

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melakukan pengembangan buku media *self-help book* mengenai literasi depresi pada siswa kelas 10 SMAN Unggulan MH Thamrin Jakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di sekolah SMAN Unggulan MH Thamrin Jakarta. Sekolah ini merupakan sekolah unggulan yang dibuat dan diawasi oleh Suku Dinas Pendidikan DKI Jakarta dimana sekolah ini hanya menerima siswa yang memiliki kemampuan dan kecerdasan di atas rata-rata melalui serangkaian tes di awal. SMAN Unggulan MH Thamrin Jakarta berlokasi di Bambu Apus, Cipayung, Jakarta Timur.

2. Waktu Penelitian

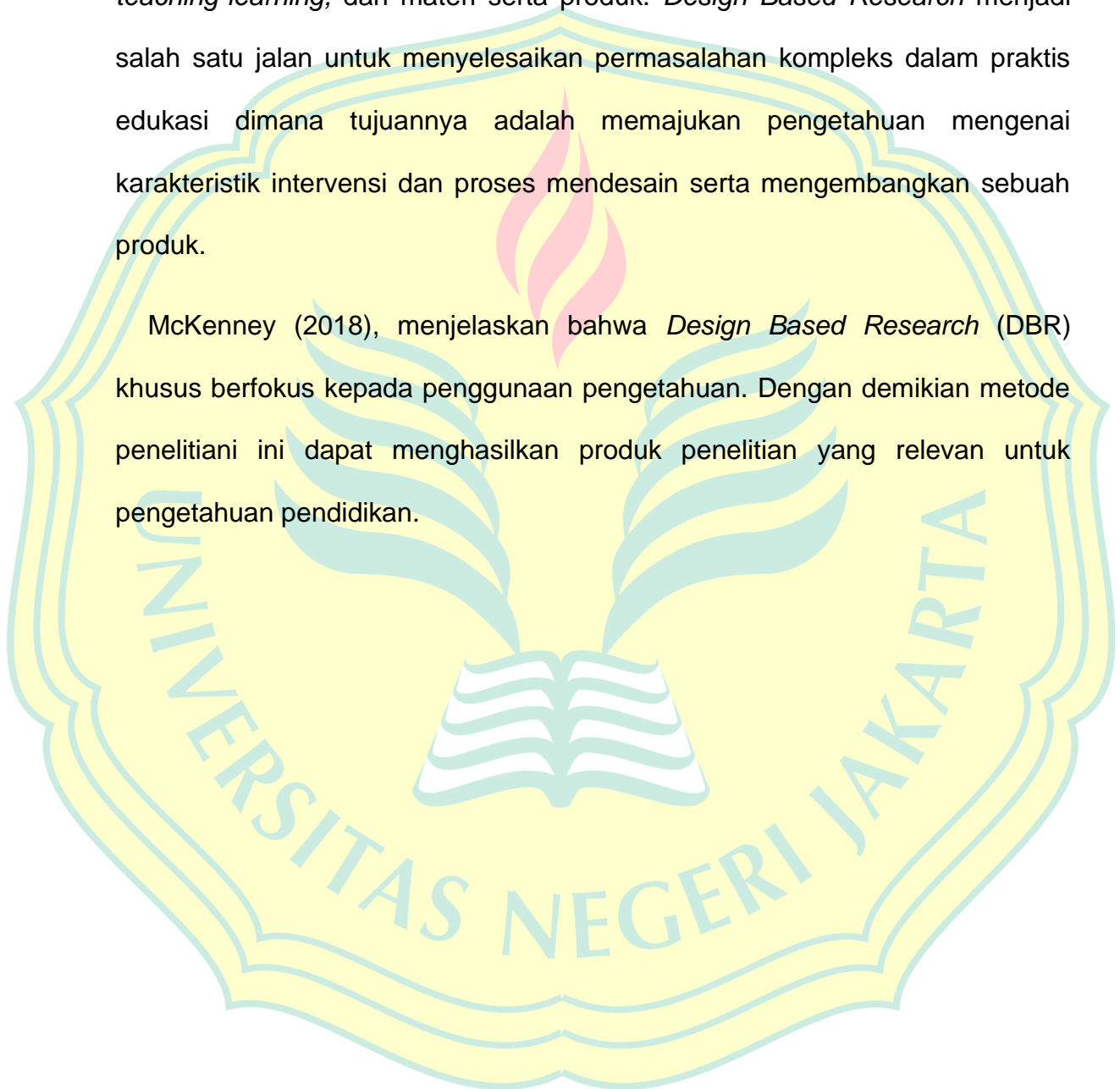
Penelitian ini berlangsung sejak bulan April – November 2020

