

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan ciri khas atau atribut yang digunakan oleh peneliti untuk mengkaji informasi tentang suatu hal agar dapat disimpulkan. Kerlinger (dalam Sudaryono, 2018) menjelaskan bahwa variabel merupakan sebuah *constructs* atau sifat yang dipelajari dan berasal dari *different values* atau nilai yang berbeda sehingga variabel diartikan sebagai sesuatu yang beragam atau memiliki berbagai jenis. Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua yaitu :

1. Variabel tergantung (*Dependent Variabel*) : Kecerdasan Adversitas.
2. Variabel Bebas (*Independent Variabel*) : *Self Compassion*.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah definisi kongkrit dari variabel penelitian yang mempunyai pengertian spesifik dan terurut. Menurut Ruane (dalam Sudaryono, 2018) definisi operasional dapat membantu menentukan langkah-langkah yang sesuai untuk digunakan saat melakukan pengukuran. Definisi operasional dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Kecerdasan adversitas

Kecerdasan adversitas adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk menghadapi kesulitan dan mampu bertahan melalui tantangan-

tantangan dalam kehidupannya. Individu yang memiliki kecerdasan adversitas tinggi mampu untuk merespon dan memiliki pengetahuan untuk menyelesaikan serta mampu mengadaptasikan berbagai permasalahan dalam kehidupan.

Kecerdasan adversitas diukur menggunakan skala kecerdasan adversitas berdasarkan aspek-aspek menurut Stoltz (2000) yang meliputi *control* atau pengendalian, *origin & ownership* atau asal-usul & pengakuan, *reach* atau jangkauan serta *endurance* atau daya tahan.

2. *Self Compassion*

Self compassion adalah rasa belas kasih pada diri sendiri ketika mengalami sebuah kesulitan. Individu yang memiliki *self compassion* cenderung memandang positif dirinya sehingga akan membantu ia untuk mengatasi kelemahan-kelemahan yang dimiliki serta meningkatkan relasi sosial dengan orang lain.

Self compassion diukur menggunakan skala *Self compassion* berdasarkan aspek-aspek menurut Neff (2003) yang meliputi tiga aspek yaitu *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Menurut Azwar (2017) populasi merupakan sekelompok subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah penyandang tunadaksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang

Disabilitas Fisik (BBRSPDF) Prof. Dr Soeharso Surakarta yang berjumlah 143 orang.

2. Sampel

Menurut Azwar (2017) sampel merupakan bagian dari populasi. Sampel disebut juga sebagai sejumlah orang yang dipilih dari suatu populasi Sugiyono (dalam Sudaryono, 2018). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 102 penerima manfaat (PM) yang berada di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BBRSPDF) Prof. Dr Soeharso Surakarta. Ciri-ciri atau karakteristik sampel yang digunakan adalah sebagai berikut :

a. Penyandang tunadaksa yang berusia 18-35 tahun.

Usia 18-35 tahun berada dalam masa dewasa awal. Masa dewasa awal ditandai dengan salah satu ciri yaitu usia mengalami banyak masalah. Pada masa ini seseorang dihadapkan dengan masalah yang cukup ruwet mengenai pekerjaan, pemilihan terhadap hidup dan juga penyesuaian diri. Pada masa ini pun individu berada dalam usia tegang yang berkaitan dengan emosi. Ketegangan emosi muncul karena faktor penyesuaian diri yang sulit, faktor lingkungan dirasa tidak cocok dan sering diekspresikan melalui rasa takut atau rasa khawatir yang berlebihan terhadap masalah. Selain itu di masa dewasa awal, individu dituntut untuk mampu bertanggung jawab terhadap usaha-usaha pribadinya serta mampu menempatkan diri secara realistis sesuai dengan kenyataan atau situasi yang baru Anderson (dalam Tim Pengembangan MKDK IKIP 1990).

- b. Penyandang tunadaksa yang bisa membaca dan menulis. Alasan peneliti mengambil subjek dengan kriteria tersebut adalah karena masing-masing penyandang tunadaksa memiliki tingkat ketunaan yang berbeda-beda baik itu dari kategori ringan hingga berat, sehingga sebagian dari mereka memiliki keterbatasan dalam membaca maupun menulis.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Arikunto & Sularso (dalam Sudaryono, 2018) menjelaskan bahwa teknik pengambilan sampel merupakan cara atau teknik pengambilan sampel dalam penelitian. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel sesuai dengan karakteristik atau ciri-ciri subjek yang dianggap mewakili populasi. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BBRSPDF) Prof. Dr Soeharso Surakarta sebanyak 102 penerima manfaat (PM) karena sesuai dengan karakteristik sampel.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pengukuran berupa skala sebagai alat ukur psikologi. Sudaryono (2018) menjelaskan bahwa skala pengukuran adalah konsensus yang dipakai sebagai landasan untuk menetapkan ukuran interval yang terdapat dalam alat ukur agar apabila alat ukur tersebut digunakan untuk pengukuran dapat mengeluarkan data kuantitatif.

