

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, seperti yang dijelaskan oleh Arikunto bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2002 h 10)

Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data *numerical* (angka) yang diolah dengan metoda statistika. Pada dasarnya pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyadarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil (Azwar, 1998 h 5).

Dalam penelitian ini rancangan yang digunakan adalah korelasional, tujuan dari penelitian korelasional ini adalah untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi (Suryabrata, 2005, h 82).

### B. Identifikasi Variabel

Variable penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2006;42). Adapun variable dalam penelitian ini yaitu:

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel-variabel lain. Variabel bebas penelitian ini yaitu penyesuaian diri

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat penelitian ini yaitu kecenderungan *baby blues syndrome*

### **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah definisi mengenai variable yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variable yang diamati. Definisi operasional mempunyai arti tunggal dan diterima secara obyektif, bilamana indikator variable yang bersangkutan tersebut tampak (Azwar, 2004:74). Adapun definisi operasional dari penelitian ini yaitu:

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang dinamis dan terus-menerus yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku sebagai usaha yang dilakukan individu untuk mencapai harmoni dan keselarasan pada diri sendiri, orang lain dan lingkungan. Penyesuaian diri diungkap dengan skala penyesuaian diri yang disusun berdasarkan karakteristik penyesuaian diri yang baik. Adapun karakteristik penyesuaian diri yang baik antara lain: persepsi terhadap realitas, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, memiliki hubungan interpersonal yang baik.

*Baby blues* adalah suatu periode pendek kestabilan emosi yang dialami oleh kebanyakan ibu yang baru melahirkan, dengan gejala muncul pada minggu pertama

pasca persalinan, dengan kriteria proses kelahiran normal maupun operasi caesar dan mendapatkan point 8-12 pada skala EPDS

#### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **a. Populasi**

Populasi adalah totalitas dari semua objek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu, jelas dan lengkap yang akan diteliti (Hasan, 2002, h 59). Populasi pada penelitian ini adalah ibu pasca melahirkan di RSIA Melati Husada Malang, dan di RSIA IPHI Kota Batu

##### **a. Sampel**

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto 2002: 108). Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang mengalami *baby blues syndrome*. Menyadari luasnya keseluruhan populasi dan keterbatasan yang dimiliki penulis, maka subyek penelitian yang dipilih adalah sebagian dari keseluruhan populasi yang dinamakan sampel. Sampel adalah bagian dari populasi yang diambil melalui cara-cara tertentu yang juga memiliki karakteristik tertentu, jelas, dan lengkap yang dianggap bisa mewakili populasi (Hasan, 2002, h 59).

Sedangkan jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini, peneliti mengambil pendapat Bailey dalam (Hasan, 2002, h 60) bahwa penelitian yang akan menggunakan statistik, ukuran sampel yang paling minimum adalah 30. Dalam penelitian ini subyek penelitian adalah ibu melahirkan

yang mengalami *baby blues syndrome*. Karena tidak semua ibu melahirkan mengalami *baby blues sındrome* sehingga terbatasnya jumlah subyek, maka peneliti mengambil ukuran paling minimum dalam mengambil sampel, yaitu sebanyak 30.

b. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sample* atau sampel bertujuan yaitu teknik pengambilan sampel dan populasi yang dilakukan dengan cara mengambil subyek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. (Arikunto, 2002:117). Teknik ini dilakukan karena peneliti dalam pengumpulan data memilih subyek yang memiliki kriteria sesuai dengan populasi yang ada. Kriteria-kriteria tersebut antara lain :

- a. Ibu pasca melahirkan normal maupun melalui operasi *caessar*
- b. Ibu pasca melahirkan yang mendapat poin 8-12 dalam skala EPDS

**E. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data adalah bagian dari instrument pengumpulan data yang menentukan berhasil tidaknya suatu penelitian (Bungin, 2005). Dalam pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan beberapa metode atau alat yang dapat digunakan untuk memperoleh data atau informasi terkait dan relevan dengan permasalahan yang dihadapi, artinya data itu sah, berkaitan, mengena dan tepat

Adapun metode yang digunakan:

1. Skala

Skala adalah merupakan sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar,2007, h.5).

