

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

1. Variabel Tergantung (Y) : Kualitas Hidup
2. Variabel Bebas (X) : Welas Diri

#### **B. Definisi Operasional**

##### **1. Kualitas Hidup**

Penilaian terhadap remaja dengan *acne vulgaris* tingkat keparahan berat meliputi melihat hubungan material dan interpersonal mereka, kesehatan dan mental, serta aktivitas yang sesuai dengan harapan dan aspirasi remaja. Kualitas hidup terdiri dari dimensi:

- a. Kesehatan fisik merupakan kemampuan remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat untuk beraktivitas sehari-hari dan memberikan pengalaman baru.
- b. Kesehatan psikologis merupakan kemampuan remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat untuk menyesuaikan berbagai keadaan psikologisnya untuk sehat secara mental.
- c. Hubungan sosial merupakan kemampuan remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat untuk bersosial dan dapat mengoptimalkan tugasnya di kehidupan sebagai manusia.

- d. Lingkungan merupakan ketersediaan dari tempat tinggal remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat untuk melakukan sarana dan prasarana yang menunjang kehidupannya.

Kualitas hidup dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala kualitas hidup yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan dimensi dari WHO (Rapley, 2003). Skala tersebut dibuat dengan mengacu pada dimensi kualitas hidup yang terdiri dari kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.

## 2. Welas Diri

Remaja dengan *acne vulgaris* tingkat keparahan berat yang mampu menanganikan diri mereka sendiri dengan kebaikan, menahan diri dari kritik yang keras, dan menerima tantangan hidup, kegagalan, dan rasa sakit dengan lapang dada. Welas diri dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan *Self Compassion Scale* yang telah diadaptasi oleh Sugianto, Sutanto, dan Suwanto (2020). Skala tersebut dibuat dengan mengacu pada aspek welas diri yang terdiri dari *self kindness vs self judgement*, *common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs overidentification*.

## C. Subjek Penelitian

Partisipan penelitian ini adalah remaja yang mengalami *acne vulgaris* yang berusia 14 hingga 19 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik untuk memilih sampel yang menyesuaikan dengan standar yang telah ditetapkan berdasarkan

kebutuhan peneliti (Budiastuti & Bandur, 2018). Subjek yang menjadi kriteria dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Remaja laki-laki dan perempuan
2. Remaja dari 14 sampai 19 tahun
3. Mengalami *acne vulgaris* dengan tingkat keparahan yang berat

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif menekankan pada analisis data numerik yang akan menjadi sasaran analisis statistik untuk menemukan variabel apa pun yang terkait atau yang memiliki struktur yang jelas dan dapat diamati (Azwar, 2021a). Salah satu alat pengumpul data yang digunakan untuk mengumpulkan informasi yang ingin diungkap adalah skala. Menurut Azwar (2022) skala adalah alat pengukuran yang berbentuk serangkaian pertanyaan yang dirancang untuk memperoleh jawaban yang mengungkapkan karakteristik tertentu.

Skala yang diberikan kepada responden berupa skala model *likert* untuk skala kualitas hidup dan skala model frekuensi untuk skala welas diri. Azwar (2022) menyatakan skala model *likert* adalah alat ukur yang banyak digunakan dalam penelitian yang memberikan kemungkinan respons sehingga ideal untuk mengukur pendapat, sikap, atau kesan individu terhadap suatu situasi. Dua alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Self Compassion Scale (SCS)* yang disusun Neff kemudian diadaptasi oleh Sugianto, Suwanto, dan

Sutanto, (2020) dan skala kualitas hidup disusun oleh peneliti menggunakan dimensi dari WHO (Rapley, 2003).

### 1. Skala Kualitas Hidup

Skala kualitas hidup pada penelitian ini dikonstruksi langsung oleh peneliti menggunakan dimensi dari WHO (Rapley, 2003) yang terdiri dari dimensi kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.

Tabel 3.1 *Blue Print* Skala Kualitas Hidup Sebelum Uji Coba

Dimensi	Indikator	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
		Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
1. Kesehatan fisik	Aktivitas sehari-hari	1	1	2	1
	Ketergantungan obat-obatan	3	1	4	1
	Sakit dan ketidaknyamanan	5	1	6	1
	Tidur yang cukup	7	1	8	1
2. Kesehatan psikologis	Perasaan yang positif	9, 10	2	11	1
	Keyakinan pribadi	12, 13	2	14	1
	Penampilan	15, 16	2	17	1
3. Hubungan sosial	Relasi personal	19	1	18, 20	2
	Dukungan sosial	21, 23	2	22	1
4. Lingkungan	Perawatan kesehatan	24	1	25	1
	Kesempatan melakukan kegiatan yang menyenangkan	26	1	27	1
	Keamanan dan keselamatan fisik	28, 29	2	30	1
		17		13	

Alat ukur menggunakan skala *likert* dengan pernyataan mendukung (*favourable*) dan tidak mendukung (*unfavourable*). Penilaian dari rentang angka 1 (Sangat Tidak Sesuai), 2 (Tidak Sesuai), 3 (Netral), 4 (Sesuai), dan 5 (Sangat Sesuai) untuk setiap tanggapan pada pernyataan *favorable*. Sementara itu, jawaban setiap aitem pada pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*) dinilai dari rentang angka 5 (Sangat Tidak Sesuai), 4 (Tidak Sesuai), 3 (Netral), 2 (Sesuai), dan 1 (Sangat Sesuai).

