

REVIEW JURNAL
PSIKOLOGI NUSANTARA

Nama Pengulas	Kukuh Ragil Prayogi
NIM	15000117140141

Penulis	Anna Undarwati, Aini Mahabati, Andewi Cahaya Khaerani, Ayu Dyah Hapsari, Andreas Agung Kristanto, Endah Sasmitohening Stephany, Johana Endang Prawitasari
Penerbit	Fakultas Psikologi Universitas Negeri Semarang
Judul	PENGUKURAN EGO <i>DEPLETION</i> BERBASIS <i>INDIGENEOUS PSYCHOLOGY</i>
Nama Jurnal	INTUISI: Jurnal Psikologi Ilmiah
Vol., Nomor, Halaman	9(1): 67-75

Tujuan Penelitian	Dalam penelitian ini terdapat tiga tujuan utama yang menjadi fokus dalam pengungkapan jawaban oleh peneliti diantaranya adalah: 1). Mengeksplorasi dan mengidentifikasi aspek psikologi kelelahan ego yang berbasis pada pendekatan <i>indigenoupsychology</i> ; 2) mengkonstruksi instrumen pengukuran skala psikologi kelelahan ego; dan 3) melakukan analisis reliabilitas dan validitas dari instrumen kelelahan ego.
Landasan Teori (teori yang digunakan)	Penelitian ini lebih berpacu pada penelitian sebelumnya dimana kelelahan ego merupakan salah satu pengembangan teori Freud salah satu tokoh psikoanalisis. Baumeister (2007) memberikan penjelasan mengenai kelelahan ego kali dan beberapa penelitian lain yang telah dilakukan menjadi acuan dalam penelitian ini seperti hasil kajian dari Wheeler dkk. (2006), Martijn dkk. (2006), Zang (2010) dan Urbina (2004).
Metode dan Subjek	Metode dalam penelitian ini adalah metode campuran yaitu peneliti melakukan sebuah ekplorasi secara kualitatif terhadap skala adaptasi mengenai kelalahan ego yang kemudia dari hasil diskusi tersebut menghasilkan sebuah kesepakatan adaptasi untuk kembali dikembangkan sebagai skala yang dapat diujicobakan di lingkungan peneliti, hasil dari ujicoba tersbeutlah yang menunjukkan adanya metode kuantitatif yaitu dengan pengolahan data dan uji coba

	<p>reliabilitas dan validitas dari skala yang telah diadaptasi dan dikembangkan. Peneliti melibatkan beberapa subjek untuk dua tahap penelitian yaitu pada tahap diskusi atau <i>focus group discussin</i> (FGD) yang terbagi menjadi tiga kelompok terdiri dari dua belas subjek untuk masing kelompok yang mana jika diakumulasikan sebanyak 26 subjek, secara rinci kriteria untuk subjek dalam FGD ini adalah wanita dan pria yang merupakan mahasiswa magister dan profesi UGM dan rinci etnis didominasi suku jawa (n jawa = 20 orang, n non jawa = 6 jawa). Kemudian pada tahap uji coba skala adaptasi kelelahan ego, peneliti melibatkan 60 orang mahasiswa S1 dan S2 di universitas Daerah Yogyakarta yaitu dengan rincian 38 mahasiswa magister sains UGM dan 28 mahasiswa PLB UNY.</p>
<p>Instrument/alat ukur</p>	<p>Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu <i>focus group discussion</i> (FGD) yang digunakan untuk mendapatkan hasil kualitatif dan kesepakatan peneliti dalam menentukan aitem pada skala adaptasi. Kemudian pada proses pengukuran mengenai kelelahan ego tersebut, peneliti mendapatkan skala adaptasi dengan jumlah 60 aitem milik Ciarocco et al dalam Jany (2008). Dalam pengungkapan reliabilitas dan validitas penelitian, peniliti menggunakan alat bantu komputasi statistik berupa SPSS.</p>
<p>Hasil</p>	<p>Hasil penelitian dari <i>focus group discussion</i> yang dilakukan menunjukkan bahwa ego depletion didefinisikan sebagai kelelahan psikologis dengan total 41%, kelelahan fisik dengan total 20%, dan tidak berdaya berjumlah 13%. Selain ketiga aspek tersebut muncul aspek – aspek terkait lainnya namun jumlahnya rendah yaitu gangguan kogitif, energi terkuras, pasif, tidak optimal, reaksi negatif dan gangguan perilaku, dengan total 25%. Dari hasil tersebut, maka dapat peneliti melakukan kategorisasi terhadap data pada hasil FGD sehingga muncul tiga aspek utama dan satu aspek gabungan yang mana jika disimpulkan sebagai definisi bahwa ego depletion adalah kondisi ketika orang memiliki kelelahan psikologis dan fisik, energi yang terbatas yang mempengaruhi masalah kognitif, kepasifan individu, tugas menjadi tidak optimal dan menyebabkan reaksi negatif dan permasalahan dalam bersikap. Pada tahap dua, peneliti membuat skala berdasarkan aspek yang</p>

	<p>telah disepakati pada FGD. Sebanyak 60 aitem skala ego depletion diberikan kepada 60 mahasiswa. Hasil menunjukkan, validitas dan reliabilitas yang cukup tinggi, dengan kisaran skor $r_{ix} = 0.111 - r_{ix} = 0.700$ dan Alpha-Cronbach = 0.939. Hanya terdapat 8 aitem tidak valid. Selanjutnya, aitem disederhanakan, dari 60 menjadi 30 aitem yang kemudian di uji statistik dan menunjukkan hasil analisis statistik dengan keandalan sebesar 0.918 dengan validitas $r_{ix} = 0.310 - r_{ix} = 0.700$.</p>
Kesimpulan	<p>Dari penelitian ini dapat disimpulkan apabila pandangan mahasiswa magister Psikologi UGM berbeda dengan Muraven, Tice, dan Baumeister (1998) dalam memahami kelelahan ego. Namun, terdapat kesamaan yaitu kelelahan ego juga merupakan kekurangan energi dan defisitnya tenaga yang dimiliki. Selain itu, persamaan lainnya adalah kelelahan ego mempengaruhi aspek psikis sehingga pekerjaan tidak optimal karena psikis kelelahan. Penelitian ini juga mengeksplorasi faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan ego serta coping yang dilakukan responden jika sedang mengalami kelelahan ego.</p>
Saran (termasuk <i>future research</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan jumlah subjek yang dapat mewakili populasi masyarakat Indonesia.
Keterbatasan Penelitian	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta FGD yang direkrut hanya berjumlah 26 mahasiswa magister sains Psikologi. 2. Peneliti tidak mencantumkan secara jelas teori yang digunakan dalam melakukan penelitian. 3. Rincian <i>blue print</i> dalam konstruksi skala tidak dilampirkan atau ditunjukkan
Kelebihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dapat digunakan sebagai dasar pengembangan konsep mengenai kelelahan ego dan juga pengembangan penelitian dengan dasar <i>indigenous psychology</i>. 2. Seluruh hasil dari penelitian dijelaskan secara baik dan jelas.