

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

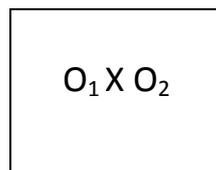
1. Jenis Penelitian

Jenis penelitiannya adalah lapangan (*Field Research*). Yaitu penelitian yang terjun langsung ke lapangan untuk menggali, data dan mengumpulkan data yang diperlukan.

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen *Pre-Experimental Designs* metode ini digunakan karena dalam penelitian ini sampel tidak dipilih secara random. Desain eksperimen *One Group Pretest Posttest Design*.¹ Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:

Tabel 3.1. Rumus *One Group Pretest-Posttest Design*



Keterangan :

O_1 = nilai *pretest* (sebelum diberi konseling)

O_2 = nilai *posttest* (setelah diberi konseling)

X= perlakuan terhadap kelompok eksperimen

¹ Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), h. 96

Variabel penelitian ini terdiri atas satu variabel, yaitu:

1. Variabel bebas (X) adalah keefektifan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).
2. Variabel terikat (Y) adalah kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional.

B. Populasi dan Sampel

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.² Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII di sekolah MAN 2 Paringin dan satu orang konselor yang akan melaksanakan Konseling Kelompok.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.³ Sampel yang digunakan hanya kelas XII maka digunakan teknik penarikan sampel *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁴

Subjek yang digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini diperoleh dari kelas XII IPS 1, XII IPS 2, dan kelas XII AGAMA. Subjek penelitian ditetapkan dengan beberapa kriteria berdasarkan ketentuan konseling kelompok, tujuan

² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 117

³ *Ibid*, h. 118

⁴ *Ibid*, h. 124

pelaksanaan konseling kelompok yang diberikan yaitu menggunakan pendekatan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Penetapan sampel dalam penelitian ini dengan memberikan skala kecemasan kepada 59 siswa kelas XII IPS 1, XII IPS 2, dan XII AGAMA. Penggunaan skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional sekaligus untuk menjangkau subjek yang memiliki tingkat kecemasan yang sangat tinggi dan tinggi untuk kemudian menjadi subjek penelitian.

Hasil analisis skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional tersebut diperoleh 10 orang dengan kategori tinggi, sedang, dan rendah. Rincian hasil penjangkauan dengan menggunakan skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional dapat dilihat pada tabel 3.2 sebagai berikut:

Tabel 3.2 Hasil Penjangkauan Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

Kategori	Jumlah Siswa
Sangat Tinggi	-
Tinggi	8
Sedang	41
Rendah	10
Sangat Rendah	-

Berdasarkan hasil penjangkauan dengan menggunakan skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional diperoleh 8 orang yang memiliki kategori rendah dan peneliti mengambil sampel 1 orang dengan kategori sedang dan 1 orang dengan kategori tinggi, jadi total sampel dalam penelitian ini ada 10 orang.

C. Data dan Sumber Data dan Teknik Pengumpulan Data

1. Data

Data yang digali dalam penelitian ini ada dua macam yaitu data primer dan data sekunder, data primer sebagai data penelitian dan data sekunder sebagai data penunjang.

a. Data Primer

- 1) Data hasil *pre-test* skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional dalam rangka penjarangan subjek penelitian sebagai konseli.
- 2) Data hasil *post-test* skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional konseli.
- 3) Data hasil analisis konseling intervensi mengatasi kecemasan menghadapi Ujian Nasional.

b. Data Sekunder

Data hasil observasi kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional dan data pelaksanaan intervensi konseling terhadap konseli.

Tabel 3.3 Data Siswa Kelas XII

NO	KELAS	Jumlah
1	XII IPS 1	22 orang
2	XII IPS 2	21 orang
3	XII AGAMA	22 orang

2. Sumber Data

Sumber data mengenai penelitian tentang keefektifan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengatasi kecemasan siswa mebhgadaki Ujian Nasional di MAN 2 Paringin melalui:

- a. Responden yaitu sampel dari penelitian 10 orang siswa kelas XII MAN 2 Paringin.
- b. Informan yaitu guru Bimbingan dan Konseling, dan staf tata usaha.
- c. Dokumen yaitu data-data mengenai sekolah.

D. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data di atas peneliti menggunakan teknik pengumpulan data, yaitu sebagai berikut:

1. Skala Kecemasan

Skala kecemasan, dalam penelitian ini dibagikan kepada siswa kelas XII MAN 2 Paringin. Skala kecemasan ini berisi pernyataan yang berkenaan dengan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional. Skala kecemasan disebar bertujuan untuk mengetahui kecemasan siswa yang menghadapi Ujian Nasional, sekaligus untuk penjarangan sampel penelitian (*pre-test*).

2. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data penelitian yang berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar.⁵ Dalam penelitian ini menggunakan observasi langsung yaitu teknik pengumpulan datanya dilakukan dengan pengamatan secara langsung terhadap gambaran umum lokasi penelitian dan masalah yang diteliti. Teknik ini digunakan untuk meneliti keadaan siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional (UN).

⁵*Ibid*, h. 203

3. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk mendapatkan data tentang kesediaan siswa mengikuti kegiatan konseling.

4. Dokumenter

Dokumenter dilakukan untuk melengkapi data primer, berupa data tentang pelaksanaan kegiatan konseling.

Tabel 3.4 Matriks Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data

NO	DATA	SUMBER DATA	TPD
1.	Data pokok, yaitu: <ol style="list-style-type: none"> a. Data hasil <i>pre-test</i> skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional dalam rangka penjarangan subjek penelitian sebagai konseli. b. Data hasil analisis konseling intervensi mengatasi kecemasan menghadapi Ujian Nasional. c. Data hasil <i>post-test</i> skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional konseli. 	Siswa	Angket
2.	Data Sekunder, yaitu: <ol style="list-style-type: none"> a. Data pelaksanaan intervensi konseling terhadap konseli. b. Data tentang kegiatan konseling <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT). c. Gambaran umum sekolah. 	Guru Bimbingan dan Konseling, siswa, dokumentasi dan Staf Tata Usaha	Observasi, wawancara dan dokumenter

E. Desain Pengukuran

1. Instrument Penelitian

a. Bahan Perlakuan

Peneliti mengembangkan panduan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk membantu siswa mengatasi kecemasan menghadapi Ujian Nasional. Perancangan panduan tersebut dilaksanakan dengan prosedur pengembangan yang diadaptasi dari Ellis dan disesuaikan dengan tujuan penelitian.

Seluruh panduan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) telah tersusun, selanjutnya dilaksanakan validasi ahli dari penilaian ahli (*expert judgment*). Adapun validator instrumen dalam penelitian ini adalah satu orang ahli bidang Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yaitu, Dr. Hj. Romdiyah, M.Pd. Hasil validasi ahli tersebut digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk merevisi panduan pelaksanaan Konseling Kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sebelum diujicobakan kepada siswa.

Kriteria yang digunakan dalam uji validasi ahli berupa skala dengan interval 1-2-3-4. Setiap angka memiliki makna, 1 = tidak sesuai/tidak jelas, 2 = kurang sesuai/kurang jelas, 3 = cukup sesuai/cukup jelas, 4 = sesuai/jelas. Adapun saran perbaikan dari ahli dipaparkan dalam tabel 3.5 berikut ini:

Tabel 3.5 Saran Perbaikan Uji Ahli Panduan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Uji Ahli	Saran dan Masukan Ahli	Hasil yang dilakukan Peneliti
Ahli	<p>- Panduan umum</p> <p>Sasaran lebih diperjelas, teori ABCDE tidak ada penjelasan, tujuan harus dijelaskan, tahap akhir ditentukan berapa kali, dan yang menjadi konselor siapa?</p> <p>- Panduan khusus</p> <p>Dalam intervensi kognitif peneliti menggunakan terapis, <i>logical dispute</i> dijelaskan lagi, observernya harus yang mengerti BK dan Konseling Kelompok.</p>	<p>- Panduan umum</p> <p>Direvisi dengan menjelaskan teori ABCDE, dan menjelaskan tujuan serta menentukan tahap akhir dan menentukan konselor.</p> <p>- Panduan khusus</p> <p>Direvisi dengan mengganti kata terapis menjadi peneliti, menjelaskan <i>logical dispute</i> dan observernya adalah guru BK di sekolah yang diteliti.</p>

b. Prosedur Intervensi

Tahap Konseling Kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) teori ABC untuk kelompok eksperimen terdiri dari tahap awal, kerja, dan akhir. Berikut paparan untuk masing-masing tahapannya.

1) Tahap Awal

Tahap awal Konseling Kelompok dimulai dengan membangun hubungan akrab dengan konselor dan peserta lainnya. Perkenalan selama 5 menit, konselor memberikan pengantar terkait pelaksanaan konseling kelompok. Seluruh peserta Konseling Kelompok membagi formulir *self help* dimana konseli akan

menceritakan apa perasaannya saat akan menghadapi Ujian Nasional, selanjutnya diskusi dengan kelompok apa yang menjadi masalah pada diri konseli.