2. Dokumentasi

Dokumentasi, dari asal katanya dokumen, yang artinya barang-barang tertulis. Di dalam melaksanakan dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya (Arikunto, 2006). Metode dokumentasi digunakan peneliti untuk mengetahui jumlah keseluruhan ibu melahirkan.

#### **F. Instrument Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang hendak diungkap yaitu penyesuaian diri dan *baby blues syndrome*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala. Skala ini digunakan untuk menjaring seluruh data yang dibutuhkan. Skala untuk mengukur variabel penyesuain diri peneliti mengembangkan skala berdasarkan kajian teori penyesuain diri. Sedangkan untuk mengukur variabel *baby blues syndrome* peneliti mengadaptasi skala *Edinburgh Postnatal Depresi Scale (EPDS)* yang sudah diterjemahkan oleh peneliti dalam bahasa Indonesia agar dapat dipahami oleh subyek penelitian.

a. Skala Penyesuaian diri

*Blueprint* penyesuaian diri sesuai dengan karakteristik-karakteristik penyesuaian diri yang baik menurut Haber & Runyon, yaitu : persepsi terhadap realitas, kemampuan mengatasi stress dan kecemasan, gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik, memiliki hubungan interpersonal yang baik.

**Table 3.1**

***Blueprint* Skala Penyesuaian Diri**

NO	ASPEK	INDIKATOR	FAVOURABLE	UNFAVOURABLE	TOTAL
1.	Persepsi terhadap realitas	a. Menentukan tujuan yang realistik sesuai dengan kemampuan	6, 21	5, 20	8
		b. Mengenali konsekuensi tindakannya sehingga dapat menuntun pada perilaku yang sesuai	7, 22	8, 23	
2.	Kemampuan mengatasi stress dan kecemasan	a. Mampu mengatasi masalah-masalah yang timbul.	13, 15, 25	14, 24, 26	10
		b. Menerima kegagalan yang dialami	16, 32	17, 31	
3.	Gambaran diri yang positif	a. Gambaran diri positif melalui penilaian pribadi	9, 12, 38	10, 11, 37	10
		b. Gambaran diri positif melalui penilaian orang lain	33, 35	34, 36	

4.	Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik	a. Dapat mengendalikan emosi.	2, 28	1, 27	8
		b. Ekspresi emosi yang baik	4, 29	3, 30	
5.	Memiliki hubungan interpersonal yang baik	Mampu membentuk hubungan dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat	18, 40	19, 39	4

Dari pernyataan berdasarkan *blueprint* tersebut, responden diminta untuk menyatakan kesetujuan atau ketidaksetujuan terhadap isi pernyataan ataupun pertanyaan dengan menggunakan rentan jawaban SL (selalu), SR (sering), JR (jarang), dan TP (tidak pernah). Untuk item-item *favourable* respon subyek SL diberi skor 4, SR diberi skor 3, JR diberi skor 2 dan TP diberi skor 1. Sebaliknya untuk item-item *unfavourable* SL diberi skor 1, SR diberi skor 2, JR diberi skor 3 dan TP diberi skor 4.

**Tabel 3.2**

**Penskoran Skala Penyesuaian Diri**

Favourabel	Bobot	Unfavourabel	Bobot
Selalu	4	Tidak pernah	1
Sering	3	Jarang	2
Jarang	2	Sering	3
Tidak pernah	1	Selalu	4

Sebagai kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi item total, biasanya digunakan batasan minimal 0,3 sebagai daya beda. Item yang memiliki daya beda di bawah 0,3 dianggap sebagai item yang memiliki daya diskriminasi rendah sehingga perlu dihilangkan.