Skala yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Skala *likert* merupakan skala untuk mengukur sikap, opini dan persepsi individu atau kelompok mengenai suatu peristiwa sosial. Dalam skala ini variabel penelitian akan diuraikan menjadi aspek. Aspek tersebut akan diuraikan menjadi indikator-indikator yang bisa diukur. Indikator tersebut akan menjadi dasar untuk membuat item-item berupa pernyataan (Sudaryono, 2018). Setiap pernyataan yang terdapat dalam skala mengandung item *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* adalah pernyataan yang mendukung sedangkan item *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung. Masing-masing item tersebut memiliki empat alternatif jawaban yaitu selalu (SL), sering (SR), jarang (JR), dan tidak pernah (TP). Cara penilaiannya yaitu sebagai berikut:

Tabel. 1
Skoring skala *Self Compassion* dan Kecerdasan Adversitas

No	Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Selalu (SL)	4	1
2	Sering (SR)	3	2
3	Jarang (JR)	2	3
4	Tidak pernah (TP)	1	4

Skala yang digunakan dalam penelitian ini meliputi dua bagian yaitu skala kecerdasan adversitas dan skala *self compassion*. Skala pertama yaitu pernyataan-pernyataan yang meliputi kecerdasan adversitas sedangkan skala kedua yaitu pernyataan-pernyataan yang meliputi *self compassion*.

1). Skala Kecerdasan Adversitas

Kecerdasan adversitas diukur menggunakan skala kecerdasan adversitas yang disusun oleh Zulfa (2014) dan kemudian dimodifikasi oleh peneliti. Skala tersebut terdapat 30 item yaitu terdiri atas item-item *control* (pengendalian), *origin* dan *ownership* (asal-usul dan pengakuan), *reach* (jangkauan) dan *endurance* (daya tahan). Masing-masing skala memuat 15 butir item (1, 2, 3, 6, 7, 9, 13, 14, 17, 18, 20, 21, 26, 27, 28) yang merupakan item *favorable* atau yang mendukung, dan 15 butir item (4, 5, 8, 10, 11, 12, 15, 16, 19, 22, 23, 24, 25, 29, 30) yang merupakan item *unfavorable* atau yang tidak mendukung.

Subjek akan memilih satu jawaban yang menggambarkan dirinya dari empat alternatif jawaban yang tersedia. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek maka semakin tinggi pula kecerdasan adversitas yang ia miliki, dan sebaliknya apabila skor total yang diperoleh subjek semakin rendah maka semakin rendah pula tingkat kecerdasan adversitas yang ia miliki.

Tabel. 2
Blue Print Skala Kecerdasan Adversitas

No	Aspek	Indikator-indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Control</i> (kendali)	Kemampuan individu untuk mengendalikan peristiwa/ kejadian yang menimbulkan kesulitan.	1, 17	4, 8, 25	8
		Pemahaman individu mengenai kemampuan yang dimiliki dalam melakukan sesuatu.	7, 28	15	
2	<i>Origin & ownership</i> (asal-usul dan pengakuan)	Kemampuan individu mengetahui penyebab masalah atau kesulitan yang terjadi.	14, 13	11	6
		Kemampuan individu untuk mengetahui akibat dari masalah atau kesulitan.	3	5, 16	
3	<i>Reach</i> (jangkauan)	Hal-hal yang mengganggu individu dalam melakukan aktivitas sehari-hari	6, 20	12, 29	8
		Pengaruh dari kesulitan yang individu rasakan.	9, 26	19, 22	
4	<i>Endurance</i> (daya tahan)	Individu mengetahui jangka waktu ketika mengalami masalah.	2, 27	10, 24	8
		Individu mengetahui range waktu penyebab terjadinya masalah.	18, 21	23, 30	
Total			15	15	30

2). Skala *Self Compassion*

Self compassion diukur menggunakan skala *self compassion* yang disusun oleh Danisati (2018) dan kemudian dimodifikasi oleh peneliti. Skala ini memiliki 28 butir item yang memuat tentang *self*

kindness (bersikap baik pada diri sendiri), *a sense of common humanity* (pemahaman akan kemanusiaan), dan *mindfulness* (penuh kesadaran). Skala ini terdiri dari 14 butir item (3, 5, 7, 9, 10, 12, 14, 15, 17, 19, 22, 23, 26, 28) yang merupakan item *favorable* atau yang mendukung dan 14 butir item (1, 2, 4, 6, 8, 11, 13, 16, 18, 20, 21, 24, 25, 27) yang merupakan item *unfavorable* atau yang tidak mendukung.

Subjek akan memilih satu jawaban yang menggambarkan dirinya dari empat alternatif jawaban yang tersedia. Semakin tinggi skor total yang diperoleh maka semakin tinggi pula *self compassion* yang subjek miliki, dan sebaliknya apabila skor total yang diperoleh subjek semakin rendah maka semakin rendah pula tingkat *self compassion* yang ia miliki.

