

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Dalam studi ini, pendekatan yang diterapkan adalah metode kuantitatif dengan fokus pada penelitian eksperimen. Ini merupakan penelitian yang memakai desain *Quasi-Experimental Design*, yang berfungsi untuk mengeksplorasi dampak dari perlakuan tertentu terhadap variabel lain dalam kondisi yang terkontrol (Tumurang M, 2024).

Desain yang diterapkan adalah *Pretest-Posttest with Control Group Design*. Dalam metode ini, dilakukan pre-test sebelum perlakuan dan post-test setelah perlakuan. Dengan perbandingan tersebut, terdapat analisis yang lebih tepat terkait perbedaan yang terjadi sebelum dan sesudah perlakuan diterapkan (Rennison C, 2022).

Tabel 3. 1 Desain Quasi Experimental Design dengan dua grup

Kelompok	Pre-Test	Perlakuan	Post-Test
A(Intervensi)	O1	O	O2
B(Kontrol)	O3	-	O4

Ket:

O1: Pre-Test sebelum perlakuan pada kelompok intervensi

O2: Post-Test sesudah perlakuan pada kelompok intervensi

O3: Pre-Test pada kelompok kontrol

O4: Post-Test pada kelompok kontrol

O : Mindfulness Parenting pada kelompok intervensi. Treatment diberikan (selama 2 Jam /sesi/minggu) selama 8 minggu.

3.2 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Posyandu wilayah kelurahan Bandar Lor pada bulan Januari-Maret 2026. Waktu yang digunakan untuk penelitian ini adalah 8 minggu.

3.3 Populasi , Sampel dan Teknik Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu dan ditetapkan oleh peneliti yang akan menjadi sumber data penelitian (Hasibuan, 2024) Populasi Penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak usia 3-5 Tahun di Posyandu wilayah kelurahan Bandar Lor Kota Kediri . dengan Estimasi jumlah populasi berdasarkan studi pendahuluan di bulan juni-desember 2025 sebanyak 68 ibu anak usia dini.

3.3.2 Sampel dan Besar Sampel

Sampel merupakan proses pemilihan sejumlah elemen dari populasi untuk mewakili populasi tersebut (Wada,dkk.,2024). pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah 68 Responden (34 kelompok intervensi dan 34 kelompok control) yang merupakan ibu kandung dengan anak usia 3-5 Tahun di Posyandu wilayah kelurahan Bandar Lor Kota Kediri selama 8 minggu pada bulan Januari- Februari 2026 dengan kriteria inklusi dan eksklusi. penentuan ukuran sampel dengan pendekatan rumus Lemeshow (Kurniawan, 2024), sebagai berikut:

$$n = n^2 = \frac{2\sigma^2(Z1-\alpha+Z2-\beta)^2}{(u1+u2)^2}$$

Keterangan:

$n=n_2$: besar sampel minimal

$Z\alpha$: standar normal deviasi α (95%)+1,96

$Z\beta$: standar deviasi β (99%)=2,33

$u1 + u2$: beda rata-rata diantara kedua intervensi yang dilakukan

σ^2 : simpangan baku

Untuk mengantisipasi kemungkinan responden yang terpilih drop out, loss to follow up, atau responden yang tidak taat maka dilakukan koreksi:

$$N = \frac{N}{1-f}$$

Keterangan:

n : besar sampel yang dihitung

f : perkiraan proporsi drop out (10%(0,1) atau 20%(0,2))

Pada Studi Serupa oleh (Jingyu He et al. Tahun 2024), dilaporkan rata-rata dan standar deviasi skor kecenderungan kreativitas anak pada kelompok mindful parenting tinggi adalah 85.2 ± 7.4 , sedangkan pada kelompok mindful parenting rendah adalah 79.6 ± 7.8 , sehingga terdapat perbedaan mean sebesar 5.6 dengan simpangan baku gabungan 7.6

Berdasarkan rumus yang relevan dan mempertimbangkan kesalahan tipe I sebesar 5% ($\alpha = 0,05$), daya uji 99% ($\beta = 0,01$) serta estimasi drop out sebesar 20%, maka dilakukan perhitungan sampel sebagai berikut:

$$n = n^2 = \frac{2\sigma^2(Z1 - \alpha + Z2 - \beta)^2}{(u1 + u2)^2}$$

$$n = n^2 = \frac{2(1,96+0,84)^2(6,5)^2}{(5,0)^2}$$

$$n^2 = \frac{2 \times 7.84 \times 42,25}{25}$$

$$n = \frac{662,7}{25}$$

$$n = 26,5 \rightarrow 27$$

Perhitungan Drop Out

$$N' = \frac{N}{1-20\%}$$

$$N' = \frac{27}{1-0,2}$$

$$N' = \frac{27}{0,8}$$

$$N' = 33,75 \rightarrow 34 \text{ Responden}$$

Maka besar sampel yang dibutuhkan 34 responden untuk setiap kelompok, sehingga total sampel yaitu 68 responden, 34 responden sebagai kelompok intervensi dan 34 responden untuk kelompok kontrol.

