

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Rancangan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif menggunakan grafik yang dipadukan dengan metode kualitatif sebagai pelengkap. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *single case design* (desain kasus tunggal). Desain kasus tunggal merupakan sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan dengan kasus tunggal. Kasus tunggal dapat berupa beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek yang diteliti adalah tunggal (Latipun, 2008). Desain tersebut sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui efektifitas *Acceptance and Commitment Therapy* terhadap kesejahteraan psikologis penderita kanker payudara. Desain tersebut melibatkan satu kasus tunggal

Desain penelitian kasus tunggal ini menggunakan model A-B-A. Model A-B-A digunakan untuk menunjukkan hubungan sebab-akibat antara variabel terikat dengan variabel bebas. Model ini terdiri dari A1 (*baseline 1*), B (*treatment* atau intervensi), A2 (*baseline 2*). Pada awalnya, subjek akan diukur perilakunya secara berkelanjutan pada kondisi *baseline* (A1) dengan periode waktu tertentu, kemudian pada kondisi intervensi (B). Setelah pengukuran pada kondisi intervensi,

maka dilanjutkan dengan pengukuran pada kondisi *baseline* kedua (A2). Hal ini memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya suatu hubungan dalam fase intervensi antara variabel bebas dan variabel terikat.

$A1 \rightarrow A1 \rightarrow A1 \rightarrow B \rightarrow A \rightarrow B \rightarrow A2 \rightarrow A2 \rightarrow A2$
---

Pengukuran juga dilakukan dengan metode kuantitatif dengan menggunakan alat ukur skala serta metode kualitatif berupa wawancara. Dengan demikian, pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy* dapat dilihat dengan membandingkan antara *baseline* pertama, intervensi, dan *baseline* kedua serta dengan memadukan data observasi dan wawancara subjek.

## B. Identifikasi Variabel

1. Variabel tergantung : Kesejahteraan Psikologis
2. Variabel bebas : *Acceptance and Commitment Therapy*

## C. Definisi Operasional

1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah tinggi rendahnya penilaian seseorang terhadap realisasi dan pencapaian penuh dari potensinya dan dapat menerima masa lalunya dengan segala kelebihan dan kekurangannya, diukur dengan *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* yang telah diadaptasi dalam Bahasa

Indonesia oleh Rachmayani (2014) yang disusun berdasarkan dimensi penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental master*), tujuan hidup (*purpose of Life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) dan. Semakin tinggi skor, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya, begitu juga sebaliknya.

## 2. *Acceptance and Commitment Therapy*

*Acceptance and Commitment Therapy* merupakan kegiatan terapi yang diterapkan untuk menerima pengalaman pribadi yang tidak diinginkan atau menyakitkan dan diharapkan dapat membantu untuk menentukan dan berkomitmen melakukan tindakan sesuai tujuan yang sudah ditentukan. Terapi akan dilaksanakan dalam 4 sesi.

### **D. Subjek Penelitian**

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu penelitian yang proses pemilihan sampel sesuai dengan yang dikehendaki (Latipun, 2008). Karakteristik subjek penelitian ini adalah :

1. Wanita menderita kanker payudara minimal stadium IIA.
2. Telah atau sedang menjalani pengobatan (operasi mastektomi/kemoterapi/terapi radiasi) dalam kurun waktu 2

tahun terakhir diketahui dari catatan medis subjek dan Rekam Medis subjek di RSUP Dr. Kariadi Semarang

#### E. Prosedur Pelaksanaan

Prosedur penelitian ini melibatkan terapis yang bekerja di RSUP Dr. Kariadi Semarang sebagai seorang psikolog. Terapis ini ditunjuk langsung oleh pihak RSUP Dr. Kariadi. Kriteria terapis dalam penelitian ini adalah memiliki Surat Ijin Praktek sebagai Psikolog. Terapis juga diketahui telah belajar dan memahami ACT. Terapis memiliki pengalaman bekerja sebagai konselor dan menangani pasien penyakit kronis yang membutuhkan pendampingan psikologis.

Sedangkan prosedur pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Peneliti meminta ijin kepada subjek dengan menjelaskan prosedur penelitian dan memberikan *informed consent* untuk meminta persetujuan subjek mengikuti kegiatan penelitian.
2. Awal pertemuan, peneliti akan melakukan *initial interview* dengan tujuan untuk membangun *raport* dengan subjek. Selanjutnya akan dilakukan wawancara dan observasi kepada subjek untuk mendapatkan data dan riwayat kasus subjek.
3. Peneliti melakukan pengukuran menggunakan *Psychological Well-Being Scale* yang sudah diadaptasi kepada subjek untuk melihat kesejahteraan psikologis subjek.

