

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah Penggunaan media dalam layanan bimbingan kelompok dapat dapat berpengaruh positif terhadap pengaturan diri siswa kelas XI IPS di SMAN 56 Jakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Dalam penelitian ini subjek yang diteliti adalah siswa yang memiliki pengaturan diri yang rendah. Penelitian dilakukan di Sekolah di ruang Bimbingan dan Konseling. Penelitian di mulai pada bulan Maret 2015 – Desember 2015, dengan rincian sebagai berikut :

1. Tahap perencanaan : April 2015 – Oktober 2015
2. Tahap pelaksanaan :
 - a. Uji Coba Instrumen : 5 & 9 November 2015
 - b. Tes Awal : 11 November 2015
 - c. Pertemuan 1 – 5 : 16 November – 23 November 2015
 - d. Post test : 24 November 2015

C. Metode dan Desain Penelitian

1. Metode Penelitian

Suatu penelitian dapat dikatakan berhasil dan dapat dipertanggung jawabkan apabila proses penelitiannya menggunakan metode yang tepat dan dengan sistematika yang baik. Untuk itu perlu suatu metode penelitian yang menjadi acuan dalam pelaksanaan penelitian ini.

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan yang akan dicapai penelitian ini menggunakan metode eksperimen kuantitatif yaitu metode *Quasi Experimental Design*. Metode *quasi ekperimental design* merupakan pengembangan dari *true experimental design*.

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen (*Quasi Eksperimen Design*). Bentuk desain eksperimen ini merupakan pengembangan dari *true eksperimen design*. Desain ini mempunyai kelompok kontrol tetapi tidak sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen.

Dalam penelitian ini, peneliti membandingkan dua kelompok sasaran penelitian. Satu kelompok yaitu 10 orang siswa kelas XI IPS 3

yang diberikan khusus sebagai kelompok eksperimen berupa penggunaan media terhadap pengaturan diri siswa, sedangkan satu kelompok lagi yaitu 10 orang siswa lain di kelas XI IPS 3 sebagai kelompok kontrol dalam layanan bimbingan kelompok tidak menggunakan media.

Pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Oleh karena itu, penelitian ini hanya dilakukan pada siswa kelas XI yang memiliki pengaturan diri yang rendah yang akan dijadikan sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian ini adalah tergolong penelitian semu (*quasi eksperimen*), desain penelitian ini menggunakan "*Posttest-Only Control Design*".

Konsep penelitian "*Posttest-Only Control Design*". digambarkan sebagai berikut:

Table 3.1 Desain Posttest-Only Control Design.

Eksperimen	Post-Test
X	O ₁
	O ₂

Keterangan :

X : Pelaksanaan eksperimen pada kelompok eksperimen, berupa bimbingan kelompok dengan media pembelajaran .

O₂ : Pelaksanaan *posttest* pada kelompok eksperimen, dilakukan untuk melihat perbandingan tingkat pengaturan diri siswa setelah dilakukan eksperimen.

O₄ :Pelaksanaan *posttest* pada kelompok kontrol. Pelaksanaan *posttest* dilakukan setelah pelaksanaan eksperimen pada kelompok eksperimen.

Berdasarkan desain di atas, peneliti memberikan perlakuan (*treatment*) kepada kelompok eksperimen berupa media pembelajaran dalam bimbingan kelompok, sedangkan pada kelompok kontrol hanya diberikan bimbingan kelompok tanpa diberikan perlakuan sebanyak satu kali pertemuan. Setelah perlakuan selesai diberikan, kemudian peneliti akan memberikan pengujian akhir (*posttest*) kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk mengetahui gambaran tingkat pengaturan diri siswa/i.

D. Populasi Dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2002).¹ Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 3 SMAN 56 Jakarta yang berjumlah 36 orang siswa yang terbagi dalam satu kelas

2. Teknik pengambilan sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 2006).² Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representative atau mewakili. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik sampel bertujuan atau *purposive sampling*. Sample dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata , random, atau daerah , tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu.³ Jumlah sampel yang diambil dalam

¹ Sugiyono, 2002, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, Bandung: Alfabeta.

² Arikunto, Suharsimi, 2006, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: RinekaCipta.

³ *Ibid.*

penelitian ini adalah populasi yang terpilih dan memiliki kriteria pengaturan diri yang paling rendah dari populasi yang ada.

