

## BAB 4

### PERSIAPAN DAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN

#### 4.1. Orientasi Kanchah

Sebelum penelitian diadakan, peneliti terlebih dahulu menentukan tempat pelaksanaan penelitian. Penelitian ini hendak melihat aspek PTSD setelah peristiwa meninggalnya keluarga atau kerabat pada seseorang berusia 18 hingga 25 tahun yang berasal dari Indonesia. Sementara itu, adanya faktor perbedaan corak nilai budaya, aspek welas diri yakni menghakimi diri dan mengasihi diri pada subjek akan berbeda dibanding konteks literatur landasan penelitian ini.

Penelitian dilakukan di media sosial yaitu Instagram dan Whatsapp. Peneliti terlebih dahulu menghubungi komunitas-komunitas diikuti oleh orang-orang yang memiliki kecocokan kriteria menjadi responden di media sosial Instagram. Komunitas tersebut mengunggah konten dengan fokus topik sebagai berikut:

- a. Berduka karena meninggalnya kerabat/ keluarga: @InsanDiri.id; @Griefftalk.id; @BukanHanyaAngka
- b. Informasi penyakit Covid: @CovidSurvivor.id; @LongCovidIndonesia
- c. Trauma psikologis: @Mentali.id ; @BersahabatDenganLuka ; @CTR\_Unika
- d. *Emerging Adult* di Kota Semarang: @OMK\_Gerbong; @OMK.Sampangan; @OMK\_Panjangan; @OMK BSB; @OMKKarangPanas

Proses penyebaran kuesioner juga direncanakan melalui grup Whatsapp komunitas yang berfokus di topik berikut ini:

- a. Berduka karena meninggalnya kerabat/ keluarga: GriefTalk.id, Grief Support Misfitopia
- b. *Emerging adult* di Kota Semarang: OMK Bongsari, OMK Sampangan, OMK Panjangan, OMK BSB, dan OMK Karang Panas

Rangkaian kegiatan pengambilan data diikuti dengan webinar psikoedukasi “Seni Melepas Duka dengan *Self-Compassion*” bersama narasumber psikolog klinis yang dipromosikan di media sosial Instagram dan Whatsapp komunitas-komunitas tersebut. Kuesioner pengambilan data juga disebarakan melalui akun Instagram personal dan Whatsapp milik peneliti yang bersangkutan, kerabat, serta teman-temannya.

Penelitian dilakukan melalui media sosial Instagram dan Whatsapp dengan pertimbangan sebagai berikut:

1. Kriteria subjek penelitian ini cukup spesifik (berusia 18-25 tahun dan sedang berduka karena meninggalnya kerabat/ keluarga) sehingga sarana penyebaran kuesioner dengan daya jangkau yang luas akan memudahkan peneliti menemui responden yang sesuai kriteria
2. Instagram memiliki karakteristik pengguna yang didominasi salah satunya dari kelompok usia dewasa awal. Sementara itu, Instagram juga memiliki daya jangkau audiens yang luas
3. Whatsapp merupakan media sosial yang cukup personal dan saling mengenal, sehingga memudahkan responden untuk menyarankan orang lain yang sesuai kriteria penelitian untuk ikut mengisi kuesioner.

Adapun pengambilan data dilakukan di dalam rangkaian acara webinar psikoedukasi dengan pertimbangan agar responden penelitian mendapatkan manfaat yaitu pengetahuan bagaimana cara mengatasi trauma akibat duka karena meninggalnya kerabat/ keluarga yang meninggal dengan menerapkan welas diri secara praktis.

## **4.2. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian**

### **4.2.1. Pemilihan Subjek Penelitian**

Penelitian ini memilih subjek dengan teknik pengambilan sampel insidental. Subjek penelitian adalah *emerging adult* berusia 18-25 tahun yang sedang berduka karena meninggalnya kerabat/ keluarga dan berasal kota dan kabupaten di Pulau Jawa meliputi Semarang dan sekitarnya (Wonogiri, Mojokerto, Jepara, Batang), Surabaya, Jakarta dan sekitarnya (Depok, Tangerang, Bekasi, Cimahi, Serang), Yogyakarta dan Sleman, dan luar Pulau Jawa (Denpasar, Painan, Tabalong, Samarinda). Sementara itu, mayoritas sampel penelitian adalah individu yang berasal dari Semarang. Melihat distribusi subjek di atas, ditinjau dari model survey nilai budaya menurut Hofstede, subjek mayoritas memiliki karakteristik nilai budaya dimana jarak kekuasaan dan kolektivisme termasuk tinggi (individualisme rendah) dan maskulinitas sedang (Setyaningrum, Subagyo, & Wijaya, 2022; Suharnomo & Syahruramdhan, 2018)

### **4.2.2. Perizinan Penelitian**

Pada Rabu, 25 Mei 2022, peneliti mengajukan blanko permohonan izin penelitian kepada TU Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Peneliti memperoleh surat keterangan sebagai pengantar penelitian dari Dekan Fakultas dengan nomor 889/B.7.3/FPIV/2022 di hari yang sama. Surat pengantar penelitian itu disampaikan oleh peneliti kepada tim pengelola komunitas-komunitas yang bersedia untuk membantu mempromosikan acara penelitian ini.

