

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

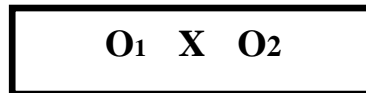
##### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2017:107). Dalam penelitian eksperimen kegiatan direncanakan dan dilaksanakan secara rinci dengan adanya perlakuan (*treatment*) untuk menghasilkan data dengan menjawab suatu masalah atau menguji hipotesis.

##### **2. Desain Penelitian**

Desain penelitian merupakan proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian sesuai metode penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design*, yaitu penelitian dilakukan kepada satu kelompok eksperimen yang sampelnya tidak dipilih secara random dan tidak ada kelompok kontrol (Sugiyono, 2017:109). Metode ini digunakan untuk mengetahui pengurangan miskonsepsi siswa setelah diberikan perlakuan. Peneliti memberikan perlakuan kepada kelompok yang telah ditentukan, yaitu kelompok eksperimen dengan menggunakan teknik yang berbeda dalam konseling kelompok REB. Dalam desain ini subjek diberikan perlakuan dengan dua

kali pengukuran. Pengukuran yang pertama dilakukan sebelum diberi layanan konseling kelompok dan pengukuran kedua dilakukan setelah diberi layanan konseling kelompok. Menurut Sugiyono (2017:110) *one group pretest-posttest design* mempunyai pola sebagai berikut :



**Gambar 3. Bagan *One Group Pretest-Posttest Design***

Keterangan:

**O1:** *Pretest* (sebelum perlakuan dengan instrumen skala kepercayaan diri)

**X :** Perlakuan (penerapan konseling kelompok REB)

**O2 :** *Posttest* (setelah perlakuan dengan instrumen skala kepercayaan diri)

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Dolopo, Kabupaten Madiun yang berlokasi di JL. Raya Suluk Ngebel, Jatirejo, Candimulyo, Dolopo, Kabupaten Madiun, Jawa Timur 63174 pada bulan Oktober-November 2018.

## **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Dolopo, Kabupaten Madiun tahun ajaran 2018/2019 yang berjumlah 13 siswa memiliki masalah kepercayaan diri (*self-confidence*) cenderung rendah. Teknik sampling yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian adalah teknik purposive (*sampling purposive*). *Sampling purposive* merupakan sebuah teknik

penentuan sampel penelitian dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017:124).

## **D. Variabel Penelitian**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (*Independent*) dan variabel terikat (*Dependent*). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### a. Variabel bebas (*Independent*)

Variabel bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu konseling kelompok *Rational Emotive Behavior* (REB).

#### b. Variabel terikat (*Dependent*)

Variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Penelitian ini memiliki dua variabel terikat yaitu kepercayaan diri (*self-confidence*).

### **2. Definisi Operasional**

Definisi operasional penelitian ini adalah:

#### a. Konseling *Rational Emotive Behavior* (REB)

Pogram intervensi konseling kelompok *Rational Emotive Behavior* (REB) didefinisikan sebagai fasilitas layanan yang diberikan oleh konselor kepada konseli untuk menjadi pribadi yang dapat berpikir secara

