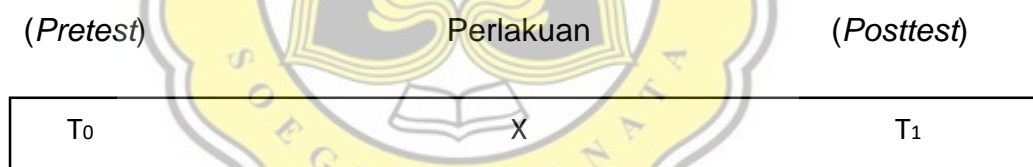


### BAB III

## METODE PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimental. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*. Pada desain ini, unit percobaan diberikan perlakuan atau intervensi dengan dua kali pengukuran. Pengukuran pertama diberikan sebelum diberikan perlakuan dan pengukuran kedua diberikan setelah perlakuan (Nazir, 2013). Pada Nazir (2013) menggambarkan desain penelitian ini sebagai berikut:



#### B. Identifikasi Variabel

Variabel tergantung : Harga Diri Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Kekerasan dalam Pacaran

Variabel bebas : Metode Instruksi Diri

## C. Definisi Operasional

### 1. Harga Diri Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Kekerasan dalam Pacaran

Harga diri wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam pacaran adalah penilaian secara menyeluruh mengenai diri yang ditunjukkan dengan rasa keberhargaan, penerimaan diri, serta keyakinan akan kemampuan diri pada wanita yang berusia 20-40 tahun yang mengalami tindakan kekerasan dalam bentuk kekerasan fisik, psikologis (emosional), dan seksual yang dilakukan dalam hubungan pacaran sehingga menyebabkan kerugian atau luka secara fisik, psikologis, maupun seksual.

Harga diri wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam pacaran dapat dilihat berdasarkan hasil dari *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (CSEI). Semakin tinggi skor maka semakin tinggi harga dirinya dan sebaliknya. Penelitian ini menggunakan skala CSEI karena aitem-aitem dalam skala ini cukup spesifik dan berdasar pada aspek-aspek harga diri dan banyak digunakan dalam penelitian-penelitian harga diri. Beberapa penelitian yang menggunakan CSEI sebagai alat ukurnya antara lain penelitian yang dilakukan oleh Sarandria (2012), Hapsari & Astuti (2016), Amirazodi & Amirazodi (2011).

## 2. Metode Instruksi Diri

Metode instruksi diri adalah salah satu teknik dari pendekatan kognitif perilaku yang bertujuan untuk membantu individu memanipulasi pemikiran negatif terhadap dirinya menjadi pemikiran positif dan mengarahkan perilaku dengan cara verbalisasi diri.

Rancangan intervensi pada penelitian ini dibuat berdasarkan tahap-tahap pada metode instruksi diri oleh Meichenbaum. Intervensi ini terdiri dari 1 pertemuan pra sesi, 5 sesi intervensi dan 1 sesi evaluasi. Masing-masing sesi membutuhkan waktu 60-120 menit.

### D. Partisipan Penelitian

Penentuan partisipan dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan cara menyebarkan informasi melalui media sosial. Calon partisipan yang berminat akan diseleksi dengan cara wawancara dan mengisi skala harga diri. Penelitian ini menggunakan studi populasi, dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Wanita berusia 20-30 tahun
2. Mengalami kekerasan dalam pacaran
3. Harga diri sedang atau rendah (dilihat dari hasil skor CSEI dan berdasarkan wawancara)

## E. Metode Pengumpulan Data

### 1. Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI)

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (CSEI). Skala ini digunakan untuk mengukur harga diri. CSEI dikembangkan oleh Stanley Coopersmith pada tahun 1967. Skala ini aslinya dirancang untuk anak-anak, kemudian dikembangkan untuk digunakan pada orang dewasa oleh Ryden (1978). Skala ini untuk melihat aspek-aspek spesifik harga diri yaitu harga diri secara umum, hubungan sosial dengan teman sebaya, hubungan dalam keluarga (orangtua), dan situasi dalam pekerjaan (Potard, 2017).

CSEI terdiri dari 58 pernyataan dengan 2 pilihan jawaban yaitu “seperti saya” dan “tidak seperti saya” atau “Ya” dan “Tidak”. Pilihan jawaban “Ya” jika pernyataan menggambarkan diri, sedangkan pilihan jawaban “Tidak” jika pernyataan tidak menggambarkan diri. Pada skala ini, terdapat 8 item yang berfungsi sebagai pendeteksi kebohongan atau yang biasa disebut *lie scale*. Skala tersebut berguna untuk mengetahui apakah individu benar-benar mengisi skala sesuai dengan keadaan sebenarnya (Potard, 2017).

