

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang penulis lakukan adalah penelitian eksperimen. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiono “metode kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang memandang suatu realitas itu dapat diklasifikasi, konkret, teramati dan terukur hubungan variabelnya bersifat sebab akibat dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik”.<sup>1</sup> Penelitian kuantitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang bersifat objektif mencakup pengumpulan dan analisis data kuantitatif serta menggunakan metode pengujian statistik.<sup>2</sup>

#### B. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan bentuk *Pre-experimental designs* tipe *one group pretest-posttest*. *Pre-experimental designs* desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel

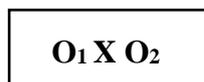
---

<sup>1</sup>Untung Nugroho, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Pendidikan Jasmani*, (Purwodadi: Sarnu Untung, 2018), h. 40.

<sup>2</sup>Asep Hermawan dan Husna Leila Yusran, *Penelitian Bisnis Pendekatan Kuantitatif*, (Depok: Kencana, 2017), h. 5-6.

dipenden. Jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dipenden bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random.<sup>3</sup>

Desain eksperimen yang penulis lakukan ialah *one group pretest-posttest* dimana pada desain ini terdapat pretest, sebelum diberi perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

O<sub>1</sub> = Nilai *pretest* (sebelum diberi konseling)

X = Perlakuan terhadap kelompok eksperimen

O<sub>2</sub> = Nilai *posttest* (sesudah diberikan konseling)

### C. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian merupakan tempat dilakukannya penelitian, lokasi penelitian dapat memberikan keterangan nyata dan relevansi dari hasil penelitian. Penelitian dilakukan atas pertimbangan diantaranya yaitu ada kasus pada lokasi yang diteliti.<sup>4</sup> Penelitian ini penulis lakukan di MAN Barito Utara yang

---

<sup>3</sup>Sugiyono, *Metode Peneliti Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), h.74.

<sup>4</sup>Budiono Saputro, *Manajemen Penelitian Pengembangan Research & Development*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2017), h. 28.

berlokasi di Jl Rajawali No. 07 Muara Teweh Kab. Barito Utara Kalimantan Tengah.

#### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>5</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII MIPA 3 MAN Barito Utara tahun ajaran 2021/2022 yang berjumlah 28 siswa.

##### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representif (mewakili).<sup>6</sup> Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini penulis menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel karena adanya suatu tujuan atau suatu pertimbangan tertentu.<sup>7</sup> Sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 orang berdasarkan hasil pretest, sampel yang dipilih yaitu siswa yang

---

<sup>5</sup>*Ibid*, h. 80.

<sup>6</sup>*Ibid*, h.81

<sup>7</sup>Yulingga Nanda Hanief dan Wasis Himawanto, *Statistik Pendidikan*, (Deepublish: Yogyakarta, 2017), h. 43.

masuk dalam kategori rendah sesuai dengan hasil pengisian skala pretest siswa di MAN Barito Utara.

## E. Data dan Sumber Data

### 1. Data

Data adalah sesuatu yang belum mempunyai arti bagi penerimaannya dan masih memerlukan adanya suatu pengolahan. Data bisa berwujud suatu keadaan, gambar, suara, huruf, angka, matematika, bahasa ataupun simbol-simbol lainnya yang bisa kita gunakan sebagai bahan untuk melihat lingkungan, obyek, kejadian ataupun suatu konsep.<sup>8</sup> Data sebagai keterangan yang digunakan dalam penelitian ini ada pokok dan data penunjang, yaitu:

#### a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya. Data primer dalam penelitian ini adalah data yang berkenaan dengan hasil *pretest* dan *posttest* kuesioner atau skala kepercayaan diri siswa Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara.

---

<sup>8</sup>Sandu Sitoyo dan M. Ali Sodik, *Dasar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), h. 67.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang telah ada (peneliti sebagai tangan kedua). Pada penelitian ini data sekunder yang digunakan ialah pelengkap yang mendukung data primer. Data sekunder meliputi gambaran umum lokasi penelitian, kondisi siswa dan kondisi tenaga pendidik di lokasi penelitian.

2. Sumber Data

Menurut Suharsimi Arikunto, yang dimaksud sumber data adalah subyek dari mana data-data diperoleh.<sup>9</sup> Adapun sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Informan

Informan dalam penelitian ini merupakan sumber data berupa informasi yang diperoleh melalui Guru Bimbingan dan Konseling.

b. Responden

Responden merupakan siswa yang diberikan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan teknik A-B-C-D.

