

BAB III

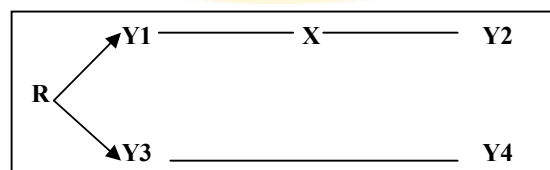
METODOLOGI PENELITIAN

3.1 TIPE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan jenis eksperimen dengan cara memberi perlakuan sesuatu pada situasi tertentu, kemudian membandingkan hasil tersebut dengan hasil tanpa perlakuan (Neuman, 1994). Penelitian eksperimen (*True Experimental Research*) yaitu suatu penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat (Tuckman, 1982 : 128-156). Menurut Latipun (2002) Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dilakukan dengan melakukan manipulasi yang bertujuan untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati.

3.2 DESAIN PENELITIAN

Bentuk desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Two Group Design*. Desain eksperimen di mana peneliti membagi subjek ke dalam dua kelompok secara random di mana salah satu kelompok mendapat perlakuan pada variabel bebas kemudian peneliti mengukur perbedaan mean pada variabel terikat dari dua kelompok tersebut (Corbetta, 2003). Bentuk bagan desain tersebut adalah sebagai berikut :



Gambar 3.1. Desain Penelitian

Keterangan :

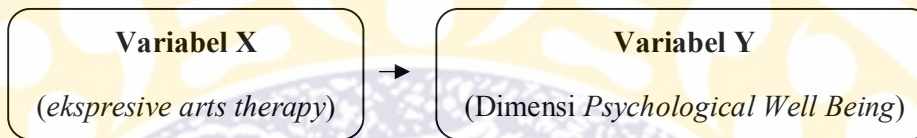
- R : Randomisasi
X : *Expressive Art Therapy*
Y1 : Kondisi pre test kelompok Eksperimen
Y2 : Kondisi Post test kelompok Eksperimen
Y3 : Kondisi Pre test Kelompok Kontrol
Y4 : Kondisi Post test kelompok kontrol

Pengaruh *ekspresive art therapy* ini dapat dilihat dari perbedaan skor yang diperoleh dari perbandingan pre test dan post test. Adapun tahapan yang dilakukan dalam desain penelitian ini adalah :

1. Melakukan pre test skala *Psychological Well Being* kepada subjek terpilih
2. Menghitung pre test skala *Psychological Well Being*
3. Memberikan perlakuan kepada peserta
4. Melaksanakan pengukuran post test kepada subjek terpilih
5. Menghitung hasil post test
6. Membuat kesimpulan dari data yang diperoleh.

3.3 IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya atau berubahnya variabel terikat (Neuman, 1994). Variabel bebas pada penelitian adalah *ekspresive arts therapy* yang dilakukan secara berkelompok. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel lain (Neuman, 1994). Variabel terikat pada eksperimen ini adalah *Psychological Well Being*.



Gambar 3.2. Identifikasi Variabel X dan Y

3.4 Definisi operasional

a. Variabel bebas (*expressive arts therapy*)

Expressive Arts Therapy menurut Rogers (1993) adalah penggunaan berbagai media *arts* seperti gerakan, menggambar, mewarnai, memahat, musik, menulis, suara, dan *sandtray* dalam kondisi yang mendukung untuk mengalami dan mengekspresikan perasaan (Machioldi, 2005).

b. Variabel terikat (*Psychological Well Being*)

Ryff (dalam Allan Car, 2008) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai suatu dorongan untuk menggali potensi diri individu secara keseluruhan. Dorongan tersebut dapat menyebabkan seseorang menjadi pasrah terhadap keadaan yang membuat *psychological well-being* individu menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan hidup yang akan membuat *psychological well-being* individu tersebut menjadi tinggi (Ryff & Keyes, 1995).

3.5 SUBJEK PENELITIAN

3.5.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah anak jalanan yang berada dan menetap di Jaringan XYZ. Jaringan XYZ menaungi seluruh anak jalanan yang berada di kota Malang dengan jumlah 685 anak. Sedangkan anak jalanan yang menetap di Jaringan XYZ adalah 25 anak.

3.5.2 Sampel

Anak Jalanan karena karakteristik situasi dan kondisi yang dialami selama hidup dijalan relatif sama. Subjek penelitian ini adalah anak jalanan yang berada atau diasuh oleh Jaringan XYZ dan dengan kriteria :

- a. Berada di Jaringan XYZ
- b. Bisa membaca dan menulis
- c. Berusia 13-18 tahun.
- d. Terdiri dari anak jalanan, dan atau anak terlantar.
- e. Bisa membaca dan menulis.
- f. Bersedia menjadi peserta pelatihan *Expressive Arts Therapy*

3.6 TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Teknik pengumpulan data untuk penelitian dilakukan dengan menggunakan skala PWB (*Psychological Well Being*) yang diciptakan oleh Ryff (1989) yang bertujuan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis.