Berikut ini merupakan Hasil uji coba Validitas untuk Penyesuaian Diri yang diberikan kepada 10 orang ibu *baby blues syndrome*:

**Tabel 3.3**  
**Uji Coba Validitas**

NO	ASPEK	INDIKATOR	ITEM		TOTAL
			ITEM VALID	ITEM GUGUR	
1.	Persepsi terhadap realitas	c. Menentukan tujuan yang realistis sesuai dengan kemampuan	5, 20, 21	6	8
		d. Mengenali konsekuensi tindakannya sehingga dapat menuntun pada perilaku yang sesuai	23	7, 8, 22	
2.	Kemampuan mengatasi stress dan kecemasan	c. Mampu mengatasi masalah-masalah yang timbul.	15, 14	13, 24, 25, 26	10
		d. Menerima kegagalan yang dialami	16, 31	17, 32	
3.	Gambaran diri yang positif	c. Gambaran diri positif melalui penilaian pribadi	9, 10, 11, 37, 38	12	10
		d. Gambaran diri positif melalui penilaian orang lain	34, 35, 36, 33	0	
4.	Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik	a. Dapat mengendalikan emosi.	1, 28	2, 27	8
		b. Ekspresi emosi yang baik	3, 29	4, 30	

5.	Memiliki hubungan interpersonal yang baik	Mampu membentuk hubungan dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat	18, 39, 40	19	4
TOTAL			24	16	40

Dari hasil uji coba di atas, diperoleh item-item yang valid, maka langkah berikutnya adalah memberikan kuisioner yang berisi item yang sudah valid tersebut pada subyek yang sebenarnya yaitu ibu *baby blues syndrome*

Berdasarkan ringkasan tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala Penyesuaian Diri terdiri 24 item valid dan 16 item gugur.

b. *Edinburgh Postnatal Depresi Scale (EPDS)*

Penggunaan *EPDS* tidak memerlukan kehadiran tenaga kesehatan dengan kemampuan spesialis psikiatri karena telah teruji validitas maupun reliabilitasnya dan peka terhadap perubahan tingkat kecenderungan depresi dari waktu ke waktu. Keuntungan lebih jauh dari skala ini adalah keringkasannya yang hanya membutuhkan waktu kurang dari lima menit untuk dilengkapi, dan dapat diskor dengan cepat (Cox dkk., dalam Rahmadani, 2007, h. 84).

*EPDS* telah teruji validitasnya di berbagai Negara seperti Belanda, Swedia, Australia, Italia, Indonesia. Menurut Regina (2001, dalam Soep 2009, h. 38), di luar negeri *screening* untuk mendeteksi gangguan *mood* depresi sudah merupakan acuan pelayanan pasca salin yang rutin

dilakukan. Untuk *screening* depresi *postpartum* dapat digunakan kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* merupakan kuesioner dengan validitas yang teruji yang dapat mengukur intensitas perubahan perasaan depresi selama 7 (tujuh) hari pasca salin. Pertanyaan-pertanyaan berhubungan dengan labilitas perasaan, kecemasan, perasaan bersalah, keinginan untuk bunuh diri serta mencakup hal-hal lain yang terdapat pada depresi *postpartum*. Kuesioner *EPDS* terdiri dari 10 (sepuluh) pertanyaan, dimana setiap pertanyaan memiliki 4 (empat) pilihan jawaban yang mempunyai nilai skor dan harus dipilih satu sesuai dengan gradasi perasaan yang dirasakan ibu *postpartum*. Pertanyaan harus dijawab sendiri oleh ibu dan rata-rata dapat diselesaikan dalam waktu 5 menit. Jumlah skor dari sepuluh pertanyaan yang diajukan dalam *EPDS* 30 skor, semakin besar jumlah skor gejala depresi semakin berat. Skor diatas 12 (dua belas) memiliki sensitifitas 86% dan prediksi positif 73% untuk mengdiagnosis kejadian depresi *postpartum*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Beck dan Gable (2001, dalam Soep 2009, h. 38-39), menyebutkan bahwa validasi *EPDS* memiliki sensitifitas 86% dengan nilai prediksi 78% dan nilai prediksi positif 73% dan koefisien alpha 0,87% dengan sampel 84 orang wanita *postpartum*. Demikian juga hasil penelitian yang dilakuak Renaud (2005, dalam Soep, 2009, h. 39) konsistensi internal *EPDS* dengan menggunakan dua teknik pengukuran pada minggu pertama dan minggu ketiga *postpartum*