2) Tahap Kerja

Pada tahap kerja Konseling Kelompok bertujuan agar peserta dapat mengetahui bahwa keyakinan konseli irasional, membantu mengembalikan keyakinan konseli menjadi rasional, dan memahami bahwa keyakinan yang irasional bisa menjadi rasional. Konselor membagikan lembar bantahan kepada konseli, bisa dilihat di lampiran.

3) Tahap Akhir

Pada tahap akhir ini bertujuan untuk mengidentifikasi keyakinan konseli yang rasional, memahami keyakinan konseli yang rasional, memunculkan perasaan baru yang dimunculkan konseli setelah mendapatkan Konseling Kelompok, serta mengevaluasi seluruh rangkaian kegiatan Konseling Kelompok.

c. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan kerangka kerja konseptual yang menjadi acuan kerja dalam rangka melakukan penelitian ilmiah meliputi, (1) persiapan ke lapangan yang terdiri dari persiapan Instrumen Penelitian, penetapan subjek penelitian melalui *pre-test*, (2) pemberian intervensi pada kelompok eksperimen, (3) *post-test* serta uji hipotesis.

1) Persiapan Kelapangan

a) Persiapan Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian terdiri dari bahan perlakuan dan instrument pengumpul data. Bahan perlakuan meliputi panduan konseling kelompok dengan

pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengatasi kecemasan siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional yang dikembangkan dan direvisi sesuai hasil uji ahli. Instrument pengumpul data meliputi skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional, pedoman observasi konseling dan dokumentasi untuk data sekunder. Skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional dikembangkan dan direvisi sesuai hasil uji ahli serta dilaksanakan uji coba skala.

b) Penetapan Subjek Penelitian

Tahap penetapan subjek penelitian dilakukan dengan melakukan *assessment* yang terdiri dari:

- (1) Memberikan skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional pada siswa kelas XII (*pre-test*).
- (2) Berdasarkan hasil analisis *pre-test* diketahui siswa yang memiliki kecemasan yang tinggi.
- (3) Selanjutnya, diperoleh sejumlah siswa yang memenuhi kriteria subjek pemilihan.