Tabel 3.2 Kriteria Penilaian Aitem Skala Kualitas Hidup

Aitem	Nilai Aitem				
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Netral	Sesuai	Sangat Sesuai
<i>Favourable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavourable</i>	5	4	3	2	1

## 2. Skala Welas Diri

Instrumen pengukuran yang digunakan untuk mengukur welas diri yaitu *Self Compassion Scale* (SCS) disusun oleh Neff yang diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Sugianto, Suwantono, dan Sutanto (2020) menjadi Skala Welas Diri (SWD). Skala Welas Diri terdiri dari 26 aitem pertanyaan yang mencakup 3 aspek, yaitu *self kindness* (mengasihi diri) vs *self judgement* (menghakimi diri), *common humanity* (kemanusiaan universal) vs *isolation* (isolasi), dan *mindfulness* (kesadaran diri) vs *overidentification* (overidentifikasi).

Tabel 3.3 *Blue Print* Skala Welas Diri

Aspek	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
1. Mengasihi Diri ( <i>Self Kindness</i> ) vs Menghakimi Diri ( <i>Self Judgement</i> )	5, 12, 19, 23, 26	5	1, 8, 11, 16, 21	5
2. Kemanusiaan Universal ( <i>Common Humanity</i> ) vs Isolasi ( <i>Isolation</i> )	3, 7, 10, 15	4	4, 13, 18, 25	4
3. Kesadaran Diri ( <i>Mindfulness</i> ) vs Overidentifikasi ( <i>Overidentification</i> )	9, 14, 17, 22	4	2, 6, 20, 24	4
		13		13

Instrumen menggunakan skala model frekuensi dengan rentang angka 1 (Hampir Tidak Pernah) sampai 5 (Hampir Selalu) yang digunakan untuk 13 pertanyaan positif yang meliputi *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Sejumlah 13 pertanyaan negatif yang meliputi *self judgement*, *isolation*, dan *overidentification* akan diskor terbalik mulai dari rentang 1 (Hampir Selalu) sampai 5 (Hampir Tidak Pernah).

Tabel 3.4 Kriteria Penilaian Aitem Skala Welas Diri

Aitem	Nilai Aitem				
	Hampir Tidak Pernah				Hampir Selalu
<i>Favourable</i>	1	2	3	4	5
<i>Unfavourable</i>	5	4	3	2	1

## E. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan proses dari pengolahan data responden yang telah dikumpulkan agar dapat menghasilkan informasi yang relevan dan berkaitan dengan tujuan penelitian. Analisis data yaitu serangkaian prosedur yang mencakup pembuatan tabel distribusi, pengklasifikasian data menurut variabel dan jenis subjek, serta penggunaan metode statistik untuk menguji hipotesis penelitian dan memberikan jawaban atas rumusan masalah (Sugiyono, 2020). Pengujian asumsi dan hipotesis digunakan dalam keabsahan data dengan menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis dengan menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Program for Social Science*) windows versi 25.0.

### 1. Uji Asumsi

#### a. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk memeriksa apakah distribusi data penelitian normal. Jika nilai signifikansi pada Kolmogorov Smirnov lebih besar dari 0,05, maka dapat dikatakan data terdistribusi secara normal (Sudrajat, 2020). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Program for Social Science*) windows versi 25.0.

#### b. Uji linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah analisis regresi linear dapat digunakan untuk memodelkan hubungan antara dua variabel. Aplikasi SPSS (*Statistical Program for Social Science*) windows versi 25.0 digunakan untuk membantu uji linearitas dalam

penelitian. Ketentuan uji linearitas pada SPSS adalah jika nilai signifikansi *deviation from linearity*  $> 0,05$  atau *linearity*  $< 0,05$  maka dapat dikatakan mempunyai hubungan yang linear (Ghozali, 2018).

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis untuk menentukan apakah variabel independen terhadap variabel dependen memiliki hubungan yang signifikan secara statistik (Sudrajat, 2020). Apabila asumsi terpenuhi maka uji hipotesis menggunakan *Product Moment Pearson Correlation* (Sugiyono, 2013). Jika asumsi tidak terpenuhi maka uji hipotesis menggunakan *Spearman's Rank* (Sugiyono, 2013). Apabila nilai signifikansi lebih dari 0.05 maka dapat dikatakan hipotesis diterima (Sudrajat, 2020). Tujuan dari korelasi adalah untuk memastikan apakah ada hubungan searah atau berlawanan antara variabel *welas diri* dan kualitas hidup dan seberapa erat hubungan antar variabel.