Analisis faktor 58 item CSEI menunjukkan faktor besar (skor global) dan empat faktor yang berkorelasi secara konseptual, yaitu diri secara umum berjumlah 26 item, hubungan sosial dengan teman sebaya berjumlah 8 item, hubungan dengan orangtua berjumlah 8

item, dan sekolah atau tempat kerja berjumlah 8 item. CSEI memperlihatkan konsistensi internal yang cukup tinggi dan reliabilitas pengujian ulang. Koefisien konsistensi internalnya antara 0,80 dan 0,92 di seluruh populasi budaya yang beragam. Reliabilitas pengujian ulang pada CSEI untuk orang dewasa adalah 0,80 selama periode 6-58 minggu (Potard, 2017). CSEI yang digunakan pada penelitian ini telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh peneliti. Kemudian pada alat ukur tersebut akan dilakukan *expert judgment* oleh pembimbing tesis.

CSEI yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia diuji kembali validitas dan reliabilitas itemnya. Selain itu, pilihan jawaban yang sebelumnya menggunakan dua pilihan jawaban, diubah menjadi 4 pilihan jawaban, yaitu “Sangat Tidak Sesuai”, “Tidak Sesuai”, “Sesuai”, dan “Sangat Sesuai”.

Hasil uji validitas pada skala harga diri yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia menunjukkan 28 item valid dari 50 item yang diuji. Item-item tersebut memiliki koefisien validitas  $>0,4$ . Kemudian hasil uji reliabilitas diperoleh koefisien alpha sebesar 0,935. Hasil pengukuran tersebut menunjukkan bahwa item ini memiliki reliabilitas yang tinggi dalam mengukur harga diri.

## 2. Wawancara

Wawancara merupakan proses mendapatkan informasi atau keterangan yang digunakan untuk tujuan penelitian dengan cara

tanya jawab secara tatap muka antara pewawancara dan orang yang diwawancarai dengan menggunakan panduan wawancara (Nazir, 2013).

Pada penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada partisipan sebelum dan setelah pemberian intervensi. Wawancara sebelum pemberian intervensi bertujuan untuk mengetahui gambaran harga diri partisipan sebelum dan setelah mengalami kekerasan dalam pacaran (bagaimana pengalaman kekerasan mempengaruhi harga diri partisipan), pengalaman kekerasan dalam pacaran yang dialami, dan jenis kekerasan yang dialami. Sedangkan wawancara setelah pemberian intervensi bertujuan untuk mengevaluasi dan mengetahui perubahan yang dirasakan partisipan. Wawancara dilakukan kepada partisipan (autoanamnesa).

## **F. Prosedur Penelitian**

### **1. Tahap Persiapan Penelitian**

Pada tahap persiapan penelitian, dilakukan pencarian partisipan penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Penentuan partisipan akan dilakukan melalui wawancara dan skala CSEI untuk melihat apakah calon partisipan memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Tempat yang akan digunakan selama proses intervensi juga perlu disiapkan. Dibutuhkan tempat atau suasana



yang tenang dan jauh dari gangguan sehingga proses intervensi dapat berjalan maksimal.

Tahap persiapan selanjutnya adalah menentukan terapis. Terapis yang dibutuhkan adalah psikolog yang memahami metode instruksi diri dan memiliki pengalaman dalam menangani klien dengan psikoterapi. Penentuan observer juga dilakukan pada tahap ini. Observer yang dibutuhkan adalah 2 mahasiswi S1 Psikologi yang berada pada tingkat akhir. Peneliti juga menyusun modul intervensi yang disusun berdasarkan tahapan metode instruksi diri menurut Meichenbaum.

## **2. Tahap Pelaksanaan Penelitian**

Tahap pelaksanaan penelitian terdiri dari tahap pra-intervensi, tahap pelaksanaan intervensi, dan tahap evaluasi intervensi.

### **a. Tahap Pra-Sesi**

Pada tahap pra-sesi, peneliti melakukan asesmen awal terhadap calon partisipan yang diperkirakan memiliki karakteristik partisipan yang telah ditentukan. Asesmen dilakukan secara individu untuk melihat gambaran psikologis dan permasalahan yang dihadapi berkaitan dengan harga diri. Asesmen dilakukan dengan wawancara, observasi, dan pemberian *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (CSEI) untuk mengukur harga diri. CSEI yang diberikan akan digunakan sebagai *pre-test*.

#### b. Tahap Pelaksanaan Intervensi

Pelaksanaan intervensi dilakukan berdasarkan modul intervensi yang telah disusun. Intervensi akan dilakukan dalam waktu 5 minggu dengan jangka waktu seminggu satu kali pertemuan. Intervensi ini dilakukan dalam bentuk kelompok dengan jumlah partisipan 4 orang.

#### c. Tahap Evaluasi Intervensi

Evaluasi dilakukan setiap akhir sesi dengan cara menanyakan pendapat, *insight* yang didapat partisipan, dan perasaannya setelah mengikuti sesi. Evaluasi proses intervensi secara keseluruhan akan dilakukan secara individu setelah intervensi selesai. Partisipan akan diminta memberikan kesan dan manfaat yang diperolehnya setelah mengikuti sesi intervensi. Selain itu, partisipan akan diminta mengisi kembali skala harga diri sebagai *post-test*.

### G. Analisis Data

Penelitian ini dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank*. Wawancara dan observasi juga digunakan untuk melihat efektivitas intervensi terhadap harga diri partisipan.