memenuhi persyaratan untuk digunakan pada sebuah test untuk *screening* awal depresi *postnatal* di unit maternitas. *EPDS* memiliki sensitivitas 92,5% dengan nilai prediksi 76,7% dan koefisien alpha 0,95% dengan sampel 100 orang wanita postpartum (Soep, 2009, Hal. 84)

Validasi sepuluh aitem *EPDS* di Indonesia juga telah diuji dan dipublikasikan dengan membandingkan skor alat ukur tersebut dengan DSM-IV. Penelitian dilakukan pada tiga rumah sakit umum, yaitu RSUD Ciptomangkusumo, RSUD Persahabatan, dan RSUD Fatmawati di Jakarta. Jumlah sampel keseluruhan dalam penelitian ini adalah 102 wanita *postpartum*, yang diambil secara random setiap hari, selama waktu validasi yaitu 2-10 Maret 1998 (Kusumadewi dkk, dalam Rahmadani, 2007, h. 84).

Penelitian terhadap pengujian validasi ini menghasilkan 87,5% sensitivitas dan 61,6% spesifitas, yang berarti bahwa kemampuan *EPDS* di Indonesia untuk *screening* depresi *postpartum* adalah 87,5% dan kemampuan untuk menjelaskan bahwa wanita tidak mengalami depresi adalah 61,6%. Menggunakan derajat kebebasan diperoleh reliabilitas 0,67. Hasil di atas mengindikasikan bahwa penggunaan *EPDS* di Indonesia adalah valid dan reliabel sebagai instrument untuk melakukan *screening* depresi pasca persalinan wanita di Indonesia (Kusumadewi, dalam Rahmadani, 2007, h. 85).

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang hendak diukur (Arikunto, 2002:144). Untuk mengetahui validitas angket maka peneliti menggunakan rumus korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Adapun rumus korelasi *product moment* tersebut yakni:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = koefisien korelasi

N = Jumlah subyek

X = jumlah skor item

Y = jumlah skor total

Dalam menentukan validitas pada Kuesioner tentang Penyesuaian diri perhitungan validitas dihitung dengan menggunakan bantuan komputer versi SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 16.0 for windows.

### 2. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah istilah yang digunakan untuk menunjukkan bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data. Uji

reliabilitas dimaksudkan untuk mengetahui adanya konsistensi alat ukur dalam penggunaannya atau dengan kata lain alat ukur tersebut mempunyai hasil yang konsisten apabila digunakan berkali-kali pada waktu yang berbeda.

Menurut Arikunto (2002: 145), untuk menguji reliabilitas digunakan teknik *Alpha Cronbach* di mana suatu instrumen dapat dikatakan handal bila memiliki koefisien keandalan atau *alpha* sebesar 0,6 atau lebih, jadi apabila koefisien reliabilitasnya mendekati angka 1,00 itu berarti semakin tinggi reliabilitasnya.

Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{k}{(k-1)} \frac{1 - \sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2}$$

Keterangan:

- $r_{11}$  = Reliabilitas instrumen
- $k$  = Banyaknya butir pertanyaan
- $\sigma_x^2$  = Jumlah varians butir pertanyaan
- $\sigma_y^2$  = Varians total

Reliabilitas alat ukur mengenai Penyesuaian Diri digunakan analisis data menggunakan program SPSS 16.0 *for windows* yang dapat dilihat dari *table Alpha Cronbach*. Yang mana bila *Alpha Cronbach* tersebut mendekati angka 1, maka alat tes tersebut dapat dinyatakan semakin reliabel.