Pengambilan sampel pada penelitian ini didasarkan pada hasil penjarangan dengan menggunakan instrumen pengaturan diri yang dikembangkan dari teori Daniel Goleman. Berdasarkan hasil tes awal, didapatkan sebanyak 20 siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah yaitu AH, DM, DWE, FL, IS, KK, MY, MRP, NH, SS, SNF, SC, WA, MM, GP, SA, LR, AN, JP, MI

E. Prosedur pelaksanaan

Peneliti akan memberikan instrumen kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Instrument ini merupakan tes awal sebelum diberikannya perlakuan kepada kelompok, untuk pengerjaan instrument akan diberikan waktu sekitar 15-25 menit dan data yang terkumpul akan dianalisis oleh peneliti.

Pada pertemuan pertama akan dilakukan kegiatan perkenalan, menjelaskan tujuan dari adanya penelitian ini, pembagian dan penjelasan tugas dari kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kelompok eksperimen akan diberikan pemahaman mengenai materi kecerdasan emosional dan teknik yang akan digunakan. Selain itu, kelompok eksperimen menuliskan kegiatan para anggota kelompok, dan menetapkan perilaku yang akan di ubah serta pelaksanaan teknik yang

akan digunakan. Pertemuan kedua, ketiga dan keempat menerapkan teknik yang akan digunakan.

Pertemuan ke lima dilakukan evaluasi mengenai teknik yang digunakan. Selanjutnya pada pertemuan selanjutnya peneliti akan memberikan tes instrument kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, tes ini dimaksudkan sebagai *post test* untuk mengetahui perubahan dari tes sebelumnya.

Tabel 3.2 Rencana Pelaksanaan Kegiatan

Pertemuan	Inti Kegiatan	Alokasi Waktu
Pertemuan I	1. Pembentukan <ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan • Tujuan bimbingan kelompok • Asas-asas dalam bimbingan kelompok 	15 menit
	2. Peralihan <ul style="list-style-type: none"> • Ice breaking • Kesiapan mengikuti bimbingan kelompok 	5 menit
	3. Kegiatan inti <ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan materi tentang kecerdasan emosional • Peneliti meminta siswa untuk 	15 menit

	<p>menuliskan emosi dirinya sendiri dan juga anggota lain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menentukan emosi mana yang akan diubah 	
	<p>4. Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kesimpulan • Pembuatan jadwal pertemuan ke 2 	5 menit
Jumlah waktu		40 menit
Pertemuan II	<p>1. Pembentukan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pembukaan 	2 menit
	<p>2. Peralihan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ice breaking • Kesiapan mengikuti bimbingan kelompok 	3 menit
	<p>3. Kegiatan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memulai materi dengan menonton film pendek yang berjudul "Gadis di ruang tunggu" • Menganalisis emosi satu persatu peran yang ada di film pendek tersebut. • Menentukan emosi mana yang akan diambil oleh konseli 	30 menit

	<p>4. Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kesimpulan • Jadwal pertemuan ke 3 	5 menit
Jumlah waktu		40 menit
Pertemuan III	<p>1. Pembentukan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pembukaan 	2 menit
	<p>2. Peralihan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ice breaking • Kesiapan 	3 menit
	<p>3. Kegiatan inti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peneliti memberikan artikel yang berjudul “Kisah hidup Merry Riana” untuk di baca • Menganalisis emosi yang ada pada pemeran utama dalam artikel tersebut 	30 menit
	<p>4. Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kesimpulan • Membuat jadwal pertemuan ke 4 	10 menit
	Jumlah waktu	

Pertemuan IV	1. Pembentukan	2 menit
	<ul style="list-style-type: none"> • Pertemuan 	
	2. Peralihan	3 menit
	<ul style="list-style-type: none"> • Kesiapan melakukan bimbingan kelompok 	
	3. Kegiatan	30menit
<ul style="list-style-type: none"> • Peneliti meminta siswa untuk mengamati emosi satu orang yang akan dijadikan model. • Peneliti meminta siswa untuk mempraktekkan langsung emosi yang mau diambil dari tokoh yang diamati. • Peneliti meminta siswa menuliskan pengalamannya dengan emosi baru mereka dan laporan hasil pengamatan • implementasikan perilaku baru dan akan dibahas di pertemuan selanjutnya 		
4. Penutup	5menit	
<ul style="list-style-type: none"> • Kesimpulan • Membuat jadwal pertemuan ke 5 		
Jumlah waktu		40 menit

Pertemuan V	1. Pembentukan <ul style="list-style-type: none">• Pembukaan	2 menit
	2. Peralihan <ul style="list-style-type: none">• kesiapan kegiatan	3 menit
	3. kegiatan inti <ul style="list-style-type: none">• Peneliti meminta laporan hasil pengamatan siswa• Peneliti meminta siswa untuk menceritakan emosi mana yang sudah di ubah dan diterapkan dalam kehidupan sehari – hari .• Peneliti meminta siswa menceritakan pengalamannya selama melakukan perilaku baru	25 menit
	4. penutup <ul style="list-style-type: none">• kesimpulan• menutup kegiatan kelompok dengan memberikan format evaluasi	10 menit
	Jumlah waktu	40 menit
<i>Post test</i>		
Alokasi waktu untuk tiap sesi	200 menit	