C. Metode Penelitian

Metode yang dipilih dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan yang biasa disebut *Design Based Research* (DBR) atau *Educational Design Research*.

Akker, Bannan, Kelly, Nieveen, & Plomp (2010), menjelaskan *Design Based Research* (DBR) adalah sebuah sistematis mengenai studi mendesain, mengembangkan dan mengevaluasi intervensi edukasi seperti program, strategi *teaching-learning*, dan materi serta produk. *Design Based Research* menjadi salah satu jalan untuk menyelesaikan permasalahan kompleks dalam praktis edukasi dimana tujuannya adalah memajukan pengetahuan mengenai karakteristik intervensi dan proses mendesain serta mengembangkan sebuah produk.

McKenney (2018), menjelaskan bahwa *Design Based Research* (DBR) khusus berfokus kepada penggunaan pengetahuan. Dengan demikian metode penelitian ini dapat menghasilkan produk penelitian yang relevan untuk pengetahuan pendidikan.

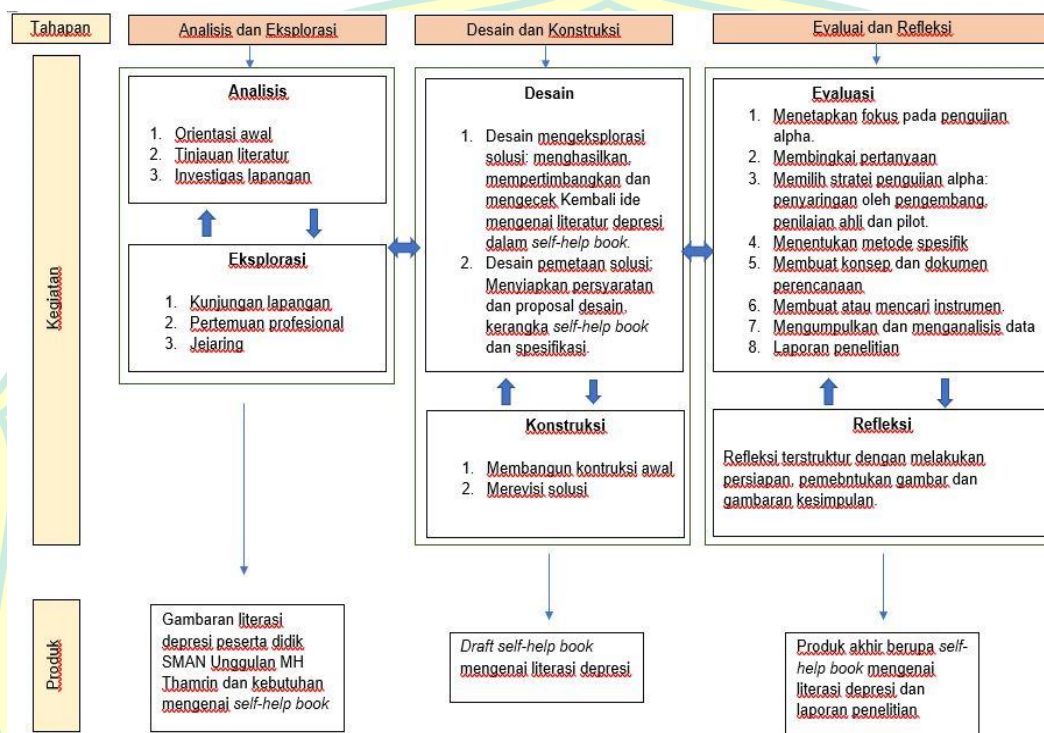


D. Prosedur Pengembangan

Prosedur penelitian pengembangan *self-help book* dapat dilihat pada **gambar**

III.1 di bawah ini:

Gambar 0.1 Prosedur Penelitian Pengembangan *Self-help Book*



1. Analisis dan Eksplorasi

a. Analisis

1) Orientasi Awal

Diawali dengan menuliskan permasalahan. Dalam tahapan awal ini, peneliti akan menuliskan salah satu yang menjadi permasalahan, yaitu kurangnya literasi depresi yang dimiliki peserta didik. Kemudian, Peneliti mencari permasalahan mengapa fenomena ini dapat terjadi,

mencari kebutuhan dan faktor apa saja yang dapat membantu mengurangi fenomena yang dialami peserta didik.

2) Tinjauan Literatur

Selanjutnya, Peneliti mencari tentang literasi depresi dan *self-help book* dan mencari sumber seperti artikel ilmiah, *self-help book* yang pernah dibuat, program literasi depresi, buku, dan website yang terpercaya sebagai tinjauan literatur yang akan dilakukan peneliti.

3) Investigasi Lapangan

Investigasi lapangan adalah kegiatan yang dilakukan peneliti untuk melihat kemungkinan apa saja yang dapat mengembangkan ide dan melihat permasalahan apa saja yang dihadapi peserta didik. Investigasi lapangan dimulai dengan melakukan studi pendahuuluan di SMAN Unggulan MH Thamrin. Peneliti menggunakan angket kebutuhan mengenai media *self-help book*, melakukan wawancara dengan peserta didik, berdiskusi dengan guru BK serta pembina asrama, dan memberikan instrumen *Kutcher Depression Adolescent* dan *Depression Literacy Questionnaire*.

b. Eksplorasi

1) Kunjungan Lapangan

Peneliti melakukan kunjungan lapangan dengan melakukan pengamatan kondisi lapangan di SMA Unggulan MH Thamrin. Peneliti melakukan kegiatan wawancara, observasi, dan memberikan angket tingkat literasi depresi siswa.

2) Pertemuan Profesional

Pertemuan profesional yang dilakukan oleh peneliti adalah menemui dosen pembimbing untuk mendiskusikan lebih lanjut apa yang harus dilakukan selanjutnya setelah mendapatkan data yang dapat menunjang penelitian ini.

3) Jejaring

Jejaring yang dibangun oleh peneliti adalah membangun jejaring dengan dosen pembimbing, dosen ahli media yang akan membantu menilai produk yang dikembangkan, dan ilustrator yang membantu mendesain *self-help book*.

2. Desain dan Konstruksi

a. Desain

1) Desain Eksplorasi

Di tahapan ini peneliti mulai mencari ide yang berkaitan dengan *self-help book* yang akan dikembangkan. Dalam pengembangan produk ini, peneliti mempertimbangkan dari hasil angket kebutuhan media *self-help book* yang telah diberikan. Peneliti juga mencari

referensi yang berkaitan dengan pengembangan *self-help book* khususnya mengenai literasi depresi.

Selanjutnya, peneliti akan mengecek Kembali ide yang berkaitan dengan konteks literasi depresi yang akan dikembangkan lewat *self-help book*. Lalu, disesuaikan dengan teori yang telah dipaparkan dalam bab kajian teori.

2) Desain *Mapping Solution*

Peneiliti merancang seluruh proses penelitian dimulai dengan menentukan karakteristik permasalahan, subjek penelitian, tempat penelitian, menentukan waktu penelitian, serta *self-help book* mengenai literasi depresi. Setelah peneliti membuat desain kerangka seputar isi dari *self-help book* yang akan dikembangkan seperti detail setiap judul mulai dari pendahuluan hingga kesimpulan.

Selanjutnya, menyusun tujuan pembelajaran dari media *self-book* yang dikembangkan, yaitu diharapkan setelah membaca *self-help book* mengenai literasi depresi ini peserta didik dapat memiliki pengetahuan literasi depresi. Dasar pengukuran yang digunakan untuk mencapai tujuan adalah “peserta didik dapat memahami depresi, mengidentifikasi penyebab depresi, mengidentifikasi gejala-gejala depresi, memahami fakta dan mitos seputar depresi, dan memiliki keterampilan mencari bantuan tenaga profesional sesegara mungkin.”