3.3.3 Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan ***probability sampling*** dengan metode ***simple random sampling***, yaitu teknik yang memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota populasi untuk terpilih sebagai responden (Sugiyono, 2022). Pemilihan sampel dilakukan dengan menyusun daftar ibu yang memiliki anak usia 3–5 tahun di Posyandu wilayah Kelurahan Bandar Lor dan memenuhi kriteria inklusi, kemudian responden dipilih secara acak menggunakan nomor undian hingga jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi. Penggunaan teknik ini bertujuan untuk mengurangi bias pemilihan sampel serta meningkatkan keterwakilan populasi. Adapun kriteria inklusi penelitian meliputi ibu yang memiliki anak usia 3–5 tahun, anak tidak mengalami gangguan fisik maupun psikologis, serta bersedia mengikuti intervensi selama periode penelitian. (Smith & Jones, 2022).

3.3.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi yang diterapkan. Adapun pertimbangan partisipan yang ditetapkan dengan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu:

1. Kriteria Inklusi:

- a. Responden yang bersedia mengikuti penelitian dan telah menandatangani lembar persetujuan setelah penjelasan (informed consent).

- b. Responden merupakan ibu biologis atau ibu pengasuh utama
- c. Ibu dari Anak berusia 3-5 Tahun
- d. Ibu **bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian**, termasuk sesi intervensi mindfulness parenting selama 8 minggu dan pengisian kuesioner sesuai jadwal penelitian.
- e. Responden yang dapat berkomunikasi dengan baik secara verbal dan memahami instruksi penelitian.
- f. Responden yang memiliki anak sedang tidak dalam kondisi medis akut yang memerlukan rawat inap intensif pada saat rekrutmen.

2. Kriteria Eksklusi:

- a. Anak dengan diagnosis perkembangan atau neurologis berat (termasuk: gangguan spektrum autisme berat, cerebral palsy cukup berat, gangguan penglihatan/bicara/kognitif berat yang mempengaruhi pengukuran perilaku normal dan mendapat perawatan medis.
- b. Ibu dengan gangguan psikiatri berat yang tidak terkontrol
- c. Ibu dalam pengobatan psikotropika stabilitas tidak diketahui / rawat inap psikiatri dalam 6 bulan terakhir
- d. Ibu atau keluarga yang menolak/tidak mampu melakukan follow-up
- e. Bahasa atau budaya yang menghalangi validitas instrumen
- f. Ibu atau anak pindah domisili atau tidak dapat dihubungi selama periode penelitian.

3.4 Metode Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari responden melalui proses pengukuran dan pengumpulan data di lapangan, baik melalui observasi,

wawancara, maupun instrumen khusus penelitian (Hardani dkk., 2022). Dalam penelitian mindfulness parenting ini, data primer dikumpulkan melalui beberapa metode berikut:

a. Observasi Langsung

Pengamatan langsung terhadap ibu bersalin dilakukan untuk melihat proses mindfulness dan pengaruh nya terhadap self control ibu dan perkembangan perilaku anak di posyandu rw 04 dan posyandu rw 6 kelurahan bandar lor. Pengamatan ini dilakukan oleh tenaga medis yang terlatih dalam pemberian meditasi mindfulness.

b. Metode Pre-test dan Post-test: Metode pre-test dan post-test

Metode Pre-test dan Post-test: Metode pre-test dan post-test digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat mindfulness parenting, self-control, ibu, dan perkembangan perilaku anak usia 3-5 tahun sebelum dan sesudah intervensi. Pada tahap *pre-test* metode ini dilakukan sebelum penerapan *mindfulness* dimana ibu diminta untuk memberikan penilaian awal terkait pengetahuan mindfulness dan keadaan/kesadaran diri selama pengasuhan serta pemantauan bagaimana kondisi perilaku anak pada saat itu. Setelah penerapan *mindfulness*, dilakukan *post-test* untuk mengetahui perubahan persepsi ibu terhadap pengaruh control diri selama pengasuhan dan apakah ada perubahan dari perkembangan perilaku anak. Intervensi *mindfulness* dilakukan sebanyak kurang lebih 8x pertemuan. *Pre-test* dan *Post-test* ini memberikan data yang berharga tentang perbedaan pengalaman dan persepsi ibu terhadap efek dari pemberian meditasi dalam proses pengasuhan.

c. Pengukuran Self-Control

Self-control diukur menggunakan kuesioner valid: *Self-Control Scale (BSCS)*, ibu diminta untuk atau alat ukur serupa yang digunakan dalam penelitian. Pengukuran dilakukan pada waktu pre-test dan post-test sehingga

memungkinkan analisis perubahan skor setelah ibu menerima intervensi mindfulness parenting.

d. Pengukuran Perkembangan anak usia 3-5

Pengukuran perkembangan perilaku anak diukur menggunakan questioner valid yaitu *strength difficult quesionare (SDQ)*, Quesioner ini memungkinkan orang tua dalam pemantauan perkembangan perilaku anak apakah sudah dalam batas normal atau tidak. Sehingga orang tua dapat memberikan proses pengasuhan yang kondusif dan terstruktur agar anak tidak merasa tertekan dalam masa perkembangan perilaku nya.

2. Data Sekunder

Sugiyono (2022) menyatakan bahwa data sekunder adalah data yang diperoleh tidak secara langsung dari responden, melainkan melalui sumber yang dapat mendukung kebutuhan penelitian seperti dokumen, literatur, maupun catatan lain yang relevan dari puskesmas/posyandu di puskesmas sukorame.