F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data diperoleh melalui angket dengan pertanyaan tertutup. Angket adalah teknik pengumpulan data dengan menyerahkan daftar pertanyaan untuk diisi sendiri oleh responden. Jenis pertanyaan yang digunakan yaitu pertanyaan tertutup, pertanyaan tertutup adalah pertanyaan yang jawabannya sudah disediakan sehingga responden memilih salah satu jawaban yang yang sudah disediakan dengan memberikan tanda, misalnya melingkari huruf di depan jawaban yang dipilih.⁴

Pilihan jawaban untuk mengisi angket menggunakan skala Likert, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau atau sekelompok orang tentang fenomena sosial⁵. Pada angket kecerdasan emosional terdapat empat alternatif pilihan jawaban, yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Empat pilihan jawaban dibuat bertujuan untuk menghindari kecenderungan responden menjawab netral.

Adapun sistem pemberian skor ditetapkan dengan kriteria sebagai berikut :

⁴ Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: Remaja Roesdakarya, 2008), h.65-66

⁵ Sugiyono, op. cit., h.134-135

Tabel 3.3
Kriteria Pemberian Skor

Pilihan Jawaban	Skor	
	Butir +	Butir -
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

1. Definisi Konseptual

Variabel X dalam penelitian ini adalah media bimbingan konseling dalam bimbingan kelompok dan variabel Y adalah pengaturan diri. Dengan mengacu pada pendapat para ahli mengenai bimbingan kelompok maka dalam penelitian ini secara konseptual bimbingan kelompok adalah suatu layanan bimbingan yang di berikan kepada siswa secara bersama-sama atau kelompok agar kelompok itu menjadi besar, kuat, dan mandiri⁶

Bimbingan kelompok dengan media bimbingan konseling yang dimaksudkan adalah sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan bimbingan dan konseling yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa/konseli untuk memahami diri, mengarahkan diri, mengambil keputusan serta

⁶ Prof. Dr. Prayitno, M.SC.ED, Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil), (Ghalia Indonesia: Jakarta,1995), h.61

memecahkan masalah yang dihadapi dalam layanan bimbingan kelompok.

. Sedangkan pengaturan diri adalah menangani emosi kita sendiri sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

2. Definisi Operasional Pengaturan Diri

Kecerdasan Emosional merupakan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik pada dirinya sendiri maupun pada orang lain, kemampuan dalam membina hubungan dengan orang lain dan memiliki daya atau kepekaan yang paling penting dalam diri. Kecerdasan emosional ini mencakup area menempatkan pribadi yang dibuat Goleman kedalam dasar tentang kecerdasan emosi yang dicetuskan menjadi 5 (lima) wilayah kecerdasan emosional yang dapat menjadi pedoman bagi individu untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari, yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati, ketrampilan sosial.⁷ Peneliti hanya mengambil satu wilayah kecerdasan emosional yang akan dijadikan sebagai indikator dalam kisi-kisi instrument yaitu pengaturan diri. Pengaturan diri

⁷ Daniel Goleman, 1997, Op.cit, h.57.

memiliki deskripsi yaitu mampu menerima kegagalan, mampu mengelola perasaan, dan juga mampu mengelola ego dengan baik.

a. Kisi-kisi

Berdasarkan definisi operasional yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti menyusun kisi-kisi instrumen sebagai berikut :

Tabel 3.4 *Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba Pengaturan Diri* sebelum uji coba

No.	Dimensi	Deskriptor	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Pengaturan diri	- Menerima kegagalan	1,2	3,4	4
		- Mengelola perasaan	5,6	7,8	4
		- Mampu mengelola ego dengan baik	9,10	11,12	4

G. Hasil Uji Coba Instrumen

a) Pengujian Validitas

Suatu instrumen yang memiliki validitas tinggi dapat menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut.