## F. Kredibilitas

### 1. Validitas

Uji validitas untuk menentukan apakah pernyataan-pernyataan dalam skala benar-benar mengukur hal-hal yang ingin diukur (Azwar, 2021). Sebuah instrumen atau kuisisioner dikatakan valid jika pertanyaan pada instrumen atau kuisisioner mampu mengungkap sesuatu yang akan diukur oleh kuisisioner tersebut (Maulana, 2022).

a. Skala Kualitas Hidup

Koefisien Aiken's  $v$  adalah salah satu metode untuk menguji validitas isi. Koefisien validitas isi Aiken's  $v$  digunakan untuk mengukur tingkat representasi suatu aitem terhadap konstruk yang ingin diukur, berdasarkan penilaian dari sejumlah pakar (Azwar, 2022). Menurut Sugiyono (2013) untuk menguji validasi aitem apabila nilai koefisien  $> 0,3$  maka aitem dinyatakan valid. Aiken's  $v$  dinyatakan dalam rumus  $V = \sum s : (n(c-1))$ .

b. Skala Welas Diri

*Confirmatory factor analysis* (CFA) merupakan metode analisis yang sampai saat ini paling diandalkan dalam pengujian validitas konstruk suatu alat ukur terutama di bidang psikologi. Validitas konstruk adalah validitas yang berkaitan dengan kesanggupan suatu alat dalam mengukur pengertian suatu konsep yang diukurnya (Azwar, 2021). Peneliti menggunakan acuan nilai *Chi-Square*  $> 0,9$  dan indeks ketepatan model seperti *Tucker-Lewis Index* (TLI)  $> 0,9$ , *Bentler-Bonett Normed Fit Index* (NFI)  $> 0,9$ , *Goodness of Fit Index* (GFI)  $> 0,09$ , dan *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA)  $< 0,05$ , yang masing-masing memiliki kriteria atau nilai patokan ketepatan model untuk dikatakan fit atau tidak.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan tinggi rendahnya konsistensi skor hasil dari pengukuran (Azwar, 2022). Pendekatan *Cronbach's Alpha* ( $\alpha$ ) adalah

metode yang digunakan untuk melihat reliabilitas pada skala. Jika koefisien reliabilitas alat ukur lebih besar dari 0,6 (Ghozali, 2018). Uji reliabilitas dikerjakan dengan menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Program for Social Science*) versi 25.0 for windows.

## G. Rancangan Penelitian

Menurut Azwar (2021) rancangan penelitian merupakan sistematika prosedur kegiatan yang dilakukan dalam penelitian ilmiah agar selama pelaksanaan mempunyai arah yang jelas serta tercapainya tujuan berupa menemukan anggapan alternatif solusi suatu permasalahan yang akan diteliti. Prosedur yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, peneliti mengidentifikasi topik yang akan diangkat sebagai suatu permasalahan yang akan diteliti. Selanjutnya, peneliti melakukan studi literatur sebagai data pendukung terkait kajian teori serta menentukan subjek yang akan diteliti. Persiapan selanjutnya, peneliti melakukan pengambilan data awal untuk latar belakang penelitian. Setelah itu, peneliti menyusun usulan proposal penelitian serta menyiapkan terkait skala dan kuisisioner sebagai instrumen pengumpulan data. Pada skala kualitas hidup, peneliti melakukan penyusunan indikator berdasarkan dimensi kualitas hidup dari WHO (Rapley, 2003) dilanjutkan dengan penyusunan aitem. Penulis meminta *review* aitem ke *expert judgement* sejumlah 6 orang untuk skala kualitas hidup. Setelah

mendapatkan *review* dari *expert judgement*, peneliti melakukan uji validitas isi untuk menemukan aitem-aitem yang valid dan tidak valid. Kemudian, peneliti melakukan uji bahasa ke satu ahli dan dua subjek yang memiliki kriteria yang sama untuk mengetahui apakah instruksi dan aitem dapat dimengerti.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti melakukan uji coba terlebih dahulu kepada subjek sesuai kriteria. Hasil uji coba peneliti analisis untuk mengetahui daya beda aitem serta melakukan uji reliabilitas dan validitas pada skala yang digunakan. Setelah itu, peneliti melakukan penyebaran skala melalui *google form* melakukan penyebaran lewat media sosial kepada responden berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan.

## 3. Tahap Akhir

Setelah data terkumpul, peneliti melakukan olah data yang diperlukan dalam penelitian ini. Hasil penelitian berdasarkan data yang telah dianalisis, kemudian disusun dalam sebuah laporan penelitian.