### G. Metode Analisis Data

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah analisis statistik, sehingga dapat diambil kesimpulan. Statistik berarti cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisis data penelitian yang berbentuk angka-angka dan diharapkan dapat menyediakan dasar-dasar yang dapat dipertanggung jawabkan untuk menarik kesimpulan-kesimpulan yang besar dan untuk mengambil keputusan-keputusan yang baik.

Pada penelitian ini analisa data yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah adalah dengan cara mengelompokkan data yang sudah didapat berdasarkan Mean dan Standar Deviasi. Dalam upaya jawab atas penggambaran tingkat atas masing-masing variabel pada populasi maka, peneliti melakukan pengkategorian dalam tiga pengkategorian.

#### 1. *Metode analisis prosentasi*

Untuk menentukan tingkat hubungan penyesuaian diri pada ibu melahirkan yang mengalami *baby blues*, peneliti melakukan pengkategorian menjadi tiga tingkatan, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Klasifikasi ini menggunakan harga Mean Hipotetik dan Standar Deviasi Hipotetik (Azwar, 2003, h 163), dengan rumus sebagai berikut :

Sedangkan rumus Mean Hipotetik adalah :

$$u = \frac{1}{2} (i_{max} - i_{min}) \Sigma k$$

Keterangan :

$\mu$  = Mean Hipotetik

$i_{max}$  = Skor maksimal item

$i_{min}$  = Skor minimal item

$\Sigma k$  = jumlah item.

Rumus SD Hipotetik

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{max} - X_{min})$$

Keterangan :

$\sigma$  = Standar Deviasi (SD) Hipotetik

$X_{max}$  = Skor maksimal subyek

$X_{min}$  = Skor minimal subyek

Dari distribusi skor responden kemudian mean hipotetik dan deviasi standarnya dihitung sehingga skor yang dijadikan batas angka penilaian sesuai dengan norma yang diketahui. Adapun norma yang digunakan adalah :

**Tabel 3.4**

**Standart Pembagian Klasifikasi**

<b>Tinggi</b>	$X \geq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
<b>Sedang</b>	$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
<b>Rendah</b>	$X \leq (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

Selanjutnya, setelah diketahui harga mean dan standart deviasi, kemudian dilakukan perhitungan prosentase masing-masing dilakukan tingkatan dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

F = frekuensi

N = banyak subyek

## 2. Hubungan Penyesuaian Diri dengan *Baby blues syndrome*

Untuk mengetahui korelasi antara kedua variabel yaitu Penyesuaian Diri dengan *Baby Blues Syndrome*, maka peneliti menggunakan rumus korelasi *product-moment* yang dibantu dengan program SPSS 16.0 *for windows*. Penggunaan rumus karena peneliti menggunakan dua variabel dan fungsinya untuk mencari hubungan diantara keduanya. Dengan menggunakan bantuan program SPSS 16.0 *for windows* dapat dilihat kedua hubungan dengan melihat koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ).

Untuk melihat hubungan antara kedua variabel, maka data yang didapat harus diuji kenormalannya terlebih dahulu. Uji normalitas dapat dilihat dari *Tabel Kolmogorov Smornov*. Bila data berdistribusi secara

normal apabila signifikan lebih dari 0,05 ( $\text{Sig} > 0,05$ ) dan tidak normal jika signifikansi kurang dari 0,05 ( $\text{Sig} < 0,05$ ).

Perhitungan korelasi antar dua variabel tersebut dengan menggunakan rumus :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = koefisien korelasi

N = Jumlah subyek

X = jumlah skor item

Y = jumlah skor total

Yang mana dari nilai koefisien ( $r_{xy}$ ) tersebut dapat dilihat hubungan yang terjadi dari kedua variabel

- a. Bila nilai koefisien korelasi mendekati 1 maka arah hubungan yang terbentuk adalah semakin berhubungan secara positif.
- b. Bila nilai koefisien korelasi bernilai 0 atau mendekati 0 maka kedua variabel tersebut dianggap tidak berhubungan
- c. Bila nilai koefisien korelasi mendekati -1 maka arah hubungan terbentuk adalah semakin berhubungan secara negatif