Sedangkan suatu instrumen yang memiliki validitas rendah akan menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran. Jadi, pengertian valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.⁸

Rumus validitas yang digunakan dalam instrumen ini adalah korelasi *Product Moment Pearson* dengan rumus sebagai berikut :

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

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien korelasi variabel X dan variabel Y

ΣX : Jumlah nilai variabel bebas

ΣY : Jumlah nilai variabel terikat

N : Banyaknya responden

X : Skor butir soal

Y : Skor total

Σxy : Jumlah skor antara X dan Y

ΣX^2 : Jumlah kuadrat skor variabel (X)

⁸Sugiyono, op. cit., h.348

Σy^2 : Jumlah kuadrat skor variabel (Y)

Dalam penelitian ini, pengujian validitas akan dilakukan dengan menggunakan teknik *Product Moment Pearson* dengan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) 20.0 for windows. Untuk menentukan valid atau tidaknya sebuah pernyataan dilakukan dengan cara membandingkan taraf signifikansi hitung dengan tingkat kesalahan (alpha) yang telah ditentukan, apabila taraf signifikansi hitung lebih kecil dari pada tingkat kesalahan (alpha) maka pernyataan dianggap valid, dan apabila taraf signifikansi hitung lebih besar dari pada tingkat kesalahan (alpha) maka pernyataan dinyatakan tidak valid. Tingkat kesalahan (alpha) yang ditentukan dalam pengujian validitas ini adalah sebesar 0.05. Setelah dilakukan uji validitas, hasil yang diperoleh dapat dilihat pada tabel 3.5

Tabel 3.5

Butir pernyataan setelah uji validitas

No	Butir Valid	Butir Tidak Valid
Pernyataan	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12	0
Jumlah butir	12	0

b) Pengujian Realibilitas

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Reliabel artinya dapat dipercaya.⁹ Pengujian realibilitas dalam instrumen penelitian ini akan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 17.0 for windows*. Kriteria pengujian reliabilitas untuk memberikan keputusan pada sebuah butir pernyataan dapat dianggap reliabel, dengan menggunakan interpretasi terhadap koefisien korelasi yang diperoleh atau nilai r yang dilihat dari tabel interpretasi nilai r , yaitu:

Tabel 3.6
Tabel Interpretasi Nilai r ¹⁰

Besarnya nilai r	Interpretasi
Antara 0.800 sampai dengan 1.00	Tinggi
Antara 0.600 sampai dengan 0.800	Cukup
Antara 0.400 sampai dengan 0.600	Agak rendah
Antara 0.200 sampai dengan 0.400	Rendah
Antara 0.000 sampai dengan 0.200	Sangat rendah (tidak berkorelasi)

⁹Suharsimi Arikunto, op. cit., h.178

¹⁰Ibid.,h. 319

Dari hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan pada butir pernyataan yang valid, didapatkan angka reliabilitas sebesar 0,718 yang berarti cukup, artinya instrumen kecerdasan emosi reliabel dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.

H. Instrumen Final

Setelah dilakukan uji validitas dan realibilitas pada instrumen harga diri, maka instrumen final yang akan digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 3.7
Kisi-kisi instrumen setelah uji coba

No.	Dimensi	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Pengaturan diri	- Menerima kegagalan	1,7	2,8	4
		- Mengelola perasaan	3,9	4,10	4
		- Mampu mengelola ego dengan baik	5,11	6,12	4

I. Kategorisasi Data Penelitian

Tujuan kategorisasi ini adalah menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut satu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Karena kategorisasi bersifat relative sehingga kita boleh menetapkan secara subjektif luas interval setiap kategori yang kita inginkan selama penetapan itu berada pada batas kewajaran¹¹. Jadi kategorisasi yang digunakan pada instrument ini adalah kategorisasi dua jenjang. Dalam penelitian ini diberlakukan norma kategorisasi dengan kriteria: tinggi dan rendah. Penentuan kategorisasi dilakukan dengan menentukan *mean* terlebih dahulu.

Tabel 3.8
Kategorisasi Hasil Penelitian

Kategori	Kriteria Jenjang
Tinggi	$X > \mu$ (39)
Rendah	$X < \mu$ (39)

Keterangan :

X : Skor mentah sampel

μ : rata – rata distribusi dalam populasi

¹¹ Saifuddin Azwar, 2007, Sikap Manusia. Teori dan pengukurannya, Edisi ke-2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

J. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Wilcoxon Match Pairs* dengan menggunakan bantuan aplikasi *Statistical Package for The Social Science (SPSS)* versi 20.0. *Wilcoxon Match Pairs* sendiri digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel berkorelasi bila datanya berbentuk ordinal.¹² Dalam penelitian ini, hasil skor kelompok eksperimen akan dibandingkan dengan hasil skor kelompok kontrol untuk mengukur pengaruh perlakuan dan menarik kesimpulan.

Hipotesis dalam penelitian ini diuji pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ atau dengan tingkat kesalahan sebesar 5%. Kriteria uji hipotesis pada penelitian ini adalah:

Ho ditolak = nilai asymp. Sig < Signifikansi $\alpha = 0.05$

Ho diterima = nilai asymp. Sig > Signifikansi $\alpha = 0.05$

¹²Sugiyono, *Op.cit*, h. 68