---

<sup>9</sup>Vina Herviani dan Angky Febriansyah, "Tinjauan Atas Proses Penyusunan Laporan Keuangan pada Young Entrepreneur Academy Indonesia Bandung" dalam *Jurnal Riset*, Vol. 8 No. 2 Oktober 2016, h. 23.

## F. Teknik Pengumpulan Data

### 1. Skala

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.<sup>10</sup> Kuesioner (skala) ini ditujukan untuk siswa di MAN Barito Utara.

Penyusunan kuesioner (skala) memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Soal dan pemberian skor mengacu pada indikator.
- b. Sesuai dengan tujuan penelitian.
- c. Butir-butir angket berbentuk pertanyaan.
- d. Kuesioner (skala) memenuhi kriteria ukur statistik yaitu validitas dan reliabilitas instrument penelitian.

Untuk mempermudah responden atau siswa dalam mengisi kuesioner tersebut, maka penulis menggunakan bentuk jawaban skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial.<sup>11</sup>

Metode ini digunakan pada saat *pre-test* untuk mengukur sejauh mana tingkat kepercayaan diri peserta didik sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Metode ini juga digunakan saat *post-test* untuk mengukur

---

<sup>10</sup>Sugiyono, *Metode Peneliti Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, h. 142.

<sup>11</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif.....*, h, 93.

sejauh mana tingkat kepercayaan diri siswa sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Adapun Skala dalam penelitian ini penulis mengadopsi dari skripsi yang ditulis oleh Siti Warsiyanti yang berjudul “*Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 2 Andong Kabupaten Boyolali Tahun Pelajaran 2012/2013*”

**Tabel 3.1 Skor Alternatif Jawaban**

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban			
	Selalu	Sering	Kadang-Kadang	Tidak Pernah
<i>Favorable</i> (Pernyataan positif)	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i> (pernyataan negatif)	1	2	3	4

Setelah hasil skala diketahui, lalu kemudian hasil skala direkapulasi dengan kepercayaan diri siswa yang ditentukan oleh interval yang dibuat dengan rumus:

$$I = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

I = Interval

NT = Nilai Tertinggi

NR = Nilai Terendah

K = Jumlah kategori

Jadi interval untuk menentukan kepercayaan diri peserta didik adalah:

- a. Skor tertinggi :  $4 \times 40 = 160$
- b. Skor terendah :  $1 \times 40 = 40$
- c. Rentang :  $160 - 40 = 120$
- d. Jarak internal :  $120 : 4 = 30$

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria kepercayaan diri berdasarkan indikator pada tabel 4 sebagai berikut:

**Tabel 3.2 Kriteria Kepercayaan Diri**

Interval	Kriteria	Deskripsi
130 - 160	Tinggi	Siswa masuk dalam kategori tinggi, telah menunjukkan kepercayaan diri yang ditandai dengan mampu mengembangkan potensi diri dan aktualisasi diri secara maksimal.
99 - 129	Sedang	Siswa masuk dalam kategori sedang, terlihat menunjukkan kepercayaan diri dengan ditandai mampu menunjukkan potensi diri tetapi belum sepenuhnya dimunculkan.

68 - 98	Rendah	Siswa masuk dalam kategori rendah, ditandai dengan ketidak yakinan siswa dengan potensi yang dimiliki, masih ragu memunculkan potensi yang dimiliki.
37 - 67	Sangat Rendah	Siswa masuk dalam kategori sangat rendah, ditandai dengan ragu dan belum berani memunculkan potensi dirinya.

**Tabel 3.3 Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Penelitian**

Variabel	Indikator	No Item	
		(+)	(-)
Kepercayaan Diri Siswa	1. Cinta diri	9,17,21,25,29	1,5,13,33,37
	2. Pemahaman diri	6,14,26,2,30,	38,10,34,18,22
	3. Tujuan hidup yang jelas	15,27,3,19,7,11	35,39,23,31,
	4. Berpikir positif	28,4,12,16,24	36,8,20,40,32

Sebelum angket digunakan, maka penulis menguji kevalidan dan reliabel kuesioner tersebut untuk mengetahui kuesioner layak untuk digunakan, berikut langkah-langkah pengujian instrumen:

a. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan kevalidan atau kesahihan suatu instrumen penelitian. Pengujian validitas mengacu pada sejauh mana suatu instrumen dalam menjalankan fungsi. Instrumen dikatakan valid jika instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur.<sup>12</sup> Dalam pengujian ini penulis menggunakan menggunakan uji dengan teknik korelasi jawaban disetiap item dikorelasikan dengan total skor, dengan menggunakan SPSS.