Tabel. 3
Blue Print Skala Self Compassion

No	Aspek	Indikator-indikator	Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Self kindness</i> (bersikap baik pada diri sendiri)	Mengetahui hal-hal positif yang harus dilakukan untuk memahami diri.	5,12,19, 23,26	1,8,11, 16,21	10
2	<i>Common humanity</i> (pemahaman akan kemanusiaan)	Sikap individu menanggapi kegagalan sebagai sebuah hal yang wajar.	3, 7,10, 15,28	4,13,18, 25,27	10
3	<i>Mindfulness</i> (penuh kesadaran)	Kemampuan individu untuk mengambil tindakan yang tepat saat mengalami kegagalan.	9,14, 17,22	2,6, 20,24	8
Total			14	14	28

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas merupakan seberapa jauh ketepatan dan kecermatan dari sebuah alat ukur dapat melakukan pengukurannya. Sebuah alat ukur dapat dikatakan memiliki kevalidan bukan hanya disebabkan karena alat ukur tersebut bisa mengeluarkan data yang tepat, namun juga bisa mendeskripsikan dengan cermat tentang data tersebut (Sudaryono, 2018).

Penelitian ini menggunakan validitas isi (*Content Validity*). Validitas isi yaitu validitas yang meninjau seberapa jauh butir skala yang digunakan dapat menggambarkan keadaan konstruk yang akan diukur. Validitas isi juga merupakan validitas yang dinilai atau diestimasi melalui pengujian pada kelayakan atau relevansi *content* tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui *expert judgement*. Cara untuk melihat apakah validitas isi terpenuhi yaitu meninjau kembali apakah butir-butir pernyataan yang terdapat dalam skala penelitian memiliki kesesuaian dengan *blueprint* yang dibuat atau tidak (Azwar, 2017).

2. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang didefinisikan sebagai seberapa jauh hasil ukur bisa dipercaya. Sebuah alat ukur bisa dipercaya jika dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, didapatkan hasil ukur yang juga relatif sama (Sudaryono, 2018).

Reliabilitas dalam penelitian ini diuji menggunakan metode atau pendekatan *split half methods*. Metode ini dilakukan dengan satu kali pengukuran dan membagi dua bagian yang sama. Metode atau pendekatan ini pun dimungkinkan untuk dapat mengestimasi reliabilitas tanpa harus melakukan dua kali tes dan dapat meminimalisir beberapa kekurangan seperti *reactivity effect*, *carry over effect* dan secara spesifik dapat meminimalisir pengaruh waktu terhadap skor yang didapat sehingga ketidakajegan perolehan skor bukan disebabkan karena penyelenggaraan tes akan tetapi disebabkan karena respon terhadap tes tersebut. Uji reliabilitas dalam penelitian ini memakai pengujian *Cronbach's Alpha*. Data dihitung dengan menggunakan program *Statistical Packages for social Science (SPSS) 21.0 for windows release*.

F. Metode Analisis Data

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menetapkan bahwa data yang digunakan memiliki penyaluran yang normal atau tidak. Metode pengujian normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *Kolmogrov-Smirnov*. Teknik *Kolmogrov-smirnov* digunakan untuk membandingkan data yang akan diuji normalitasnya dengan data yang baku. Apabila signifikansi $< 0,05$ maka data yang diuji tidak normal sebaliknya apabila signifikansi $> 0,05$ maka data

tersebut dikatakan normal (Azwar, 2018). Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Packages for social Science (SPSS) 21.0 for windows release*.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilaksanakan untuk meninjau hubungan antara kedua variabel penelitian termasuk garis yang lurus atau linear. Jika hubungan antara kedua variabel tidak linier maka cenderung terjadi pengabaian atau memperkecil hubungan antara kedua variabel. Variabel dalam penelitian ini adalah *self compassion* dan kecerdasan adversitas. Kedua variabel ini dinyatakan linear jika nilai taraf signifikansi $< 0,05$ (Azwar, 2018). Uji linearitas dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Packages for social Science (SPSS) 21.0 for windows release*.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah hipotesis satu arah atau *one tailed*. Azwar (2017) menjelaskan bahwa hipotesis *one tailed* digunakan ketika hipotesis yang diajukan dalam penelitian memiliki arah hubungan spesifik atau terarah yaitu semakin tinggi variabel X maka semakin tinggi pula variabel Y. Sebaliknya semakin rendah variabel X maka semakin rendah pula variabel Y. Uji hipotesa dalam penelitian ini menggunakan korelasi *Product-Moment* dari Karl Pearson untuk melihat hubungan antara variabel X dan variabel Y atau antara *self compassion* dan kecerdasan adversitas. Uji hipotesis akan dilakukan dengan memakai

program *Statistical Packages for social Science (SPSS) 21.0 for windows*
release.