Dalam penelitian ini, data sekunder diperoleh dari dua sumber utama:

a. Catatan dan Dokumen yang Relevan: Data sekunder berupa dokumen atau catatan pendukung, misalnya:

- informasi umum terkait perkembangan perilaku anak usia 3-5 tahun.
- pedoman pelayanan kesehatan anak dan keluarga
- laporan terkait program parenting atau kegiatan posyandu yang diikuti ibu,
- data demografi wilayah penelitian apabila diperlukan.

Data ini membantu memberikan konteks lebih luas dalam memahami karakteristik responden dan lingkungan pengasuhan.

b. Literatur dan Jurnal Ilmiah yang Relevan: Penelitian ini juga menggunakan literatur sekunder berupa artikel, jurnal, buku, dan penelitian sebelumnya yang membahas:

- mindfulness parenting,
- self-control pada ibu,
- hubungan pola asuh mindful dengan perkembangan perilaku anak,
- perkembangan sosial-emosional anak usia 3-5 tahun,
- efektivitas intervensi berbasis mindfulness pada pengasuhan.

Literatur tersebut digunakan untuk memperkuat landasan teori, mendukung kerangka berpikir, serta membandingkan hasil penelitian dengan temuan studi sebelumnya.

3.5 Alat Pengumpulan Data

3.5.1 Instrumen Pengumpulan Data

Kuesioner Brief Self Control Scale(BSCS)

Pada kuesioner Self-Control, The Brief Self-Control Scale (BSCS) telah menunjukkan keandalan dan validitas yang baik . Hubungan antara item tunggal BSCS memberikan hasil validitas konvergen Pada Penelitian yang dilakukan kuesioner BSCS versi Indonesia juga memiliki nilai keandalan yaitu 0,81 yang menunjukkan bahwa kuesioner valid. Dalam penelitian ini penulis memilih instrumen versi ringkas dari SCS (Self Control Scale) yaitu 13 item Brief Self Control Scale (BSCS) yang digunakan adalah adaptasi versi Indonesia oleh (Islami, 2020). Brief Self-control Scale (BSCS) ini memiliki 13 item dengan reliabilitas (cronbach alpha) sebesar 0,88. Instrumen BSCS ini bersifat unidimensional dalam artian hanya mengukur satu dimensi saja yaitu kontrol diri. Makin tinggi skor total SCS, makin tinggi trait self-control partisipan.

Pengukuran Perkembangan Perilaku Anak

-Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)

Kuesioner SDQ (Strength Difficulties Questionnaire) oleh Sariy (2020) dan penelitian Dauth (2019) telah dilakukan uji validitas. Hasil uji kuesioner 25 pertanyaan semuanya dinyatakan valid dengan nilai r hitung di atas 0,361, dengan nilai terendah 0,658 - 0,843. Suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik (Suharsimi, 2016). Sementara itu hasil uji reliabilitas SDQ (Strength Difficulties Questionnaire) dari penelitian (Sariy 2020) diperoleh nilai Alpha cronbach sebesar 0,839 sementara hasil uji reliabilitas kuesioner frekuensi adalah 0,901, dimana instrumen ini dikatakan sudah valid dan kuat.

3.5.2 Metode Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data harus menggunakan metode yang baku atau modifikasi yang mungkin untuk dapat dikerjakan (feasible). Tahapan kerja diuraikan dengan jelas, rinci, serta dianjurkan untuk menyertakan bagian alur kerja (Pradono dkk., 2018). Penelitian ini melakukan pengumpulan data dengan cara:

Pengumpulan data dilakukan sebagai upaya mengumpulkan sejumlah data lapangan yang diperlukan untuk atau menguji hipotesis (Sidik Priadana, 2021). Pengumpulan data dilakukan melalui rekap hasil catatan yang berada di wilayah kerja Posyandu kelurahan Bandar Lor digunakan kuesioner data diri responden. Pengumpulan data Mindfulness Parenting menggunakan Lembar observasi, Pengumpulan data Self-Control menggunakan BSCS, dan pengumpulan data perkembangan anak menggunakan SDQ. Pada penelitian ini, peneliti membagi responden menjadi:

1. Metode Pengumpulan Data Pada Kelompok Intervensi

a. Persiapan

- 1) Peneliti mengurus surat pengantar untuk studi pendahuluan di Kampus IV Sarjana Terapan Kebidanan Kediri sebagai dasar permohonan izin pengambilan data pada lokasi penelitian yang dituju.
- 2) Peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada pihak institusi yang menjadi lokasi penelitian (yaitu Posyandu, yang menjadi tempat pengambilan sampel ibu dengan anak usia 3-5 tahun).
- 3) Peneliti menerima surat balasan atau persetujuan pelaksanaan penelitian dari pihak institusi yang telah memberikan izin untuk melakukan proses pengumpulan data.
- 4) Peneliti berkoordinasi dengan penanggung jawab lokasi, seperti kepala ruangan, kader posyandu, atau pengelola layanan anak/ibu, untuk menentukan jadwal pengisian kuesioner dan pelaksanaan intervensi mindfulness parenting. Pada tahap ini peneliti juga memastikan ketersediaan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian.
- 5) Peneliti melakukan penentuan populasi dan sampel penelitian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, kemudian menyusun daftar responden ibu dengan anak usia 3-5 tahun yang memenuhi syarat untuk diikutsertakan dalam penelitian.
- 6) Menjelaskan kepada responden mengenai apa yang akan dilakukan dan apa saja yang akan didapatkan melalui lembar pernyataan kesediaan menjadi responden penelitian
- 7) Memberikan informed consent kepada responden yang bersedia mengikuti penelitian.