Agar mengetahui validitas instrumen maka digunakan teknik korelasi produk moment sebagai berikut:

$$R_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{N\sum X^2 - (\sum X)^2} \{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}$$

Keterangan:

$R_{xy}$  = Koefiensi korelasi suatu butir/item

$N$  = Jumlah responden

$\sum XY$  = Jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum Y$  = Jumlah skor dalam distributor Y

$\sum X$  = jumlah kuadrat masing-masing skor X<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup>Slamet Riyanto dan Aglis Andhita Hatmawan, *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan*, (Yogyakarta, Deepublish, 2020), h. 63.

<sup>13</sup>*Ibid*, h. 63.

## b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur adalah ketetapan alat tersebut dalam mengukur apa yang diukuranya. Artinya kapan pun alat ukur tersebut digunakan akan memberikan hasil ukur yang sama.<sup>14</sup> Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan program *SPSS for windows relase 25*, rumus yang digunakan adalah rumus *cronbach alpha*. Apabila nilai *alpha* lebih dari 0.60 maka instrumen dinyatakan reliabel.

## 2. Wawancara

Menurut Sangadji dan Sopiah teknik wawancara adalah teknik yang dilakukan dengan cara bertanya langsung kepada responden dan informan. Menurut Sudaryono wawancara dapat dilakukan tatap muka secara individu atau kelompok. Menurut Suharsaputra wawancara yang terstruktur yang dilakukan pada kuantitatif merupakan seperangkat pertanyaan secara lisan yang disiapkan dalam administrasi diri dalam pengembangannya, pertanyaan biasanya berupa pilihan sehingga subjek memilih respon dari pilihan yang dihasilkan oleh wawancara.<sup>15</sup>

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan disini yaitu dengan bertanya langsung dengan informan. Informan yang dimaksud penulis yaitu guru Bimbingan dan Konseling di MAN Barito Utara.

---

<sup>14</sup>*Ibid*, h. 75.

<sup>15</sup>Pinton, Setya Mustafa, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Olah Raga*, (Malang: UniversitasNegeri Malang, 2020), h. 67.

### 3. Observasi

Menurut Sutrisno, observasi merupakan suatu proses yang kompleks, yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis.<sup>16</sup> Observasi dalam penelitian ini dilakukan untuk melihat perubahan kepercayaan diri sebelum dan sesudah diberikannya konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

### 4. Dokumentasi

Menurut Winarno dokumentasi metode mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, agenda dan sebagainya. Menurut Sukadinata dokumentasi ialah dokumen-dokumen yang dihimpun dan dipilih sesuai dengan tujuan dan fokus masalah.

## **G. Desain Pengukuran**

Skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Desain pengukuran yang peneliti gunakan dalam penelitian ini yaitu skala *likert*.

---

<sup>16</sup>Sugiyono, *Metode Peneliti Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* h. 145.

### 1. Skala *likert*

Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian.

Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala *likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif, yang berupa:<sup>17</sup>

- |                        |   |
|------------------------|---|
| a. Sangat setuju       | 4 |
| b. Setuju              | 3 |
| c. Tidak setuju        | 2 |
| d. Sangat tidak setuju | 1 |

## H. Teknik Analisis Data

Menurut Arikunto yang dikutip oleh Sugiyono, mengemukakan realibilitas adalah kemantapan alat pengumpul data sehingga akan diajukan uji coba tes. Instrumen yang reliabel adalah instrument yang bila digunakan beberapa kali akan menghasilkan data yang konsisten sama. Pengujian ini akan menggunakan bantuan program *SPSS For Windows Relase 25*.

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil angket, tes, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori

---

<sup>17</sup>*Ibid*, h. 92-93.

menjabarkan keadaan unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan membuat simpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>18</sup>

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya peningkatan kepercayaan diri peserta didik dalam mengembangkan potensi, maka dapat digunakan uji T (*t-test*) dua sampel sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r \left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right) \left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Keterangan:

$\bar{X}_1$  : Rata-rata sampel 1

$\bar{X}_2$  : Rata-rata sampel 2

$s_1$  : Simpangan baku sampel 1

$s_2$  : Simpangan baku sampel 2

$s_1^2$  : Varians sampel 1

$s_2^2$  : Varians sampel 2

$r$  : Korelasi antara 2 sampel

---

<sup>18</sup>Slamet Riyanto dan Aglis AndhitanHatmawan, h.57.