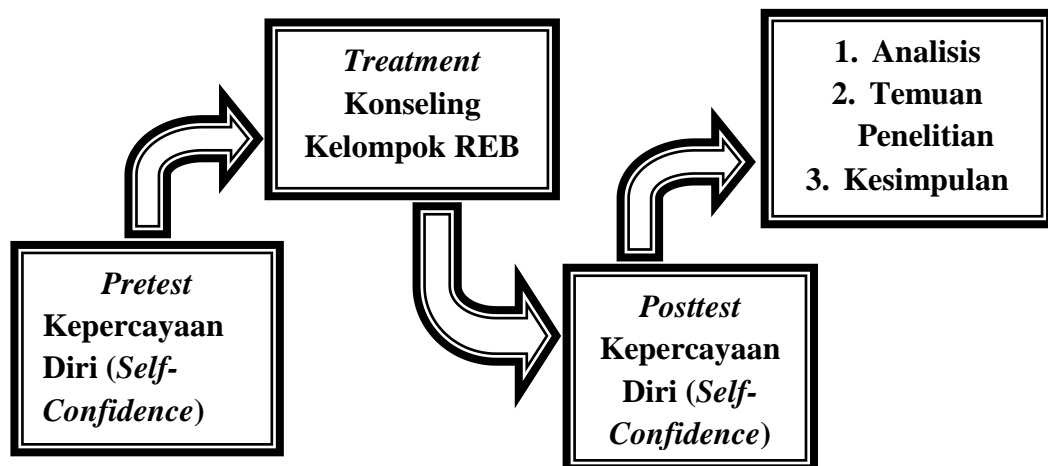
rasional dalam menanggapi setiap rangsangan dalam dirinya. *Model GABCDEF* tentang kepribadian dapat memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan-pandangan klien yang irasional dan tidak logis menjadi pandangan yang rasional dan logis agar konseli dapat mengembangkan diri, meningkatkan *self-actualization*nya seoptimal mungkin melalui tingkah laku kognitif dan afektif yang positif dalam praktek konseling kelompok *Rational Emotive Behavior* (REB), meliputi G (Goals) adalah tujuan-tujuan, yaitu tujuan fundamental; A (*Antecedent Event*) adalah segenap peristiwa luas yang dialami/memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku/sikap orang lain merupakan *Antecedent Event* bagi seorang; B (*Belief*), yaitu keyakinan, pandangan, nilai/verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada 2 macam, yaitu keyakinan yang rasional (*Rational Belief* atau *rB*) dan keyakinan yang tidak rasional (*Irrational Belief* atau *iB*); C (*Consequence*) adalah konsekuensi emosional sebagai akibat/reaksi individu dalam bentuk perasaan senang/hambatan emosi dalam hubungannya dengan A (*Antecedent Event*); D (*Disputing irrational belief*) melakukan dispute pikiran irasional; E (*Effective new philosophy*) mengembangkan filosofi hidup yang efektif; F (*Further action/new feeling*) aksi yang akan dilakukan lebih lanjut dan perasaan baru yang dikembangkan.

b. Kepercayaan Diri (*Self-Confidence*)

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Aspek-aspek yang mendukung kepercayaan diri, meliputi: keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

**E. Paradigma Penelitian**

Paradigma penelitian merupakan alur yang berupa hubungan antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Paradigma penelitian disusun dengan maksud agar rencana atau pokok bahasan penelitian tidak keluar dari bahan masalah yang direncanakan. Paradigma penelitian ini dapat dilihat pada gambar 3 di bawah ini:



**Gambar 4. Paradigma Penelitian**

Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Melakukan *Pretest* dengan membagikan skala kepercayaan diri (*self-confidence*) sebelum diberikan layanan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior* (REB).
2. Melakukan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior* (REB) 9 kali pertemuan.
3. Melakukan evaluasi pada anggota kelompok perkembangan/kemajuan setiap pertemuan setelah pemberian perlakuan (*treatment*) konseling kelompok *Rational Emotive Behavior* (REB).
4. Melakukan *Posttest* dengan cara membagikan skala kepercayaan diri (*self-confidence*) yang sama diberikan pada saat *Pretest* setelah kegiatan konseling kelompok selesai.

## **F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data yang sesuai dalam penelitian ini, maka digunakan alat yang disebut instrumen. Dalam penelitian ini, untuk mendapatkan data, maka ada beberapa teknik pengumpulan data yang sesuai, yaitu:

### **1. Kuesioner**

Kuesioner merupakan teknik dalam pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2017:199). Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan

pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Kuesioner yang digunakan dapat berupa pertanyaan/ Pernyataan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet. Jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala pengumpulan data. Skala kepercayaan diri (*self-confidence*) pada penelitian ini disusun dengan menggunakan skala Likert yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan *favourable* (pernyataan yang berisi mendukung objek langsung yang diukur/mendukung tentang hal positif dan mendukung objek sikap yang diungkap), dan pernyataan *unfavourable* (pernyataan yang berisi hal negatif mengenai objek sikap, berisi kontra dengan objek sikap yang diungkap) (Azwar, 2013:39). Peneliti menggunakan skala ini karena indikator menjadi titik tolak untuk menyusun instrumen berupa pernyataan, kemudian dijabarkan menjadi deskriptor, dan dari deskriptor tersebut dibuatlah aitem. Skala disajikan dalam bentuk tertutup dimana responden sudah disediakan pilihan alternatif jawaban dan tinggal memilih jawaban yang telah tersedia. Kriteria modifikasi model skala Likert dalam penelitian ini berkisar antara satu sampai dengan empat pilihan jawaban sebagai berikut:

**Tabel 1. Pemberian Skor Inventori Berdasarkan Skala**

<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>	
<b>Pilihan</b>	<b>Skor</b>	<b>Pilihan</b>	<b>Skor</b>
Sangat Sesuai	4	Sangat Sesuai	1
Sesuai	3	Sesuai	2
Tidak Sesuai	2	Tidak Sesuai	3
Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Tidak Sesuai	4

Alternatif jawaban dalam kuesioner menggunakan skala modifikasi model Likert dengan pilihan Sangat Sesuai (**SS**), Sesuai (**S**), Tidak Sesuai (**TS**), Netral (**N**), Tidak Sesuai (**TS**), dan Sangat Tidak Sesuai (**STS**). Namun berdasarkan pertimbangan peneliti, dalam instrument penelitian, alternatif jawaban Netral (**N**) tidak digunakan dengan alasan:

- a. Alternatif jawaban Netral (**N**) akan menimbulkan bias dalam pengolahan data. Kemungkinan bias disebabkan karena siswa tidak memahami pernyataan sehingga mereka mengambil jalan tengah, yang dapat diartikan ragu-ragu.
- b. Alternatif jawaban dengan empat kategori dipakai untuk melihat kecenderungan kepercayaan diri (*self-confidence*) secara lebih jelas.

Pengembangan instrumen penelitian diawali dengan pembuatan kisi-kisi instrumen sampai pada pengujian validitas dan reliabilitas instrumen. Adapun langkah-langkah dalam penyusunan kisi-kisi instrumen mengenai kepercayaan diri, yang disusun dalam tabel sebagai berikut:



**Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri (*Self-Confidence*)**

Aspek	Indikator	Deskriptor	No Item	
			<i>F</i>	<i>UF</i>
Keyakinan akan kemampuan diri	Tidak meragukan kemampuan diri.	Siswa yakin dengan kemampuan yang dimiliki.	1,2	3,4
	Menyelesaikan tugas dengan baik berdasarkan kemampuan diri.	Siswa mampu menyelesaikan tugas berdasarkan kemampuan/potensi diri.	5,6	7,8
	Mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki.	Siswa mampu mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki saat belajar.	9,10	11,12
Optimis	Bertahan dalam menghadapi tantangan.	Siswa mampu bertahan dalam melewati berbagai tantangan.	13,14	15,16
	Menciptakan pemikiran yang positif.	Siswa mampu menilai sesuatu dari segi positif	17,18	19,20
	Tidak ragu mencoba hal baru.	Siswa tidak ragu-ragu mencoba/menciptakan hal baru.	21,22	23,24
Objektif	Melihat kebenaran dengan semestinya.	Siswa mampu melihat kebenaran sesuai dengan semestinya.	25,26	27,28
	Memandang masalah bukan dari kepentingan pribadi.	Siswa mampu memandang masalah bukan dari kepentingan pribadi.	29,30	31,32
Bertanggung jawab	Siap menerima konsekuensi.	Siswa mampu menerima konsekuensi/resiko saat tidak mengerjakan tugas.	33,34	35,36
	Berani menentukan keputusan.	Siswa mampu menentukan keputusan yang akan diambil dengan tepat.	37,38	39,40
	Memiliki komitmen yang baik.	Siswa mampu memiliki komitmen yang baik.	41,42	43,44

Rasional dan realistis	Menganalisa suatu masalah.	Siswa mampu menganalisa suatu masalah yang sedang terjadi.	<b>45,46</b>	<b>47,48</b>
	Menggunakan pemikiran yang diterima akal sehat.	Siswa mampu menggunakan pemikiran yang dapat diterima akal sehat.	<b>49,50</b>	<b>51,52</b>
	Menerima kenyataan.	Siswa mampu menerima kenyataan yang terjadi dalam hidupnya.	<b>53,54</b>	<b>55,56</b>
<b>Jumlah Item</b>			<b>56</b>	

## G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

### 1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Suatu instrument yang valid mempunyai validitas yang tinggi sebaliknya instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Sugiyono (20015:173) mengatakan bahwa instrumen dikatakan valid apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran variabel yang diukur sesuai dengan kehendak tujuan pengukuran. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Dengan menggunakan instrumen yang valid dalam pengumpulan data, maka diharapkan hasil penelitian akan menjadi valid.