- 8) Meminta responden mengisi lembar data demografi, meliputi: nama atau kode responden, usia, pendidikan, pekerjaan, alamat, nomor telepon yang dapat dihubungi, jumlah anak, serta informasi lain yang relevan dengan karakteristik penelitian.
- 9) Responden dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Responden yang memenuhi kriteria selanjutnya dibagi ke dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesuai dengan rancangan penelitian.

b. Pelaksanaan Pada Kelompok Intervensi

- i. Peneliti mengumpulkan responden kelompok intervensi di lingkungan Posyandu ILP wilayah kelurahan Bandar Lor pada pagi hari pukul 09.00 WIB pada tanggal 06 April 2026. Pertemuan pertama bertujuan untuk memberikan orientasi dan edukasi awal mengenai *mindfulness parenting* kepada ibu, yang meliputi pengertian, manfaat, serta pentingnya kesadaran diri, pengendalian emosi, dan pengaturan perilaku orang tua dalam pengasuhan anak usia dini di Posyandu wilayah kelurahan Bandar Lor. Melakukan pretest dengan meminta ibu mengisi kuesioner baseline yang terdiri atas:

1. skala mindfulness
2. skala self-control,
3. serta skala perkembangan perilaku anak.

Pretest dilakukan sebelum ibu menerima intervensi *mindfulness parenting*.

- ii. Pertemuan Kedua (Pelatihan Praktik Mindfulness Parenting)

Pada pertemuan kedua, 09 April 2026 ibu diberikan pelatihan praktik *mindfulness parenting* yang dilakukan secara langsung selama 2 jam per sesi/ minggu, dalam 8 sesi selama 8 minggu.

iii. Praktik Mandiri

Setiap Sesi Tatap muka dengan Instruktur pada hari berikutnya ibu diberikan tugas untuk dapat mensimulasikan teknik *mindfulness parenting* mandiri di rumah sesuai dengan SOP.

iv. Observasi dan Monitoring Pelaksanaan Intervensi

Peneliti melakukan observasi dan monitoring dengan lembar observasi terhadap penerapan *mindfulness parenting* dan pengingat terjadwal/*reminder melalui* (group whatsapp) yaitu 10 menit sebelum sesi dimulai dan 10 menit sebelum sesi berakhir. Observasi bertujuan untuk memantau konsistensi pelaksanaan intervensi serta memberikan pendampingan dan penguatan kepada ibu dalam menerapkan *mindfulness parenting* pada anak usia dini.

v. Posttest

Pada akhir minggu ke-8, 25 Mei 2026 peneliti melakukan posttest untuk mengukur kembali tingkat *mindfulness*, *mindfulness parenting*, *self-control* ibu dan perkembangan perilaku anak usia 3-5 tahun yang sama

dengan pretest. guna mengetahui perubahan setelah diberikan intervensi *mindfulness parenting*.

Jika ibu merasa lelah atau membutuhkan waktu lebih lama untuk mengisi kuesioner, peneliti memberikan jeda yang cukup sekitar 15 menit . Peneliti dapat membantu menjelaskan item dengan bahasa sederhana tanpa mempengaruhi jawaban.

- vi. Mengumpulkan seluruh data pretest dan posttest, kemudian peneliti melakukan proses pengolahan data yang meliputi:
 1. editing (memeriksa kelengkapan dan konsistensi data),
 2. coding (memberi kode pada jawaban responden),
 3. entry data (memasukkan data ke perangkat lunak statistik),
 4. cleaning (memeriksa kesalahan input),
 5. processing (melakukan analisis sesuai metode penelitian)
- c. Pelaksanaan Pada Kelompok Kontrol
 - i. Peneliti mengumpulkan responden kelompok kontrol di lingkungan Posyandu ILP wilayah kelurahan Bandar Lor pada 07 April 2026 pagi hari pukul 09.00 WIB. Pertemuan pertama bertujuan untuk memberikan orientasi dan edukasi awal mengenai *mindfulness parenting* kepada ibu, yang meliputi pengertian, manfaat, serta pentingnya kesadaran diri, pengendalian emosi, dan pengaturan perilaku orang tua dalam pengasuhan anak usia dini. Melakukan pretest dengan meminta ibu mengisi kuesioner baseline yang terdiri atas:
 - a. skala pengendalian diri (*mindfulness*)
 - b. skala *mindfulness parenting*

c. skala *self-control*,

d. serta skala perkembangan perilaku anak.

- ii. Apabila terdapat responden yang berhalangan hadir maka peneliti akan mendatangi responden secara door to door. pada pertemuan ini dilakukan pretest berupa pengukuran *mindfulness*, *mindfulness parenting*, *self control* ibu dan perkembangan perilaku usia anak dini. kemudian pada pertemuan ini juga dilakukan penyuluhan mengenai pola pengasuhan orang tua yang tidak menimbulkan efek negatif terhadap anak.
- iii. Posttest: Pada akhir minggu ke-8, 26 Mei 2026 peneliti melakukan posttest untuk mengukur kembali tingkat *self-control* ibu dan pengukuran perkembangan perilaku anak usia 3-5 tahun menggunakan kuesioner yang sama dengan pretest.