Skala tersebut terdiri dari 6 aspek yaitu

Tabel 3.2

Indikator PWB

Aspek	Skor
Penerimaan Diri	<i>High scorer:</i> memahami dan menerima berbagai aspek diri termasuk di dalamnya kualitas baik maupun buruk, dapat mengaktualisasikan diri, berfungsi optimal dan bersikap positif terhadap kehidupan yang dijalaninya. <i>Low scorer:</i> menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap kondisi dirinya, merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalu, bermasalah dengan kualitas personalnya dan ingin menjadi orang yang berbeda dari diri sendiri atau tidak menerima diri apa adanya
Relasi Positif dengan	<i>High scorer:</i> mampu membina hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dari orang lain. individu juga memiliki kepedulian

Orang Lain	<p>terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan empati, afeksi, serta memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan antarpribadi.</p> <p><i>Low scorer:</i> terisolasi dan merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal, tidak berkeinginan untuk berkompromi dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain.</p>
Kemandirian	<p><i>High scorer:</i> bebas, mampu untuk menentukan nasib sendiri (<i>self-determination</i>) dan mengatur perilaku diri sendiri, kemampuan mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain.</p> <p><i>Low scorer:</i> sangat memperhatikan dan mempertimbangkan harapan dan evaluasi dari orang lain, berpegangan pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, serta mudah terpengaruh oleh tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu.</p>
Penguasaan Lingkungan	<p><i>High scorer:</i> memiliki keyakinan dan kompetensi dalam mengatur lingkungan. Ia dapat mengendalikan aktivitas eksternal yang berada di lingkungannya termasuk mengatur dan mengendalikan situasi kehidupan sehari-hari, memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan pribadi.</p> <p><i>Low scorer</i> mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitarnya serta tidak mampu memanfaatkan peluang dan kesempatan diri lingkungan sekitarnya.</p>
Tujuan Hidup	<p><i>High scorer:</i> memiliki tujuan dan arah dalam hidup, merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalannya, memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup serta memiliki tujuan dan sasaran hidup.</p> <p><i>Low scorer:</i> kehilangan makna hidup, arah dan cita-cita yang tidak jelas, tidak melihat makna yang terkandung untuk hidupnya dari kejadian di masa lalu, serta tidak mempunyai harapan yang memberi arti pada kehidupan.</p>
<i>Personal growth</i>	<p><i>High scorer:</i> adanya perasaan mengenai pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki kemampuan dalam menyadari potensi diri yang dimiliki, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri dan tingkah lakunya setiap waktu serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif dan memiliki pengetahuan yang bertambah.</p> <p><i>Low scorer:</i> merasakan dirinya mengalami stagnasi, tidak melihat peningkatan dan pengembangan diri, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupannya, serta merasa tidak mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik</p>

3.7 ALAT UKUR *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*

Pengukuran menggunakan *Psychological Well Being Scale* (PWBS) yang telah diformulasikan oleh Ryff untuk mengetahui tingkat *Well Being* seseorang. PWBS terdiri dari beberapa jenis form, yaitu *short form* (18 item), *medium form* (42 Item) dan *long form* (84 Item). Dalam penelitian ini digunakan PWBS *medium form* yaitu dengan jumlah aitem 42 butir. Hal ini disebabkan penggunaan *Short Form* untuk *assessment* tidak disarankan karena tidak terlalu reliabel, yang disarankan untuk sebuah *assessment* adalah *Medium Form* dan *Long Form*.

Skala PWB di terjemahkan dari bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia. Penerjemahan skala PWB kemudian dilakukan adaptasi dan penyesuaian untuk memastikan tidak adanya aitem yang ambigu, mudah dipahami, *psychological equivalent* dan akurasi penerjemahan dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia.

Skala ini nantinya akan diisi oleh subjek dengan memilih salah satu diantara alternatif jawaban yang ada. Berikut merupakan blue print dari penyusunan alat ukur *psychological well being*.