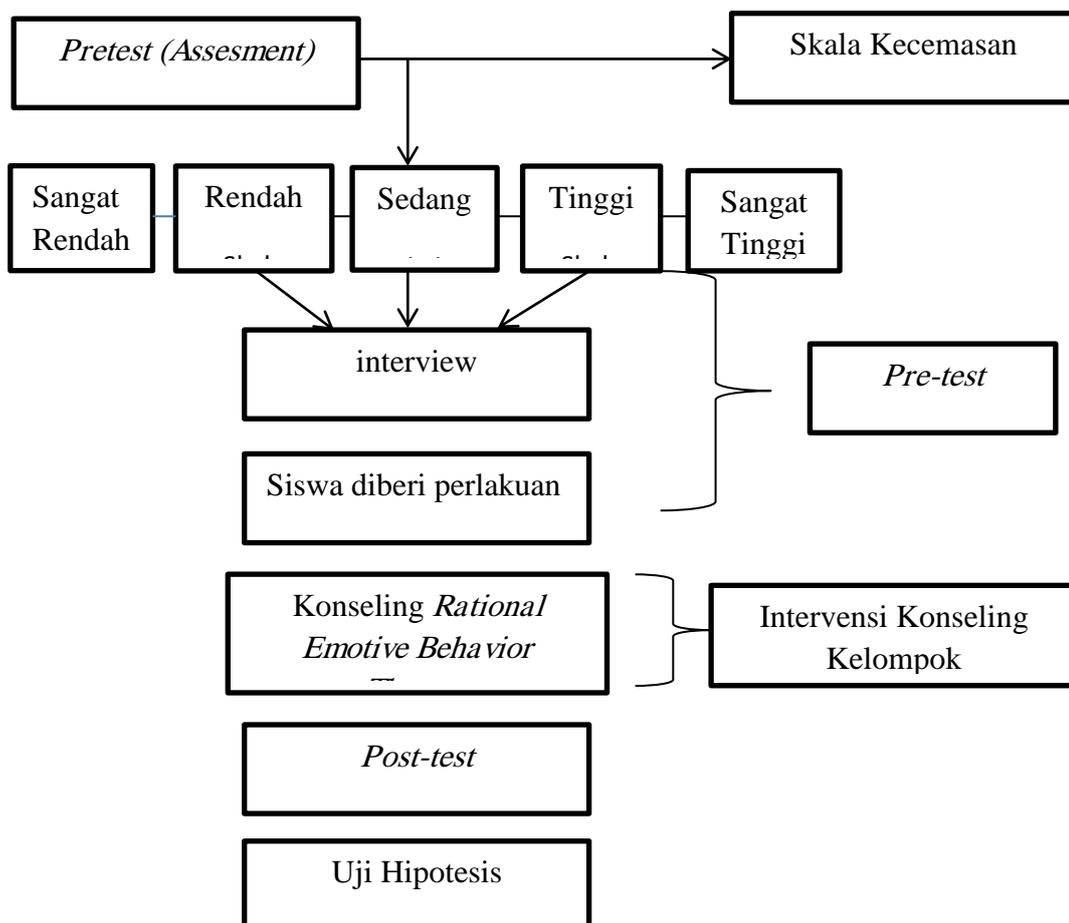
2) Perlakuan

Kelompok eksperimen menerima perlakuan Konseling Kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), suatu pendekatan yang digunakan untuk mengatasi kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional. Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti bekerjasama dengan konselordan berdasarkan kesepakatan bersama konseli.

3) *Post-test* dan Uji Hipotesis

Guna mengetahui keefektifan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengatasi kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional dilakukan *post-test* setelah intervensi. Instrument yang digunakan dalam *post-test* adalah instrument yang sama dengan instrument yang digunakan dalam *pre-test*. *Post-test* dilaksanakan di MAN 2 Paringin pada tanggal 24 Februari 2017 jam 09.00. Berikut untuk lebih jelasnya kerangka kerja penelitian seperti pada gambar 3.1.

Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian



d. Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Dengan demikian jumlah instrument yang akan digunakan untuk penelitian akan tergantung pada jumlah variabel yang diteliti. Angket yang dibuat menggunakan skala *Likert* dengan variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Angket yang dibuat menggunakan skala *Likert* menggunakan lima kategori jawaban yaitu, SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), KS (Kurang Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).⁶ Tiap indikator dibuat dari pernyataan-pernyataan dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Item *favourable* adalah pernyataan yang mendukung dan berbentuk positif. Item *unfavourable* adalah pernyataan yang tidak mendukung dan berbentuk negatif. Berikut ini adalah tabel 3.5 mengenai pola penskoran alat pengumpul data:

Tabel 3.5 Pola Penskoran Alat Pengumpul Data

Pilihan	Favourable	Unfavourable
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Kurang Sesuai (KS)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, cv, 2013), h. 133-136

Peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan bahwa instrument yang dikembangkan layak untuk digunakan.

1) Uji Validitas Instrumen

Penulis sebelum meneliti pada subjek yang sebenarnya yaitu pada siswa yang akan diberikan *pretest* kelas XII IPS I, XII IPS II, dan XII AGAMA MAN 2 Paringin, penulis terlebih dahulu melakukan uji coba instrument. Uji coba instrument penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 21 siswa yang berasal dari kelas XII IPA. Untuk perhitungan uji coba instrument dibantu oleh program SPSS 20. Untuk hasil perhitungan uji validitas dapat dilihat pada lampiran.

Instrumen penelitian dengan skala likert berjumlah 35 item. Berdasarkan uji coba didapat 20 item yang valid dan 15 item yang tidak valid. Penulis mengambil 20 item yang valid dan 5 item yang tidak valid yang memang pantas untuk dipertahankan dengan melakukan perubahan redaksi kata dan tetap diujikan kepada subjek yang sebenarnya yaitu kelas XII IPS I, XII IPS II, dan XII AGAMA.

Rumus Uji Validitas

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

Keterangan

r_{xy} = Koefisien validitas

N = Banyaknya subjek

X = Nilai pembanding

Y = Nilai dari instrumen yang akan dicari validitasnya.

2) Uji Reliabilitas

ini menggunakan *alpha cronbach*, yang dianalisis dengan komputer program SPSS versi 20. Hasil nilai reliabilitas pada skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional diperoleh 0,858. Dapat diketahui bahwa skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional memiliki reliabilitas skala dapat dilihat pada tabel 3.6 berikut ini.

Tabel 3.6 Output Reliabilitas Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,858	25

Berdasarkan hasil uji coba skala diperoleh 25 item yang valid dari 35 pernyataan 10 item tidak valid, maka ada 10 item yang dinyatakan gugur. Skala ini digunakan untuk penetapan subjek (*pretest*) dan (*posttest*). *Pretest* subjek dilakukan diawal dan *posttest* setelah perlakuan.

Berdasarkan rentang soal skor yang diperoleh siswa, maka ditetapkan klasifikasi kecemasan menghadapi Ujian Nasional dapat dilihat pada tabel 3.7 berikut ini.