3.6 Variabel Penelitian

Pada Penelitian ini peneliti menggunakan 3 variabel dengan penjelasan sebagai berikut:

3.6.1 Variabel penelitian

merupakan elemen yang menjadi titik perhatian, yang memengaruhi dan memiliki nilai. Variabel penelitian berfungsi sebagai aspek yang sangat penting dalam menilai kebenaran hasil penelitian yang dilakukan (Setyaningrum, dkk, 2024)

1. Variabel Dependen

Dalam penelitian ini, variabel dependen 1 adalah Self Control Ibu dan variabel dependen 2 adalah perkembangan perilaku anak usia 3-5 tahun (Sudaryana & H. R. Ricky, 2022).

2. Variabel Independen

Variabel independen atau variabel yang bebas Dalam penelitian ini adalah Mindfulness Parenting.(Sugiyono,2021)

3.7 Definisi Operasional

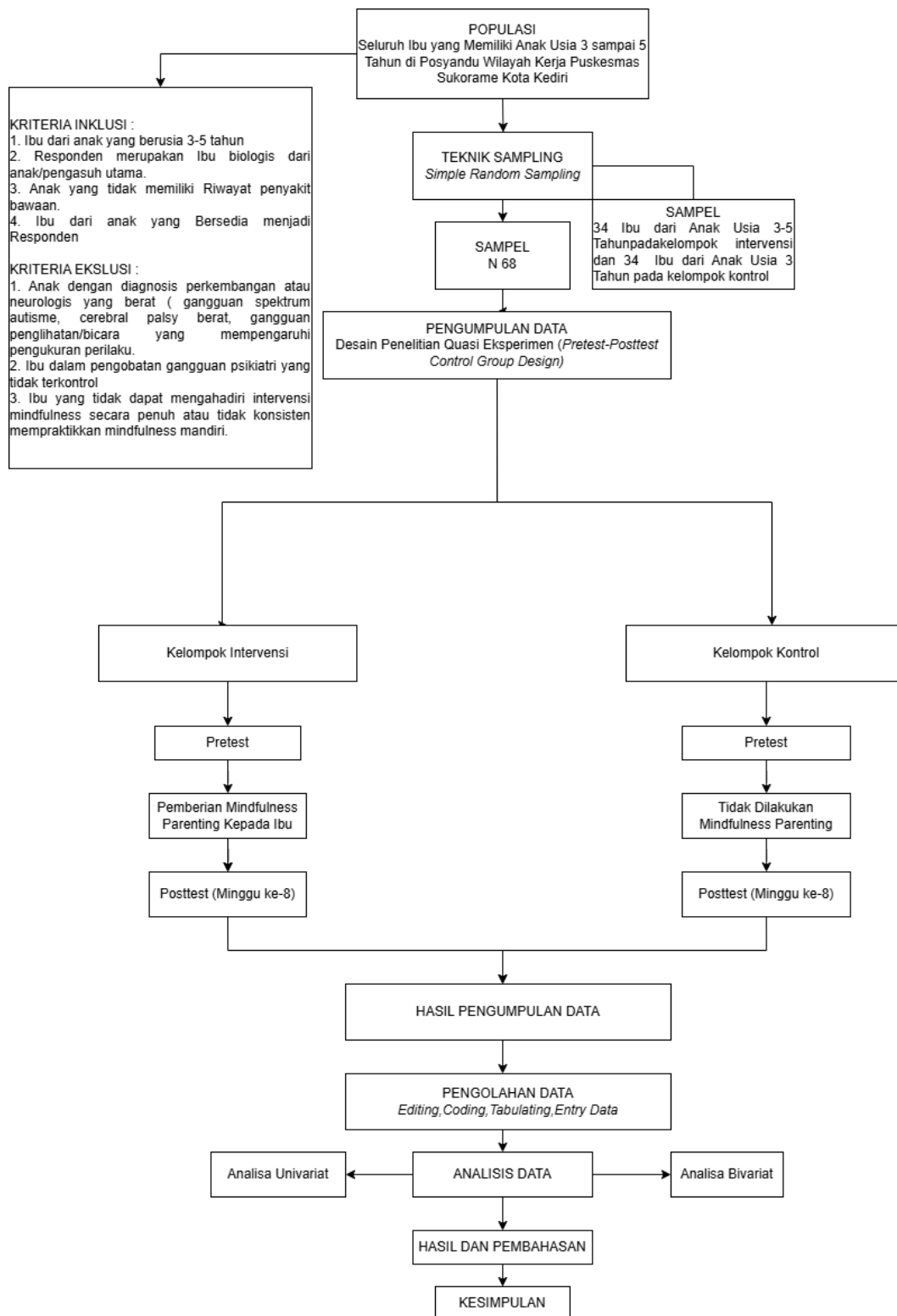
Definisi Operasional merupakan penentuan konstruk sehingga menjadi variabel yang dapat diukur. Definisi operasional dalam hal ini menjelaskan cara tertentu yang digunakan untuk meneliti dan mengoperasikan konstruk (Sebastian & Widodo, 2023). Definisi operasional dari penelitian ini sebagai berikut:

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Parameter	Skala	Skor
Variabel Independen						
1.	<i>Mindfulness Parenting</i>	Penerapan pola asuh mindful oleh ibu yang fokus pada kesadaran penuh, penerimaan tanpa menghakimi, dan responsif terhadap kebutuhan anak.	<i>SOP Mindfulness Parenting</i>	Kelompok Intervensi -Mengajarkan ibu teknik mindfulness parenting pada 1 sesi 1 minggu dengan durasi 2 jam sampai sesi 8, lalu di hari selanjutnya setelah praktik dengan pelatih setiap minggu ibu dapat mempraktikkan di rumah selama 1 x. - observasi		

				kegiatan mandiri pada ibu lewat Grup whatsApp apakah ibu menerapkan teknik secara rutin sebanyak 1 kali Kelompok Kontrol - Pola asuh konvensional/ sehari-hari (non- mindfulness parenting)		
Variabel Dependen						
2.	Variabel Dependen 1: Self-Control	Kemampuan ibu untuk mengendalik an impuls, mengendalik an impuls, mengatur emosi dalam berinteraksi dengan anak.	Observasi Perilaku ibu saat berinteraksi dengan anak, diukur menggunakan an skala perilaku self control. Brief Self Control	-Kontrol Emosi -Kontrol Perilaku -Kontrol Kognitif -Kesabaran Pengambilan Keputusan	Ordinal	Tinggi, Sedang, Rendah Skor self-control menurut azwar (2012) dengan kriteria sebagai berikut: <30=Kontrol Diri Rendah 30-50=Kontrol Diri Sedang >50= Kontrol Diri

			Scale (BSCS) yang terdiri dari 13 Item			Tinggi
3.	Variabel Dependen 2: Perkembangan anak usia 3-5 tahun	Capaian perkembangan anak usia 3-5 tahun dalam aspek Emosi, Perilaku, Sosial secara Spesifik	<i>Strenght Difficult Quesinore yaitu Quesioner</i> Perkembangan Perilaku anak (instrumen SDQ) yang terdiri dari 25 item (<i>Goodman et.al,2010</i>)	- Masalah Emosional - Masalah Perilaku/Agresivitas - Impulsif /Hiperaktif - Masalah Hubungan Sosial - Perilaku Prososial	Ordinal	Normal, Terdapat Gangguan, Tidak Normal, skor SDQ dengan kriteria sebagai berikut: <13=Perkembangan Perilaku Normal 13-16=Terdapat Gangguan Perkembangan Perilaku >16-40= Perkembangan Perilaku anak Abnormal

3.8 Kerangka Operasional



Gambar 3.8 Kerangka Operasional

3.9 Cara Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode Pengolahan Data

Proses pengolahan data adalah langkah yang krusial dalam setiap penelitian sebelum tahap akhir. Tujuan pengolahan data adalah agar informasi yang telah dikumpulkan dapat lebih ringkas dan dapat ditampilkan dengan jelas sebelum dilakukan analisis lebih dalam (Syahbudi M., dkk., 2023)

a. Pemeriksaan Data (Editing)

Editing adalah usaha untuk meninjau kembali keakuratan informasi yang telah diperoleh atau dihimpun. Kegiatan editing bisa dilaksanakan selama fase pengumpulan data atau setelah data tersebut lengkap. Peneliti melakukan pengecekan ulang terhadap setiap informasi dan tanggapan dari semua pertanyaan pada kuesioner yang sudah dihimpun.

b. Pemberian Kode (Coding)

Coding adalah proses memberi angka pada data yang tergolong ke dalam beberapa kategori. Penandaan dengan kode ini sangat krusial jika analisis dan pengolahan data dilakukan dengan bantuan komputer. Saat membuat kode, biasanya juga disusun daftar kode beserta artinya dalam sebuah buku kode (code book) untuk memudahkan akses kembali terhadap lokasi dan makna sebuah kode dari variabel yang berbeda. Peneliti memberikan kode kepada masing-masing partisipan sebagai berikut:

i. Data Umum

1) Nama Responden Kelompok Intervensi

Responden 1: R1

Responden 2: R2

Responden 3: R3

2) Nama Responden Kelompok Kontrol

Responden 1: K1

Responden 2: K2

Responden 3: K3

3) Usia Ibu

$<20 \text{ Th} = 1$

$>20 \text{ Th} = 2$

4) Tingkat Pendidikan

SD = 1

SMP = 2

SMA = 3

S1 = 4

5) Tingkat Pekerjaan

IRT = 1

Bekerja = 2

Guru = 3

PNS = 4

6) Jumlah Pendapatan Perbulan

$<2.500.000=1$

$>2.500.000=2$

7) Status Pernikahan

Primigravida = 1

Multigravida= 2

8) Jumlah anak

1=1

2->=2

9) Usia Anak

3 th= 1

4 th=2

5 th = 3

10) Jenis Kelamin Anak

1= Perempuan

2= Laki-Laki

ii. Data Khusus

1) Skor Mindfulness

- Mindfulness Rendah = <40 2.
- Sedang = 40 – 65 3.
- Tinggi = >65

2) Skor Mindfulness Parenting

- Tinggi: 88-130
- Sedang: 44-87
- Rendah:26-43

3) Skor Self Control Ibu

Dalam penelitian Self Control menggunakan dengan skala likert berisi 13 pernyataan dengan jawaban sesuai tingkat frekuensi yang diberikan oleh responden masing-masing.

