji normalitas, uji ini dilakukan untuk melihat data yang diperoleh berdistribusi normal atau berdistribusi tidak normal, data normal jika nilai sig. 2 tailed > 0.05 . Uji Kolmogorov-Smirnov

digunakan oleh peneliti, dan ditentukan bahwa residual berdistribusi normal jika hasil signifikan adalah $\geq 0,05$. Penelitian ini dapat dilanjutkan jika data terdistribusi secara teratur. Selanjutnya yaitu uji hipotesis, pengujian hipotesis dilakukan untuk menguji keterkaitan antara dua variabel atau lebih, yaitu variabel bebas dan variabel terikat (Sarwono, 2006). Penelitian ini berusaha untuk memastikan apakah ada hubungan positif antara faktor dukungan sosial dan kepercayaan diri. Periksa teori ini dengan menggunakan pendekatan korelasi person product moment. Menggunakan SPSS versi 26, perhitungan akan dilakukan dalam upaya untuk mengevaluasi ide ini.

3.11 Etika Penelitian

3.11.1 Kerahasiaan

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan nama samara ataupun hanya menggunakan inisial nama dan responden untuk tetap menjaga kerahasiaan identitas responden dalam laporan penelitian yang dibuat oleh peneliti. Peneliti memastikan bahwa semua data yang diperoleh bersifat rahasia dan jawaban atas pertanyaan yang telah diisi oleh responden adalah khusus untuk peneliti dan pihak yang berkepentingan untuk mendapatkan laporan dari hasil riset yang telah dilakukan.

3.11.2 Privasi

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan hanya untuk kepentingan dalam perkembangan dunia pendidikan di dalam menulis skripsi dan hanya digunakan oleh peneliti dengan tujuan untuk mendapatkan data yang dibutuhkan untuk riset.