Tabel 3.7 Klasifikasi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

No	Keterangan	Rentang Skor
1	Sangat Tinggi	25-45
2	Tinggi	46-65
3	Sedang	66-85
4	Rendah	86-105
5	Sangat Rendah	106-125

Berdasarkan tabel 3.7 diatas maka dapat disimpulkan bahwa siswa yang mendapat rentang skor 25-45 dengan kategori sangat tinggi maka siswa memiliki kecemasan sangat tinggi, dan apabila siswa mendapatkan rentang skor 106-125 dengan kategori sangat rendah maka siswa memiliki kecemasan sangat rendah.

e. Pedoman Observasi Koseling

Pedoman observasi konseling dikembangkan oleh peneliti guna untuk mengamati dan mengukur keterlaksanaan panduan Konseling Kelompok yang dilaksanakan untuk mengatasi kecemasan menghadapi Ujian Nasional. Pedoman observasi konseling terdiri dari 3 bagian yaitu: observasi konseling tahap awal, tahap kerja, dan tahap akhir.

f. Pedoman Wawancara Konseling

Pedoman wawancara digunakan untuk mengetahui kesediaan siswa mengikuti kegiatan Konseling Kelompok.

g. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk mendapatkan data tentang pelaksanaan Konseling Kelompok.

F. Teknik Analisis Data

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini penulis menggunakan statistik non parametrik.

1. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data terdistribusi dengan normal atau tidak.⁷ Metode pengambilan keputusan untuk uji normalitas yaitu jika Signifikansi (Asymp.sig) > 0,05 maka data berdistribusi normal dan jika Signifikansi (Asymp.sig) < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.⁸

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk menguji apakah rata-rata antara tiga atau lebih kelompok data yang independen memiliki varian yang sama atau tidak. Uji ini biasanya sebagai prasyarat uji Independent Samples T Test dan One Way ANOVA.⁹

$$F = \frac{\text{Varian terbesar}}{\text{Varian terkecil}}$$

2. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS 20, yaitu menggunakan *paired samples T Test* atau uji t sampel berpasangan, yaitu analisis yang digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata dari dua kelompok sampel yang berpasangan atau berhubungan. Sampel yang berpasangan maksudnya subjek yang sama namun mengalami perlakuan yang berbeda, seperti perlakuan sebelum dan sesudah.¹⁰

⁷ Duwi Priyatno, *Belajar Alat Analisis Data dan Cara Pengolahannya Dengan SPSS*, (Yogyakarta: Gava Media, 2016), h. 97

⁸ *Ibid*, h. 105

⁹ *Ibid*, h, 109

¹⁰ *Ibid*, h. 81

Rumus perhitungannya adalah:

$$t = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2} - 2r\left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Keterangan

X_1 = Rata-rata sampel sebelum perlakuan

X_2 = Rata-rata sampel sesudah perlakuan

S_1 = Simpangan baku sebelum perlakuan

S_2 = Simpangan baku sesudah perlakuan

n_1 = Jumlah sampel sebelum perlakuan

n_2 = Jumlah sampel sesudah perlakuan

G. Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini penulis melakukan beberapa kegiatan, dan dilakukan dalam beberapa tahapan, sebagai berikut:

a. Tahap Pendahuluan

- 1) Membuat desain proposal penelitian.
- 2) Mengkonsultasikan desain proposal penelitian kepada pembimbing.
- 3) Mengajukan desain proposal kepada Dekan Fakultas Tarbiyah UIN Antasari Banjarmasin untuk memohon persetujuan judul.

b. Tahap Persiapan

- 1) Melaksanakan seminar proposal skripsi.
- 2) Memperbaiki proposal berdasarkan hasil seminar.
- 3) Membuat pedoman konseling

- 4) Uji ahli pedoman konseling
- 5) Memperbaiki pedoman konseling
- 6) Memberikan penjelasan dan pengetahuan kepada konselor sesuai dengan pedoman konseling
- 7) Memohon surat perintah riset untuk melakukan penelitian dan mengumpulkan data.
- 8) Menyampaikan surat riset kepada pihak yang bersangkutan dengan lokasi penelitian.

c. Tahap Pelaksanaan

- 1) Mengumpulkan data *pretes*.
- 2) Intervensi konseling.
- 3) Mengolah data *post-test*.
- 4) Menganalisis data.

d. Tahap Penyusunan Laporan

- 1) Menyusun hasil penelitian.
- 2) Berkonsultasi dengan dosen pembimbing skripsi.
- 3) Mengadakan perbaikan.
- 4) Mengajukan kesidang munaqasah skripsi.
- 5) Mengadakan perbaikan.