- Tinggi: >50
- Sedang:30-50
- Rendah:<30

Favorable

Sangat Sesuai	: 5
Sesuai	: 4
Kadang-Kadang	: 3
Tidak Sesuai	: 2
Sangat Tidak Sesuai	: 1

Unfavorable

Sangat Sesuai	: 1
Sesuai	: 2
Kadang-Kadang	: 3
Tidak Sesuai	: 4
Sangat Tidak Sesuai	: 5

4) Perkembangan Perilaku Anak

Dalam penelitian Perkembangan Perilaku anak menggunakan SDQ dengan skala likert berisi 25 pernyataan dengan jawaban sesuai tingkat frekuensi yang diberikan oleh responden masing-masing.

- Tidak Normal : >16-40
- Terdapat Gangguan :14-16
- Normal:<13

Favorable

Tidak Benar : 0

Agak Benar : 1

Selalu Benar : 2

Unfavorable

Tidak Benar : 2

Agak Benar : 1

Selalu Benar : 0

c. Pembersihan Data (Cleaning)

Proses pembersihan data adalah tahap pengecekan ulang terhadap informasi yang telah dimasukkan ke dalam format data utama atau perangkat lunak statistik, contohnya SSPS. Tujuan dari pembersihan data ini adalah untuk menentukan apakah terdapat kesalahan dalam data yang telah dimasukkan.

d. Penyusunan Data (Tabulating)

Penyusunan data merupakan kegiatan merakit informasi sedemikian rupa sehingga dapat dengan mudah dijumlahkan, diorganisir untuk dipresentasikan, dan dianalisis.

e. Pemasukan Data (Entry Data)

Pemasukan data adalah proses menempatkan informasi yang telah diakumulasi ke dalam tabel utama atau basis data komputer dengan memanfaatkan perangkat lunak, lalu membuat distribusi frekuensi sederhana atau dengan menyusun

tabel kontingensi. Peneliti menginput setiap data ke dalam set data yang terdiri dari tampilan variabel dan tampilan data sebelum informasi tersebut diproses.

2. Analisis Data

a. Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2022), pengujian normalitas bertujuan untuk menentukan apakah dalam suatu model regresi, variabel independen dan dependen, atau keduanya mengikuti distribusi normal atau tidak. Apabila asumsi ini tidak dipenuhi, maka hasil uji statistik menjadi tidak akurat, khususnya untuk ukuran sampel yang kecil. Dalam penelitian ini, normalitas diuji menggunakan Kolmogorov-Smirnov dengan ambang signifikan di 0,05. Kriteria untuk uji ini adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai signifikan hasil perhitungan $>0,05$ maka data berdistribusi normal
2. Jika nilai signifikan hasil perhitungan $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah prosedur uji statistik yang bertujuan untuk menunjukkan bahwa dua atau lebih kelompok sampel berasal dari populasi yang memiliki varian yang sama. Uji statistik yang digunakan adalah Levene Test. Uji homogenitas menggunakan metode Levene test dengan tingkat signifikansi 0,05. Jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, maka H_0 diterima, berarti bahwa varian sampel homogen (Iriani, 2023).

c. Uji Univariat

Analisis Univariat bertujuan untuk menjelaskan dan menggambarkan sifat-sifat masing-masing variabel yang diteliti. Bentuk dari analisis univariat tergantung pada tipe data yang digunakan. Untuk data interval, biasanya digunakan rata-rata, median,

dan deviasi standar. Biasanya, analisis ini hanya memberikan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2018).

Analisis univariat dalam studi ini berupa analisis deskriptif data dengan metode perhitungan rerata, standar deviasi, serta nilai minimum dan maksimum untuk mengilustrasikan skor risiko sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, sehingga data dapat digambarkan sebagai berikut:

a) Data umum

1. usia ibu,
2. tingkat pendidikan,
3. pekerjaan
4. penghasilan
5. status pernikahan
6. jumlah anak
7. usia anak
8. jenis kelamin anak

Data umum tersebut dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan profil responden.

b) Data Khusus

Data khusus pada penelitian ini yaitu: Data yang Diukur sebelum dan sesudah intervensi, Skor Self-Control Ibu dan Skor Perilaku Anak Usia 3-5 tahun yang diukur dengan pretest dan posttest, baik sebelum maupun sesudah intervensi.

Dihitung dengan rumus sebagai berikut:

- $\text{Mean} = \frac{\Sigma fx}{f}$

Keterangan:

x : nilai skor

Σfx : jumlah total seluruh perkalian frekuensi $\times$ nilai skor

Σf : jumlah semua frekuensi

- Standar deviasi
- Untuk data bergolong

$$SD = \frac{\sqrt{\Sigma fx^2}}{N} - \frac{\sqrt{(\Sigma fx)^2}}{N^2}$$

- Untuk data tidak bergolong

$$SD = \frac{\sqrt{\Sigma fx^2}}{N} - \frac{\sqrt{(fx)^2}}{N^2}$$

Keterangan:

SD : Standar deviasi

f : *frekuensi* (banyaknya responden yang memiliki nilai tertentu)

x : nilai skor atau nilai titik tengah

fx : hasil perkalian antara frekuensi dan nilai skor

Σfx : jumlah semua frekuensi

N : jumlah responden

Nilai maksimum dan nilai minimum

- Nilai minimum = skor terendah di data
- Nilai maksimum = skor tertinggi di data

Penyajiaannya dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Tabel distribusi frekuensi memuat pengelompokan data kuantitatif ke dalam kelas-kelas serta banyak observasi (frekuensi setiap kelas. Tabel ini dapat digunakan untuk memudahkan deskripsi data kuantitatif secara visual (Lusiana & Mahmudi, 2020).

d. Uji Bivariat

Analisis bivariat adalah metode statistik yang digunakan untuk memahami hubungan antara dua variabel dalam sebuah penelitian (Fatma et al., 2023). Analisis ini merupakan analisis lanjutan yang digunakan untuk melihat apakah terdapat hubungan (korelasi) atau perbedaan (komparasi) antara dua variabel tertentu (Izza et al., 2023).