Tabel 3.3

Blue print skala *Psychological Well Being*

No	Aspek	Indikator	Item Unfavourable	Item Favourable
1	Kemandirian	berpegangan pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, mudah terpengaruh oleh tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan	13,19, 31	1,7, 25, 37

		cara-cara tertentu.		
2	Penguasaan Lingkungan	mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitarnya, tidak mampu memanfaatkan peluang dan kesempatan diri lingkungan sekitarnya.	14, 26,32	2,8, 20, 38
3	<i>Personal Growth</i>	merasakan dirinya mengalami stagnasi, tidak melihat peningkatan dan pengembangan diri, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupannya, serta merasa tidak mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik	3, 15, 27, 39	9, 21, 33,
4	Relasi Positif dengan Orang lain	terisolasi dan merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal, tidak berkeinginan untuk berkompromi dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain.	10,16, 34	4, 22,28, 40
5	Tujuan Hidup	kehilangan makna hidup, arah dan cita-cita yang tidak jelas, tidak melihat makna yang terkandung untuk hidupnya dari kejadian di masa lalu, tidak mempunyai harapan yang memberi arti pada kehidupan.	5, 17,23,41	11, 29,35
6	Penerimaan Diri	menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap kondisi dirinya, kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalu, ingin menjadi orang yang berbeda dari diri sendiri atau tidak menerima diri apa adanya	18, 30,36,	6,12, 24, 42

Tabel 3.4

Skoring Skala *Psychological Well Being*

	Sangat tidak setuju	Tidak Setuju	Agak Tidak Setuju	Agak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
Skor Item Favourable	1	2	3	4	5	6
Skor Item Unfavourable	6	5	4	3	2	1

Dasar pengkategorian *Psychological Well Being* dilakukan dengan membagi skor ke dalam tiga kategori dengan rumusan sebagai berikut (Azwar, 2008) :

Kategori	
$X < (\text{mean}-\text{SD})$: Rendah
$(\text{mean}-\text{SD}) < X < (\text{Mean}+\text{SD})$: Sedang
$(\text{Mean}+\text{SD}) < X$: Tinggi

Gambar 3.3. Dasar Kategorisasi (Azwar,2008)

Uji Reliabilitas dari skala *Psychological well-being* diukur dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan SPPS 17 for windows.

Berikut ini merupakan hasil uji reliabilitas skala *Psychological well-being*:

Tabel 3.5

Uji Reliabilitas Skala *Psychological Well Being*

Cronbach Alpha	N of Items
0.908	28

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dapat diketahui bahwa nilai dari koefisien *Alpha Cronbach* mencapai 0,908 yang menunjukkan bahwa semua item pada skala *Psychological well-being* adalah sangat reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur *Psychological well-being* pada anak jalanan dikarenakan koefisien reliabilitas skala *psychological well being* berada pada rentang 0,81 – 1,00 dengan kategori sangat reliabel.

Blue print yang baru untuk variabel *psychological well-being* dibuat setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas. Terdapat sejumlah item yang dihilangkan oleh peneliti karena tidak memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas yang ditetapkan. Meskipun demikian, semua indikator tetap terwakili, hanya saja dengan jumlah lebih berkurang dari alat ukur yang asli. Berikut ini adalah *blue print* alat ukur yang baru setelah uji coba.

Tabel 3.6

Blue Print Psychological Well Being

No	Aspek	Indikator	Item Unfavourable	Item Favourable
1	Kemandirian	berpegangan pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, mudah terpengaruh oleh tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu.	7, 12, 21	1, 17, 26
2	Penguasaan Lingkungan	mengalami kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitarnya, tidak mampu memanfaatkan peluang dan kesempatan diri lingkungan sekitarnya.	8, 18, 22	13, 27

3	<i>Personal Growth</i>	merasakan dirinya mengalami stagnasi, tidak melihat peningkatan dan pengembangan diri, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap kehidupannya, serta merasa tidak mampu dalam mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik	2, 9, 19	6, 14, 23
4	Relasi Positif dengan Orang lain	terisolasi dan merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal, tidak berkeinginan untuk berkompromi dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain.	10	3, 15, 20
5	Tujuan Hidup	kehilangan makna hidup, arah dan cita-cita yang tidak jelas, tidak melihat makna yang terkandung untuk hidupnya dari kejadian di masa lalu	4	24
6	Penerimaan Diri	menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap kondisi dirinya, kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalu, ingin menjadi orang yang berbeda dari diri sendiri atau tidak menerima diri apa adanya	11, 25	5, 16, 28

Setelah memperoleh *blue print* yang baru, peneliti kemudian akan mengaplikasikan *blue print* tersebut sebagai dasar untuk menyusun skala *psychological well-being* berdasarkan item-item yang valid sehingga dapat diujikan kepada subjek sebagai data *pretest* dan *posttest*.