#### **4.2.3. Penyusunan Alat Ukur**

Penelitian ini memakai dua jenis skala sebagai alat pengumpulan data, yaitu:

##### **1. Skala PTSD**

Skala PTSD diadaptasi oleh Handayani (2016) dari DSM-V tentang aspek PTSD dengan total 18 item pernyataan. Terdapat empat alternatif jawaban yaitu: Tidak Pernah, Kadang-kadang, Sering, Selalu; dengan rentang skor berkisar dari 0 hingga 3. Tabel sebaran item skala PTSD selengkapnya dapat dilihat di tabel 3.3.

##### **2. Skala Welas Diri**

Skala Welas Diri diadaptasi oleh Sugianto, Suwartono, dan Sutanto (2020) dari *Self-Compassion Scale* yang diciptakan Neff (2003) dengan total 26 item pernyataan. Terdapat lima alternatif jawaban yang rentangnya berkisar dari 1 (Hampir Tidak Pernah) hingga 5 (Hampir Selalu) yang disesuaikan dengan sifat aspek welas diri yang diukur (positif atau negatif). Sebaran item skala Welas Diri selengkapnya dapat dilihat di tabel 3.1 sedangkan skoringnya dapat dilihat di tabel 3.2

### **4.3. Uji Coba Alat Ukur**

Penelitian ini menggunakan metode uji coba alat ukur yaitu *try out* terpakai. Peneliti memilih metode ini dengan pertimbangan terbatasnya ketersediaan subjek pada penelitian ini dengan karakteristik *emerging adult* (berusia 18 s.d. 25 tahun) dan sedang berduka karena meninggalnya keluarga atau kerabat.

#### **4.3.1. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur**

Terdapat 60 responden yang mengisi skala penelitian. Namun, ternyata ada satu responden yang gugur karena tidak memenuhi kriteria sehingga total terdapat 59 subjek penelitian. Setelah subjek mengisi skala, dilakukan uji coba skala dan diketahui item-item yang valid dan reliabel.

#### **4.3.2. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur**

Peneliti menggunakan teknik korelasi Product Moment untuk menguji validitas skala, dan teknik Alpha Cronbach untuk menguji reliabilitas skala yang dibantu dengan program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) for Windows Release 25.0*.

##### **1. Hasil try out Skala PTSD**

Uji validitas telah dilakukan sebanyak satu kali putaran terhadap 18 item dan seluruh item ditemukan valid untuk uji hipotesis yang memiliki koefisien korelasi  $r$  tabel (0,256) dengan rentang 0,310 sampai 0,774 dan taraf signifikansi 5%. Sementara uji reliabilitas ditemukan koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,907 pada putaran pertama.

##### **2. Hasil try out Skala Welas Diri**

Uji validitas telah dilakukan sebanyak tiga kali putaran terhadap 26 item, dan terdapat 3 item yang gugur (tidak valid). Terdapat 23 item yang valid untuk uji hipotesis

yang memiliki koefisien korelasi  $r$  tabel (0,256) dengan rentang 0,264 sampai 0,665 dan taraf signifikansi 5%. Sementara uji reliabilitas ditemukan koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,878 pada putaran pertama, sebesar 0,888 pada putaran kedua, dan sebesar 0,889 pada putaran ketiga. Berikut ini sebaran item yang valid pada Skala Welas Diri.

Tabel 4. 1 Sebaran Item Valid Skala Welas Diri

Aspek	Nomor Butir	Jumlah Butir Valid
Mengasihi diri (+)	5, 12, 19, 23, 26*	4
Kemanusiaan universal (+)	3*, 7, 10, 15	3
Sadar penuh (+)	9, 14*, 17, 22	3
Menghakimi diri (-)	1, 8, 11, 16, 21	5
Isolasi (-)	4, 13, 18, 25	4
Identifikasi berlebihan (-)	2, 6, 20, 24	4
	Total	23

Keterangan \*: item yang gugur/ tidak valid

#### 4.4. Pengumpulan Data Penelitian

Dari ketiga belas komunitas, hanya ada empat yang memberikan respon dan bersedia untuk membantu menyebarkan *link google form* kuesioner penelitian yaitu: @CTR\_Unika, @BukanHanyaAngka, @OMK\_Gerbong, dan @OMK.Sampangan. Selain itu peneliti dibantu kerabat dan teman-temannya aktif menghubungi kandidat responden secara langsung melalui platform media sosial (Instagram dan Whatsapp), meminta mereka untuk mengisi *link google form* berisi skala penelitian. Dari 60

responden, satu di antaranya gugur karena ternyata tidak memenuhi kriteria penelitian.

Maka terdapat total 59 subjek yang sesuai kriteria dengan komposisi jenis kelamin sebagai berikut: laki-laki sebanyak 22 subjek (sekitar 37%), perempuan sebanyak 37 subjek (sekitar 63%). Komposisi terbanyak subjek berasal dari kelompok usia 22 tahun (sekitar 20%). Sebaran usia subjek penelitian ini selengkapnya dapat dilihat di tabel berikut ini.

Tabel 4. 2 Sebaran Usia Subjek Penelitian

Usia	n	Persentase (%)
18 tahun	8	13.6
19 tahun	3	5.1
20 tahun	3	5.1
21 tahun	10	16.9
22 tahun	12	20.3
23 tahun	10	16.9
24 tahun	4	6.8
25 tahun	9	15.3
Total	59	100.0