Dalam Penelitian ini analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh intervensi mindfulness parenting terhadap self-control ibu dan perkembangan perilaku anak usia 3-5 tahun serta untuk melihat perubahan skor sebelum dan sesudah intervensi. Karena data penelitian bersifat berpasangan (pretest-posttest) dan umumnya berskala ordinal atau tidak selalu berdistribusi normal.

Maka digunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test sebagai uji beda dua kelompok berpasangan. Uji Wilcoxon Signed Rank Test digunakan untuk melihat apakah terdapat perbedaan skor self-control dan perkembangan perilaku anak sebelum dan sesudah intervensi. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji ini adalah sebagai berikut:

Selain uji beda berpasangan, dalam penelitian ini juga dilakukan analisis bivariat antar kelompok untuk mengetahui perbedaan skor antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Karena data penelitian berskala ordinal dan tidak selalu berdistribusi normal, serta subjek pada kedua kelompok bersifat independen, maka digunakan Mann–Whitney U Test sebagai uji beda dua kelompok tidak berpasangan.

- Jika nilai probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka terdapat perbedaan bermakna antara skor sebelum dan sesudah intervensi sehingga H_0 ditolak
- Jika nilai probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) $\geq 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan bermakna antara skor sebelum dan sesudah intervensi, sehingga H_0 diterima (Sopiyudin, 2017 dalam Sofiyetti et al., 2023).

Uji Mann–Whitney U Test digunakan untuk melihat apakah terdapat perbedaan skor self-control ibu antara kelompok yang diberikan intervensi mindfulness parenting dan kelompok kontrol. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji ini adalah sebagai berikut:

- Jika nilai probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, sehingga H_0 ditolak.
- Jika nilai probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) $\geq 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, sehingga H_0 diterima (Sopiyudin, 2017 dalam Sofiyetti et al., 2023).

3.10 Etika Penelitian

a. Menghormati subjek (Respect for Person)

Menunjukkan rasa hormat berarti berperilaku dengan pantas dan sopan tanpa menyinggung perasaan orang lain. Melindungi individu yang terlibat dalam penelitian adalah salah satu faktor penting yang harus diperhatikan oleh peneliti, dengan memperhatikan secara hati-hati kemungkinan risiko penyalahgunaan serta bahaya yang mungkin terjadi. Perlindungan diberikan kepada peserta yang berisiko tinggi terhadap bahaya dari penelitian atau memiliki keterbatasan tertentu. Hak untuk mendapatkan informasi yang jelas dan lengkap. Informasi lengkap berarti peneliti telah menjelaskan dengan jelas tentang karakteristik studi, hak subjek untuk menolak turut serta, tanggung jawab peneliti, serta potensi masalah dan manfaat yang mungkin timbul, dan hak subjek untuk memiliki kebebasan dalam pengambilan keputusan sendiri (Nursalam, 2020).

b. Manfaat (Beneficence)

Ada kewajiban secara etis untuk berupaya memaksimalkan manfaat dan meminimalkan kerugian atau risiko bagi subjek, serta mengurangi potensi kesalahan dalam penelitian. Ini memerlukan desain penelitian yang tepat dan akurat, kualitas penelitian yang tinggi, serta menjaga keselamatan dan kesehatan subjek yang terlibat (Iriana N., dkk, 2022).

c. Tidak Membahayakan subjek penelitian (Non-Maleficence)

Salah satu cara untuk mengurangi risiko atau bahaya bagi subjek dalam penelitian adalah dengan menghindari menyakiti atau merugikan pihak lain. Untuk mencegah bahaya kepada peserta penelitian, peneliti perlu memperkirakan apa saja potensi kejadian yang mungkin terjadi selama proses penelitian.

d. Keadilan (Justice)

Pelaksanaan studi kasus harus menjunjung tinggi prinsip keadilan. Dalam konteks ini, keadilan berarti tidak ada diskriminasi di antara subjek, dan setiap orang yang berpartisipasi dalam penelitian harus diperlakukan sesuai dengan kondisi dan latar belakang masing-masing (Haryani & Setiyobroto, 2022).

3.11 Ethical Clearance

Menurut Badan Riset dan Informasi Nasional clearance etik adalah suatu instrument untuk mengukur keadaan secara etik pada suatu penelitian. (Badan Riset dan Informasi Nasional,n.d.) Dalam hal ini, peneliti menyampaikan permohonan komisi etik kepada Komisi Etik Penelitian dari STIKES RS Baptis Kediri. Sebelum peneliti melakukan pengambilan data, Ethical clearance harus dilakukan dengan prosedur mengajukan surat etik dan mengisi link KEPK serta membuat account, mengisi beberapa pertanyaan pada link serta mengupload surat pengajuan etik dari kampus, peneliti mendapatkan surat izin dari KEPK STIKES RS Baptis Kediri dengan nomor surat 004/3/II/EC/KEPK-3/STIKES RSBK/2025