Kemudian, ilustrator membantu desain cover, isi buku, tata letak hingga ilustrasi gambar yang berkaitan dengan tema dari *self-help*

book. Kemudian, konten masuk dalam tahap pengeditan dan pemeriksaan tulisan atau ejaan yang kurang tepat. Terakhir, validitas ahli media dan ahli materi sampai akhirnya dicetak dan jika memungkinkan akan melakukan uji kelayakan media kepada peserta didik.

b. Konstruksi

1) Membangun Konstruksi Awal

Peneliti melihat bahwa *Self-help book* akan sesuai jika dijadikan media pendamping pada layanan bimbingan kelompok pada peserta didik. Media ini dapat memberikan pengetahuan mengenai literasi depresi dan meningkatkan kesadaran mereka mengenai pengetahuan seputar depresi ini.

Penggunaan *self-help book* ini dimaksudkan bagi peserta didik agar mereka dapat mempelajari materi literasi depresi dan membantu dirinya untuk memahami depresi secara tepat. Sedangkan penyajian dalam bimbingan kelompok dapat dilakukan untuk membahas bersama pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Saling berbagi pengetahuan dengan anggota kelompok lainnya mengenai pemahaman yang belum mereka pahami dan bertanya sebanyak mungkin apa yang ingin mereka ketahui lebih dalam tentang depresi.

2) Merevisi Solusi

Peneliti akan melakukan revisi solusi temuan dari berbagai jenis evaluasi dan refleksi. Mempertimbangkan melakukan revisi pada

solusi tergantung dengan hasil evaluasi dan refleksi ketika terdapat perubahan.

3. Evaluasi dan Refleksi

a. Evaluasi

1) Menetapkan Fokus

Dalam penelitian ini, peneliti menentukan untuk melakukan *Alpha Testing* sebagai evaluasi produk media mengenai literasi depresi. Pengujian *Alpha* dipilih selain dari faktor keterbatasan waktu, peneliti juga melihat fokus dari pengujian ini lebih kepada efektivitas dan dampak dari produk yang diujikan.

2) Membingkai Pertanyaan

Peneliti mempersiapkan pertanyaan selama pengujian *Alpha* mengenai kelayakan dan kekuatan dari ide-ide desain yang dipelajari. Pertanyaan diajukan untuk menguji asumsi tentang bagaimana intervensi dapat menyelesaikan masalah yang ada.

3) Memilih Strategi

Peneliti memilih strategi dasar yang sesuai dengan pengujian *Alpha*, yaitu:

a) Penyaringan oleh pengembang

Melihat kembali ide-ide desain awal untuk dievaluasi dan berbagai pertimbangan serta dianalisis. Peneliti melakukan validasi akhir dari *self-help book* mengenai literasi depresi dan

peneliti meminta bantuan orang lain untuk memberikan masukan serta pendapat.

b) Penilaian ahli

Peneliti akan melakukan evaluasi kepada dua orang sebagai uji ahli, yaitu ahli media dan ahli materi. Saran dan masukan yang diperoleh dari evaluasi akan dijadikan peneliti sebagai lanjutan pembaharuan media yang dikembangkan.

4) Menentukan Metode Spesifik

Selanjutnya, Peneliti akan memilih metode yang spesifik pada tahapan evaluasi dan refleksi, yakni melakukan wawancara, dan melakukan pengisian kuesioner.

5) Membuat Konsep dan Dokumen Perencanaan

Peneliti akan membuat konsep perencanaan yang detil mulai dari waktu yang dibutuhkan untuk pengumpulan data, biaya yang digunakan selama penelitian pengembangan media *self-help book* ini.

6) Membuat atau Mencari Instrumen

Jika kondisi memungkinkan, peneliti akan melakukan uji pilot atau *bheta* testing. Peneliti akan menyebarkan kembali instrumen mengenai literasi depresi, yakni *Depression Literacy Questionnaire* (D-Lit) untuk dapat melihat ketercapaian efektif atau tidaknya layanan bimbingan kelompok menggunakan media *self-help book* literasi depresi.