3.8 MODUL INTERVENSI

Gambaran umum dari masing-masing sesi dalam modul *expressive arts therapy* setelah mendapatkan masukan dari *professional judgement* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.7

Gambaran Umum Modul Expressive Arts Therapy

Sesi	Tujuan	Kegiatan	Waktu
1	Art, Movement dan proses kreatif mempengaruhi suasana hati, energi dan <i>Sense of well being</i>	a. Melakukan <i>recall</i> terhadap pengalaman tidak menyenangkan atau menyakitkan dalam hidupnya. b. Menggambar berdasarkan ekspresi dari peristiwa yang di <i>recall</i> c. Melakukan gerakan ringan d. Melakukan <i>recall</i> terhadap pengalaman paling menyenangkan dan dalam hidupnya. e. Menggambar berdasarkan ekspresi dari peristiwa yang di <i>recall</i> f. Berdiskusi dan berbagi bersama anggota kelompok	100-120 menit
2	untuk meningkatkan <i>positive self talk</i>	a. Merenungkan tentang kekurangan dan kelebihan diri b. Menggambar menggunakan tangan kiri c. Memberikan tanggapan dan komentar berdasarkan gambar yang dibuat sendiri d. Berdiskusi dan berbagi bersama anggota kelompok	100-120 menit
3	Untuk menumbuhkan <i>Self Acceptance</i> dan meningkatkan citra diri dengan menekankan aspek positif dari diri. belajar mengeksternalisasi proses internal sehingga <i>healing</i> dapat terjadi	a. Menuliskan tanggapan subjek tentang cinta b. Membuat tulisan kreatif dan ekspresif tentang cinta. c. Menggambarkan sesuatu berdasarkan yang disukai dalam tulisan kreatif yang dibuat d. Berdiskusi dan berbagi bersama anggota	100-120 menit

		kelompok	
4	Meningkatkan kemampuan sosialisasi, membangun relasi dan peningkatan <i>self esteem</i> , yang berasal dari kerja sama sebagai sebuah kelompok .	<ul style="list-style-type: none"> a. Berkelompok dan menentukan tema sebuah cerita b. Masing-masing anggota melanjutkan cerita yang dibuat oleh anggota lain. c. Membuat gambar dari cerita yang telah tersusun. d. berbagi bersama anggota kelompok 	100-120 menit
5	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan kesempatan untuk mengenali wilayah di masa lalu yang tak tersembuhkan bagi Subjek. - Memberikan kesempatan untuk melihat kehidupan saat ini ada sebagai puncak dari masa lalu Subjek. 	<ul style="list-style-type: none"> a. Peserta membuat kelompok berpasangan b. Saling menatap mata masing-masing partner c. Mengemukakan hal positif dari pasangannya, yang mungkin tidak disadari oleh orang yang bersangkutan d. Memberikan pernyataan tentang aspek positif tersebut dihadapan anggota kelompok yang lain. 	100-120 secara menit

3.9 TEKNIK ANALISIS DATA

Data penelitian akan diuji dengan teknik statistik parametrik. Asumsi penggunaan teknik statistik parametrik adalah data penelitian bersifat interval, memenuhi uji normalitas, dan memenuhi uji homogenitas (Coolican, 2004). Penelitian ini menggunakan data bersifat interval, namun untuk pemenuhan uji asumsi baru akan dilaksanakan pada bab IV. Analisis data penelitian dilakukan dengan bantuan program SPSS 17.0

Tujuan analisis data adalah untuk :

1. Mengetahui efektifitas perlakuan dengan melihat perbedaan tingkat *psychological well being* antara kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol, dengan menggunakan *t-test*. Asumsi yang mendasari penggunaan *t-test* adalah (Sheskin, 2000) :

- a. Data bersifat interval/rasio
 - b. Meskipun standar deviasi populasi telah diketahui namun karena jumlah sampel kurang dari 25, maka tetap disarankan untuk memakai *t-test* daripada *z-test* (*Z-test* biasanya dipergunakan bila standar deviasi populasi telah diketahui, sedang *t-test* dipergunakan bila standar deviasi populasi tidak diketahui) *t-test* menyediakan estimasi yang lebih akurat untuk sampel kecil daripada *z-test*.
2. Menghitung *effect size* dari perubahan yang terjadi untuk mengetahui seberapa besar pengaruh atau efektifitas perlakuan tersebut. (Field & Hole, 2008). *Effect Size* ini merupakan suatu perhitungan yang bertujuan untuk mengetahui besarnya efektifitas suatu perlakuan terhadap masing-masing variabel terikat, yaitu *Psychological well-being*. Cohen (1988) membuat norma efektifitas dari suatu perlakuan, yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.8
Norma *Effect Size*

<i>Effect Size</i>	Interpretasi
0,2 < nilai < 0,5	Rendah
0,5 < nilai < 0,8	Sedang
Nilai > 0,8	Tinggi