Uji validitas isi dilakukan melalui pertimbangan ahli (*Expert Judgement*) oleh Dr. Budi Astuti, M.Si untuk mengetahui kelayakan isi item sebagai jabaran dari indikator maka perlu dianalisis. Setelah dilakukan *expert judgment*, kemudian peneliti melakukan seleksi aitem dengan cara

menggunakan teknik koefisien korelasi item total ( $r_{ix}$ ) yang biasanya disebut dengan indeks daya beda item (Azwar, 2013:80). Oleh sebab itu, perlu dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor masing-masing aitem dengan skor totalnya. Menurut Azwar (2013:143) aitem yang baik adalah aitem yang dapat memenuhi batas kriteria  $r \geq 0,30$ . Oleh sebab itu, apabila skor aitem tidak mencapai kriteria  $r < 0,30$ , maka aitem tersebut dinyatakan gugur.

Hasil seleksi item skala kepercayaan diri (*self-confidence*) butir yang diberi warna kuning adalah butir yang gugur; artinya butir-butir tersebut memiliki koefisien korelasi  $< 0.3$  dengan pertimbangan bahwa butir tersebut menyumbang kurang dari 305 terhadap konstruk instrumen, sehingga butir-butir *item* yang diberi warna kuning tidak digunakan. sedangkan butir-butir *item* yang sudah menunjukkan nilai koefisien korelasi  $\geq 0.3$  selanjutnya akan digunakan untuk instrumen skala kepercayaan diri (*self-confidence*). Dengan demikian semua pernyataan yang memiliki skor skala kurang dari 0.3 dihilangkan dan yang diikutkan adalah yang memiliki koefisien korelasi 0.3 ke atas

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas diartikan sebagai pengujian instrumen yang bila instrumen digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Suharsimi mengungkapkan (2013:221) reliabilitas mengandung pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen

tersebut sudah baik. Sugiyono (20015:364) mengemukakan bahwa reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Syarat kualifikasi suatu instrumen pengukur adalah konsistensi, keajegan, atau tidak berubah-ubah. Apabila indeks reliabilitas sebuah instrumen pengukurannya cukup tinggi dan dinyatakan reliabel, data yang diperoleh dari hasil pengukuran dengan instrumen tersebut dapat dipandang mewakili, atau paling tidak mendekati, keadaan atau ciri laten subjek penelitian yang diukur. Instrumen yang reliabel mampu mengungkap data yang bisa dipercaya.

Pengujian reliabilitas instrumen dalam penelitian ini dapat menggunakan teknik varians *Alpha Cronbach*, sebagai berikut :

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma^2 t} \right) \quad (\text{Arikunto, 2013:239})$$

Keterangan:

$r_{11}$  : Reliabilitas instrument

$k$  : Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$  : Jumlah varians butir

$\sigma^2 t$  : Varians total

Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar 0,0 sampai dengan 1,0. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,0 berarti semakin tinggi reliabilitas (Azwar, 2013:80). Setelah diuji reliabilitas, instrumen memiliki koefisien **0.6**. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki reliabilitas yang tinggi.

## H. Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini teknik analisis data statistik non parametrik dengan menggunakan uji *Wilcoxon Sign Ranked Test*, hal ini dilakukan untuk melihat efektivitas konseling kelompok *Rational Emotive Behavior* (REB) terhadap peningkatan kepercayaan diri (*self-confidence*) siswa SMA Negeri 1 Dolopo, Kabupaten Madiun antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan (*treatment*). Langkah-langkah mencari probabilitas (Asymp. Sig) dalam SPSS (Sugiyono, 2015:68) adalah sebagai berikut:

- a. Mencari Z hitung.

$$z = \frac{T - \left[\frac{1}{4}N(N+1)\right]}{\sqrt{\frac{1}{24}N(N+1)(2N+1)}}$$

T = Ranking dari selisih terkecil antara nilai sebelum dan sesudah (tanda tidak perlu disertakan)

N = Jumlah sampel

- b. Menentukan level of significant sebesar 0,05 atau 5%.
- c. Menentukan nilai probabilitas.

Jika nilai probabilitas < 0,05 berarti  $H_0$  ditolak artinya terdapat perbedaan, dan jika nilai probabilitas  $\geq 0,05$  berarti  $H_0$  diterima artinya tidak terdapat perbedaan.

- d. Penarikan kesimpulan berdasarkan pengujian hipotesis.