7) Mengumpulkan dan Menganalisis Data

Peneliti mengumpulkan data-data tersebut dan dianalisis. Jika terdapat beberapa revisi maka peneliti dapat mengulang kembali tahapan *Design Based Research* untuk menghasilkan produk yang lebih berkualitas.

8) Laporan Penelitian

Setelah mendapatkan data dan menganalisisnya, peneliti melaporkan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan untuk refleksi.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang mempunyai karakteristik tertentu yang dipilih peneliti untuk diteliti dan mengambil kesimpulannya (Sugiyono, 2017a). Populasi pada penelitian ini adalah peserta didik kelas 10 SMAN Unggulan MH Thamrin Jakarta berjumlah 80 orang.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *non probability incidental sampling*. Penggunaan teknik ini merupakan sebuah cara mengambil sampel secara insidental dan tidak semua orang memiliki peluang untuk berpartisipasi dalam sebuah penelitian (Sugiyono, 2017). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 70 peserta didik kelas 10 SMAN Unggulan MH Thamarin Jakarta yang diambil. Pengambilan sampel

disebarkan melalui *online* atau daring dengan menggunakan *google form* sebagai media perantara.

F. Self-help Book Mengenai Literasi Depresi

1. Definisi Konseptual

Variabel X sebagai variabel bebas yang memberikan pengaruhnya terhadap variabel lainnya yang terikat dalam penelitian ini. *Self-help book* merupakan salah satu media yang sesuai bagi individu yang ingin membantu dirinya dengan memaksimalkan kemampuan dirinya sendiri dalam menangani permasalahan pada dirinya seperti permasalahan yang berkaitan dengan emosi tanpa bantuan tenaga profesional (Bergsma, 2008). Sedangkan variabel Y merupakan variabel dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas 10 SMAN Unggulan MH Thamrin Jakarta.

Literasi depresi merupakan pengembangan dari literasi kesehatan mental. Lalu, Literasi depresi berisikan mengenai pengetahuan seputar depresi seperti pengertian, penyebab, gejala, penanganan, keterampilan untuk mengenali depresi, kemampuan untuk membantu diri (*self-help*) dan pengetahuan mengenai bantuan tenaga profesional (Gabriel & Violato, 2010).

2. Definisi Operasional

Pemberian *self-help book* kepada siswa ditujukan untuk membantu siswa dalam meningkatkan literasi depresi melalui layanan bimbingan kelompok. *Self-help book* berisikan pengetahuan mengenai literasi depresi

seperti pengertian depresi, penyebab, gejala depresi, mitos dan fakta depresi, penanganan untuk depresi hingga mencari bantuan kepada tenaga profesional.

Selanjutnya, literasi depresi berisikan mengenai pengetahuan seputar depresi seperti pengertian, penyebab, gejala, penanganan, keterampilan untuk mengenali depresi, kemampuan untuk membantu diri (*self-help*), dan pengetahuan mengenai bantuan tenaga profesional (Gabriel & Violato, 2010).

Depression literacy questionnaire memiliki 22 pernyataan yang akan dicampur dengan jawaban benar dan salah dan setiap pertanyaan dapat dijawab dengan 2 jawaban, yaitu “benar” dan “salah”. Kuisisioner ini terdiri dari 11 pertanyaan mengenai gejala atau tanda mengenai depresi dan 11 pertanyaan mengenai penanganan bagi individu yang mengalami depresi (Gulliver dkk., 2012).

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti adalah wawancara, observasi, *Kutcher Adolescent Depression Scale*, dan *Depression Literacy Questionnaire* (D-Lit).

1. Wawancara

Wawancara terlebih dahulu ditujukan kepada guru BK dan peserta didik kelas 10 di SMAN Unggulan MH Thamrin Jakarta dengan tujuan untuk mengetahui garis besar latar belakang sekolah, kondisi siswa di sekolah

dan kegiatan di sekolah tersebut. Kemudian, mengidentifikasi kecenderungan tingkat literasi depresi pada siswa.

2. Observasi

Observasi dibutuhkan sebagai penunjang data dari wawancara.

