

### III. METODE PENELITIAN

Salah satu ciri dari kegiatan ilmiah adalah terdapat suatu metode yang tepat dan sistematis sebagai penentu ke arah pemecahan masalah, ketetapan memilih metode merupakan persyaratan yang utama agar dapat tercapai hasil yang diharapkan.

#### A. Tempat dan waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 5 Bandar Lampung, waktu yang digunakan semester genap tahun ajaran 2012-2013, terhitung Maret s/d 10 Agustus 2012

#### B. Metode Penelitian

Metode penelitian membantu dalam penyelenggaraan penelitian yang akan dilakukan peneliti. Menurut Sugiyono (2011:3), metode penelitian merupakan cara ilmiah mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

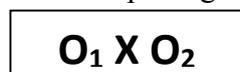
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimental-kuasi (*quasi-eksperimental research*) karena penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol dan subyek tidak dipilih secara random.

Hal ini berdasarkan pendapat Seniati (2005: 37) yang menyatakan bahwa eksperimen kuasi berbeda dengan penelitian eksperimen karena tidak

memenuhi tiga syarat utama dari suatu penelitian eksperimen yaitu manipulasi, kontrol dan randomisasi. Kemudian diperkuat kembali dengan pendapat, bahwa suatu penelitian dianggap eksperimental-kuasi apabila tidak dilakukannya randomisasi dalam meneliti hubungan sebab-akibat. Hal ini terjadi karena randomisasi sulit untuk dilakukan ataupun karena subjek sudah memiliki variable bebas sebelumnya. (seniati,2003:37). Melihat dari penjelasan tersebut, dalam penelitian ini peneliti tidak menggunakan kelompok kontrol dan randomisasi, peneliti hanya melihat hasil dari pemberian layanan konseling kelompok pada siswa yang memiliki kecemasan menghadapi ujian yang tunggu di SMP Negeri 5 Bandar Lampung.

Selanjutnya desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-Group Pretst-Posttest* yaitu melakukan satu kali pengukuran didepan (pre-test) sebelum adanya perlakuan (treatment) dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi (post-test). Kemudian, hasil perlakuan nantinya sesudah dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

Desain ini dapat digambarkan seperti berikut :



Gambar 3.1. pola komponen pretest dan posttest

Keterangan :

- O<sub>1</sub> : nilai *pre test* (sebelum diberikan perlakuan) yaitu pengukuran awal sebelum siswa diberikan layanan konseling kelompok
- X : Perlakuan (pemberian layanan konseling kelompok pada siswa kelas VII SMPN 5 B.Lampung)
- O<sub>2</sub> : nilai *post test* (setelah diberikannya perlakuan) yaitu pengukuran/

kedua setelah siswa diberikan layanan konseling kelompok.

### **C. Subjek Penelitian**

Penentuan subjek penelitian ini merupakan aktivitas awal dalam proses pengumpulan data sebelum ke tahap selanjutnya, Subjek adalah sumber data untuk menjawab masalah. Subjek Penelitian diketahui melalui penyebaran skala kecemasan yang dilakukan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Bandar Lampung yang berjumlah 115 siswa.

Berdasarkan hasil penyebaran skala kecemasan, diperoleh 6 siswa yang teridentifikasi memiliki kecemasan menghadapi ujian yang tinggi .

### **D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel**

#### **1. Variabel Penelitian**

Variabel adalah subjek suatu penelitian atau apa yang menjadi perhatian suatu penelitian. Variabel penelitian menjelaskan tentang apa dan bagaimana penelitian ini. Menurut Sugiyono (2011:60), variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan pernyataan Sugiyono di atas, maka penulis menyatakan bahwa dalam penelitian ini terdapat dua variabel penelitian, yaitu :

- a. Variabel Independen (X), yang biasa disebut variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Pada penelitian ini variabel bebasnya adalah adalah konseling kelompok.
- b. Variabel terikat (Y) atau yang biasa disebut variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Pada penelitian ini variabel terikatnya adalah kecemasan menghadapi ujian.

## **2. Definisi Operasional Variabel**

Definisi operasional merupakan uraian yang berisi perincian sejumlah indikator yang dapat diamati dan di ukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan.