4. Peneliti selanjutnya melakukan pengukuran menggunakan *Acceptance and Action Questionnaire II* yang sudah diadaptasi untuk melihat *inflexibility psychology*
5. Peneliti menjelaskan kepada subjek mengenai *Acceptance and Commitment Therapy* secara singkat dan menjelaskan prosedur terapi yang akan dijalani subjek yaitu selama 4 sesi.
6. Peneliti melakukan pengukuran tahap akhir pada subjek menggunakan *Psychological Well-Being Scale* yang sudah diadaptasi dan *Acceptance and Action Questionnaire II*.

## **F. Metode Pengumpulan Data**

1. Skala
  - a. Skala Kesejahteraan Psikologi (*Psychological Well Being Scale*)

Metode pengumpulan data yang digunakan pertama adalah menggunakan *Psychological Well Being Scale* yang dibuat oleh Carol D. Ryff. Berdasarkan teori Ryff, kuesioner tersebut mencakup 6 (enam) aspek dasar (Jamshidifar dkk, 2015). Enam aspek dasar tersebut adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonominya, penguasaan lingkungan, tujuan hidup serta pertumbuhan pribadinya. Skala ini terdiri dari 84 item yang dinilai menggunakan skala Likert dengan 6 jawaban dari Sangat Setuju (SS) sampai dengan

Sangat Tidak Setuju (STS). Penggunaan skala ini didasarkan pada hasil penelitian yang menyatakan bahwa skala ini sudah teruji validitas dan reliabilitasnya (Saeed, 2016). Skala Ryff ini memiliki versi lengkap dengan total 84 item dan versi pendek dengan total 42 item. Skala lengkap dari Ryff ini diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Rachmayani (2014) dengan hasil 48 item yang dinyatakan reliabel ( $r = 0,912$ ) dan valid untuk digunakan dalam penelitian selanjutnya.

b. *Acceptance and Action Questionnaire II*

*Acceptance and Action Questionnaire II* (AAQ II) adalah 7 (tujuh) item instrument yang mengukur fleksibilitas psikologis, yang mengandung unsur penerimaan atau menghindari pikiran-pikiran dan perasaan yang tidak menyenangkan. Skala ini menggunakan 7 pilihan jawaban dari Tidak Pernah Benar untuk poin 1 hingga Selalu Benar untuk poin 7. Bond dkk (2011) dalam penelitiannya menyatakan bahwa AAQ II memiliki konsistensi yang memuaskan diatas AAQ I dengan koefisien alpha rata-rata yaitu 0,84 (0,78-0,88) dan uji ulang reliabilitas pada 3 bulan dan 12 bulan yaitu 0,81 dan 0,79.

## 2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dan tanya jawab yang diarahkan untuk mencapai suatu tujuan tertentu dan bermaksud

untuk memperoleh pengetahuan tentang makna-makna subjektif yang dipahami subjek berkenaan dengan topik yang diteliti, dan bermaksud untuk melakukan eksplorasi terhadap isu tersebut (Poerwandari, 2011). Format wawancara yang digunakan peneliti untuk menggali data kualitatif dari subjek adalah :

- a. Latar belakang subjek (meliputi identitas dan kehidupan subjek)
- b. Riwayat kasus subjek dan dampak penyakit terhadap subjek
- c. Dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis (penerimaan, kemandirian, hubungan positif, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup)
- d. Perubahan yang dialami subjek selama proses terapi meliputi perubahan emosi, kognitif dan perilaku.

### 3. Observasi

Observasi adalah proses yang diarahkan pada kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul, dan mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam fenomena tersebut (Poerwandari, 2011). Tujuan dari dilakukan observasi ini adalah mengumpulkan data atau informasi yang tidak dapat diperoleh dari metode lain dan melengkapi data sebagai bagian dari pendekatan asesmen (Prawitasari, 2011). Pada penelitian ini beberapa hal yang menjadi pedoman peneliti dalam melakukan observasi adalah:

- a. Penampilan dan posisi tubuh

- b. *Gesture* atau perilaku ketika wawancara dan terapi
- c. Cara berkomunikasi dan respon subjek selama wawancara dan terapi

### **G. Metode Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian kasus tunggal biasanya menggunakan analisa grafik yang menyajikan hasil (Latipun, 2008). Analisa grafik ini dipadukan dengan metode kuantitatif dan metode kualitatif deskriptif. Grafis garis tersebut memuat kondisi subjek sebelum, saat proses, dan setelah intervensi diberikan.

Analisis kualitatif juga dilakukan untuk melihat perubahan yang terjadi pada subjek sebelum diberikan intervensi, pada saat intervensi, dan setelah intervensi. Grafik yang telah ditampilkan untuk selanjutnya dianalisis secara kualitatif disertai dengan keterangan tambahan yang berasal dari hasil wawancara, observasi, dan skor dari hasil Skala Kesejahteraan Psikologis yang diadaptasi oleh Rachmayani (2014).