Observasi dapat dilakukan dengan mengamati kegiatan siswa di sekolah, kondisi siswa secara kognitif, dan tingkat literasi depresi pada siswa. Dari hasil pengamatan, peneliti dapat melihat seberapa besar kecenderungan tingkat literasi depresi pada siswa.

3. Kutcher Adolescent Depression Scale – 6 (KADS-6)

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuisisioner, ditujukan untuk melihat kemungkinan individu mengalami depresi. KADS – 6 dikembangkan oleh LeBlanc, Almudevar, Brooks, & Kutcher (2002). Kuisisioner ini diberikan kepada siswa dimaksudkan untuk melihat kemungkinan siswa mengalami depresi, jika ada yang mengalami depresi dapat terdeteksi lebih awal.

KADS-6 memiliki 6 item pertanyaan yang diajukan. Setiap pernyataan dalam KADS – 6 terdiri dari enam kategori, yaitu (1) Kesedihan, (2) Keputusan, (3), Kelelahan secara fisik, (4) Mengalami kesulitan dalam kehidupan, (5) Kekhawatiran, dan (6) Kecenderungan untuk bunuh diri dan menyakiti diri sendiri (*self-harm*) (Mojs dkk., 2015). Penilaian yang diberikan dalam alat pengukuran ini dapat dilihat dari empat skala poin yang diberikan dalam setiap jawaban, yaitu 0 = hampir tidak pernah, 1 = sering sekali, 2 = sebagian besar waktu, dan 3 = sepanjang waktu (Brooks, 2004).

Proses adaptasi instrumen dilakukan oleh penulis dengan cara *back translation* (Inggris - Indonesia – Inggris) dengan bantuan penerjemah profesional serta finalisasi instrumen oleh dosen pembimbing. Cara ini dimaksudkan untuk mengetahui kesamaan makna dari penerjemahan instrumen.

Tabel 0.1

Kisi-kisi Instrumen KADS-6

NO	Aspek	No. Item
1	Kesedihan	1
2	Keputusasaan	2
3	Kelelahan secara fisik	3
4	Mengalami kesulitan dalam kehidupan	4
5	Kekhawatiran	5
6	Kecendrungan untuk bunuh diri	6

a. Uji Validitas

Validitas merupakan sebuah pengukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan sebuah instrumen. Tes atau instrument dinyatakan valid apabila mampu mengukur sampel yang sedang diukur.

Uji validitas menggunakan *SPSS 22 for windows* dengan menggunakan taraf kepercayaan 0,05. Hasil yang diperoleh sebagai berikut;

Berdasarkan uji validitas yang dilakukan terdapat 5 item valid dan 1 item drop. Item valid terdapat nomor 1,2,3,4 dan 6. Untuk item drop terdapat adalah nomor 5.

b. Uji Reabilitas

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Untuk menguji dan mengetahui tingkat reliabilitas instrumen menggunakan uji *Alpha Cronbach*.

Tabel 0.2

Hasil Pengujian Reabilitas KADS-6

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,753	6

Setelah melakukan pengujian reabilitas menggunakan uji *alpha cronbach* didapat nilai 0,753.

4. Depression Literacy Questionnaire (D-Lit)

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuisisioner mengenai literasi depresi. Kuisisioner ini didesain untuk menilai kemampuan individu mengenai pengetahuannya tentang gejala dan

penanganan pada depresi. Kuisisioner ini dikembangkan oleh Griffiths, Christensen, Jorm, Evans, & Groves (2004).

Kuisisioner yang diberikan sebelum perlakuan dimaksudkan untuk melihat tingkat literasi depresi pada siswa sebelum peneliti memberikan perlakuan, yaitu memberikan *self-help book* sebagai media dalam layanan bimbingan kelompok. Sedangkan, kuisisioner yang diberikan setelah diberikan perlakuan ditujukan untuk melihat perbedaan tingkat literasi depresi pada siswa setelah diberikan perlakuan.

a. Uji Validitas

Uji validitas D-Lit menggunakan *SPSS 22 for windows* dengan taraf kepercayaan 0,05, didapatkan sebagai berikut:

Tabel 0.3
Hasil Pengujian Validitas D-Lit

Item valid	Item Drop
1,2,3,4,5,7,10,11,12,13, 14,15,16,18,20, dan 21	6,8,9,17,19 dan 22

Berdasarkan uji validitas yang dilakukan terdapat 16 item valid dan 6 item drop.

b. Uji Reabilitas

Pengujian reabilitas D-Lit menggunakan uji *alpha cronbachs* dengan menggunakan *SPSS 22 for windows*. Berikut adalah hasil dari pengujian reabilitas:

Tabel 0.4

Hasil Pengujian Reabilitas D-Lit

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,700	22

H. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah kegiatan yang dilaksanakan setelah seluruh responden yang diperlukan untuk penelitian terkumpul. Kejadiannya meliputi mengelompokkan data, mentabulasi data, melakukan perhitungan hingga menguji hipotesis yang diajukan (Sugiyono, 2017a). Berikut ini merupakan teknik data yang digunakan:

1. Teknik Analisis Data Kuantitatif

Analisis data kuantitatif diperlukan guna menganalisis data yang diperoleh dari instrumen *Depression Literacy Questionnaire*, instrumen *Kutcher Adolescence Depression Scale-6*, angket kebutuhan media, dan penilaian kelayakan pada ahli materi dan ahli media.

Pada instrumen *Depression Literacy Questionnaire* diolah secara analisis deskriptif. Respon skor mulai dari 0-3 dengan skor minimum adalah 0 dan skor maksimum 18. Skor berbentuk angka langsung digolongkan dalam dua kriteria untuk mengetahui kondisi siswa mengenai depresi secara deskriptif.

Tabel 0.5

Kriteria Tingkat Depresi

Total skor	Kategori
6 <	"Terindikasi kemungkinan tidak mengalami depresi"
6 >	"Kemungkinan mengalami depresi" (dan butuh penilaian lebih lanjut)

Selanjutnya pengumpulan data pada angket kebutuhan media. Angket kebutuhan media digunakan skala Guttman yang dibuat dalam bentuk pilihan ganda. Jawaban setuju (Ya) dinilai 1 dan tidak setuju (Tidak) dinilai 0.

$$P = \frac{\sum x}{\sum x_i} \times 100\%$$

Keterangan:

P = angka persentase

$\sum x$ = total jumlah skor jawaban responden

$\sum x_i$ = skor ideal

Selanjutnya, Skor diwakilkan dalam bentuk persentase dikategorikan dalam beberapa kategori untuk dijadikan dasar pengukuran peneliti dalam menganalisis data. Menurut Sugiyono (2017) kriteria analisis data sebagai berikut:

Tabel 0.6

Kriteria Analisis Data

Persentase Jawaban	Kategori
P = 0	Tak Seorang Pun
0 < P < 25	Sebagian Kecil
25 ≤ P < 50	Hampir Setengahnya
P = 50	Setengahnya
50 < P < 75	Sebagian Besar
75 ≤ P < 100	Hampir Seluruhnya
P = 100	Seluruhnya

Pada angket *Depression Literacy Questionnaire* diolah secara analisis deskriptif. Respon skor hanya 0 dan 1 dengan skor minimum adalah 0 dan

skor maksimum 22. Skor berbentuk angka langsung digolongkan dalam 3 kriteria untuk mengetahui kondisi siswa mengenai seberapa jauh pengetahuan siswa mengenai literasi depresi.

Tabel 0.7

Kategori Tingkatan Pemahaman Literasi Depresi

Total skor	Kategori
0 – 7,3	Rendah
7,3 – 14,7	Sedang
14,7 - 22	Tinggi

Selanjutnya, teknik analisis data dalam instrumen pengujian ahli materi dan ahli media. Uji validasi produk, yakni materi dan media dilakukan dengan penilaian dari oleh ahli yang memiliki pengalaman dan ahli dalam bidangnya untuk menilai produk yang dirancang. Adapaun perhitungan, yakni *rating scale* ditentukan menggunakan rumus, sebagai berikut:

$$P = \frac{\text{Skor hasil pengumpulan data}}{\text{Skor ideal}} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Angka presentase

Skor ideal = skor tertinggi tiap butir x jumlah butir pernyataan