Kecemasan merupakan faktor penghambat bagi siswa untuk mengikuti ujian. Kecemasan yang tinggi dalam menghadapi ujian tidak dapat dibiarkan begitu saja, karena hal ini tidak hanya menyangkut kesehatan mental siswa tetapi juga menyangkut prestasi belajar siswa. Adapun yang menjadi dasar pembuatan indikator kecemasan menghadapi ujian dalam penelitian ini adalah :

1. Manifestasi kognitif, ditandai dengan sulit berkonsentrasi, bingung, munculnya mental bloking.
2. Manifestasi afektif, terwujud dalam kekhawatiran, ketakutan, kegelisahan
3. Manifestasi fisiologi terwujud dengan reaksi tubuh.

Sedangkan, layanan konseling kelompok adalah konseling yang dilakukan secara berkelompok untuk memecahkan masalah-masalah anggota kelompok.

Terdapat empat tahap layanan konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, pengakhiran.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Cara – cara yang ditempuh untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah:

### **1. Skala Kecemasan**

Skala ini disusun untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok. Skala ini dibuat dengan beberapa alternatif jawaban. Pernyataan dalam skala ini dibuat berdasarkan indikator kecemasan menghadapi ujian yang didapat dari definisi operasional.

Pernyataan dibuat dalam dua bentuk, yaitu pernyataan yang bersifat mendukung (*favourable*) dan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Setiap item pernyataan disediakan lima alternatif jawaban yaitu sering, selalu, jarang, kadang-kadang, tidak pernah.

Pernyataan yang baik ditentukan dengan memberi bobot nilai berdasarkan jawaban langsung dengan metode *summated ratings* yang bertujuan memberikan skor pada alternatif jawaban setiap pernyataan.

Berikut ini skor nilai dari masing-masing alternatif jawaban berdasarkan perhitungan *summated ratings* :

Pernyataan	Alternatif Jawaban				
	SS	SS	KKS	TTS	SSTS
<i>Favourable</i>	5	4	3	2	1
<i>Unfavourable</i>	1	2	3	4	5

Tabel 3.2. Skor Nilai Alternatif Jawaban

Adapun penskoran skala kecemasan menghadapi ujian ini dikategorikan menjadi 3 yaitu : positif, sedang dan negatif. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besar intervalnya dengan ketentuan rumus interval sebagai berikut :

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

Keterangan:

I = interval  
 NT = nilai tertinggi  
 NR = nilai terendah  
 K = jumlah kategori

(Hadi, 2006)

Nilai tertinggi (Nt) : 40 x 5 = 200

Nilai terendah (Nr) : 40 x 1 = 40

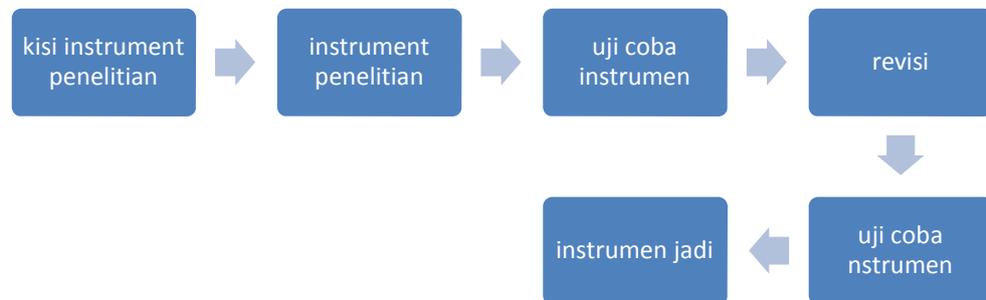
Kriteria (k) : 3

## F. Uji Coba Instrument

Langkah awal yang dilakukan peneliti dalam melaksanakan penelitiannya adalah melakukan uji persyaratan instrumen.

Uji coba dilakukan untuk mengetahui kemudahan cara penggunaan, tingkat pemahaman responden terhadap pernyataan yang diajukan, serta mengetahui jika ada pernyataan yang kurang jelas atau ambigu. Langkah-langkah yang

ditempuh dalam penyusunan instrumen dilakukan dalam beberapa tahap, baik dalam pembuatan atau uji cobanya. Lebih jelasnya dapat dilihat pada bagan di bawah ini, yaitu :



Gambar 3.2. prosedur penyusunan instrumen

### 1. Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat – tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Menurut Sugiyono (2011:173), ”valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur”. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid.

Untuk mengetahui kevalidan instrument dalam penelitian ini, peneliti menggunakan validitas konstruk (*construct validity*). Pengujian validitas konstruk, dapat dilakukan dengan membuat instrumen yang dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, kemudian dikonsultasikan dengan para ahli.

Penelitian ini dikonsultasikan dengan tiga orang ahli dibidangnya, yaitu Wulan Irodatiah Rahman, S.Psi.,Psi., Dra. Renyep Proborini, M.Ed.Psi., Ranni

Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A. Berdasarkan uji ahli tersebut diperoleh kisi-kisi sebagai berikut

#### Kisi Kecemasan Menghadapi Ujian

Variabel	Indikator	Deskriptor
Kecemasan Menghadapi Ujian	1. Manifestasi Kognitif	1. Sulit Bekonsentrasi
		2. Bingung
		3. Mental Bloking
	2. Manifestasi Afektif	1. Khawatir terhadap Ujian
		2. Gelisah Terhadap Ujian
		3. Takut Terhadap Ujian
	4. Manifestasi Fisiologis	1. Reaksi Tubuh

Tabel 3.2. kisi kecemasan menghadapi ujian

Kemudian, pengujian validitas skala kecemasan ini dilakukan dengan membandingkan nilai  $r$  hitung dengan  $r$  tabel, dalam hal ini peneliti menggunakan penghitungan SPSS 17. Nilai  $r$  hitung dapat dilihat pada kolom *corrected item total correlation*”, dengan kriteria uji, jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel maka item tersebut dikatakan valid (lampiran ). Total pernyataan pada skala kecemasan menghadapi ujian berjumlah 48 item, kemudian skala tersebut diujicobakan, penghitungan hasil yang didapat yaitu dari 48 item ada 8 item yang tidak valid/tidak berkontribusi. Item yang tidak valid tersebut dihilangkan karena 40 item yang valid dianggap sudah mewakili indikator skala kecemasan menghadapi ujian.

## 2. Uji Reabilitas Instrument

Reliabilitas adalah jika suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk dapat dipergunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Untuk mengukur reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan rumus *alpha* karena skor yang diberikan bukan 1 dan 0. Hal ini sesuai dengan

Arikunto (2002:171) bahwa "untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0 menggunakan rumus alpha". Adapun rumus Alpha tersebut adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Reliabilitas instrumen

$k$  = Banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma^2$  = Jumlah varian butir

$\sigma_t^2$  = Varian total

Berdasarkan hasil pengolahan data uji coba instrumen ada 40 item yang memiliki kontribusi yang besar dengan reliabilitas yang positif yakni 0,88 dengan  $r_{tabel}$  0,361.

Interpretasi angka korelasi menurut Prof. Sugiyono (2007)

0 – 0,199 : sangat rendah

0,20 – 0,399 : rendah

0,40 – 0,599 : sedang

0,60 – 0,799 : tinggi

0,80 – 1,0 : sangat tinggi

Dari hasil penghitungan menggunakan SPSS 17 menunjukkan bahwa reliabilitas instrumen sangat tinggi yaitu 0,937, sehingga instrumen kecemasan menghadapi ujian dapat dipercaya.

## G. Teknik Analisis Data

Data dari pelaksanaan pretest selanjutnya dianalisis dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan tujuan menurunkan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian menggunakan metode eksperimen.

Metode ini digunakan untuk mengetahui sejauh mana dampak dari suatu perlakuan, dalam hal ini layanan konseling kelompok untuk kemudian dilaksanakan posttest.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*. Uji Wilcoxon adalah alternatif untuk uji t data berpasangan (t-paired) dimana pada uji Wilcoxon ini data harus dilakukan pengurutan (ranking) dan kemudian baru diproses (Santoso, 2009: 358). Dengan demikian, peneliti akan mengurutkan data dimulai dari angka yang terbesar ke terkecil terlebih dahulu.

Dalam pelaksanaan uji Wilcoxon untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 17. Hasil pengujian ini kemudian disimpulkan untuk membuktikan adanya penurunan kecemasan siswa.

Pengambilan keputusan analisis data akan didasarkan pada hasil uji z. Hal ini sesuai dengan pendapat Santoso (2009: 362) yang menyatakan bahwa mengambil keputusan dapat didasarkan pada hasil uji z, yaitu:

- Jika statistik hitung (angka z output) > statistik tabel (tabel z), maka  $H_0$  ditolak
- Jika statistik hitung (angka z output) > statistik tabel (tabel z), maka  $H_0$  ditolak