III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA PGRI 1 Tumijajar. Waktu penelitian ini adalah pada semester genap tahun pelajaran 2014/2015

B. Metode penelitian

Metode penelitian memegang peranan penting, karena salah satu ciri dari penelitian adalah terdapatnya suatu metode yang tepat dan sistematis sebagai penentu arah yang tepat dalam pemecahan masalah. Ketepatan pemilihan metode merupakan syarat yang penting agar mendapatkan hasil yang optimal.

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2010) metode penelitian adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Hal ini berarti eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu.

Jenis desain yang digunakan adalah *pre eksperimental design* dengan *one group pretest and posttest design*.. Menurut Sugiyono (2010) *one group*

pretest and posttest design adalah suatu teknik untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Dalam desain ini dilakukan dua kali pengukuran, pengukuran pertama dilakukan sebelum diberi teknik *assertive training* dan pengukuran kedua dilakukan setelah diberi teknik *assertive training*. Desain penelitian yang digunakan penulis digambarkan sebagai berikut:

Pengukuran (<i>Pretest</i>)	Perlakuan	Pengukuran (<i>Posttest</i>)
O1	X	O2

Gambar 3.1. *One group pretest-posttest design* (Sugiyono, 2010)

Keterangan :

O1 : pengukuran awal konsep diri siswa kelas X di SMA PGRI 1 Tumijajar sebelum mendapat perlakuan akan diberikan *pretest*. Pengukuran dilakukan dengan memberikan skala konsep diri. Jadi, *pretest* diberikan kepada siswa yang memiliki konsep diri negatif dan belum mendapatkan perlakuan.

X : pemberian perlakuan dengan layanan teknik *assertive training* kepada siswa yang memiliki konsep diri yang negatif

O2 : pemberian *posttest* untuk mengukur konsep diri siswa setelah diberikan perlakuan (X), dalam *posttest* akan didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan dimana konsep diri negatif siswa menjadi berkurang atau tidak.

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2006) variabel merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono, (2010) secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau objek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan yang lainnya atau satu objek dengan objek lainnya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, yang kemudian ditarik kesimpulannya.

Dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel. Variabel yang dimaksudkan adalah konsep diri negatif sebagai variabel terikat. Dan teknik *assertive training* adalah variabel bebas. Sedangkan *assertive training* adalah perlakuan yang sengaja diberikan agar dapat berkurangnya konsep diri negatif pada siswa.

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan.

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah :

a. Konsep Diri Negatif

- a. Konsep diri negatif adalah cenderung tidak bisa menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, cemas dan takut menghadapi kegagalan, terlalu mudah mengalah/lemah, mudah tersinggung, sukar mengadakan komunikasi dengan orang lain, kurang mampu mengevaluasi diri, tidak menyadari keragaman perasaan, keinginan, dan perilaku yang dimiliki setiap orang dan bersikap pesimis atau kurang yakin pada diri sendiri. Individu yang memiliki konsep diri negatif bisa memiliki perasaan tidak stabil dan tidak teratur atau bahkan terlalu teratur, peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, memiliki sikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disukai orang lain dan pesimistis terhadap kompetisi. Ciri-ciri inilah yang akan diteliti sebagai tolak ukur penelitian.

b. Teknik *Assertive Training*

Teknik *assertive training* atau latihan asertif adalah prosedur latihan yang diberikan untuk membantu peningkatan kemampuan mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Hal ini agar individu dapat mengembangkan potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya.

D. Subjek penelitian

Subjek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah. Arikunto (2006) mengemukakan bahwa, subjek penelitian merupakan subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti atau sasaran peneliti. Subjek penelitian ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas X SMA PGRI 1 Tumijajar yang memiliki konsep diri negatif. Alasan peneliti menggunakan subyek penelitian adalah karena penelitian ini merupakan aplikasi untuk mengurangi konsep diri negatif pada siswa dengan menggunakan teknik *assertive training* dan hasil dari proses *assertive training* ini tidak dapat digeneralisasikan antara subyek yang satu dan tidak dapat mewakili subyek yang lain karena setiap individu berbeda. Penelitian ini diberikan kepada siswa yang mempunyai konsep diri negatif, maka teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* atau pengambilan sampel berdasarkan karakteristik tertentu.

Pengambilan subjek penelitian ini dilakukan dengan cara mengambil subjek, atas dasar adanya tujuan tertentu. Tujuan yang dimaksud adalah mengurangi konsep diri negatif melalui teknik *assertive training*. Di samping subjek tujuan juga ditetapkan subjek yaitu mendasarkan pada jumlah yang ditentukan. Jumlah yang dimaksud adalah jumlah anggota kelompok. Teknik ini dilakukan berdasarkan pertimbangan jika dibandingkan dengan teknik lain lebih efisien dan efektif, efisien yang dimaksud adalah mempertimbangkan karena keterbatasan waktu, tenaga dan biaya dan efektif dimaksudkan bila langsung melalui studi

pendahuluan dapat menentukan sejumlah subjek dengan tepat. Jumlah subjek yang dimaksud adalah sebanyak 10 siswa. Pengambilan subjek ini ditentukan dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Teknik ini dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya kriteria tertentu. Adapun kriteria dalam pengambilan subjek ini yaitu:

1. Cenderung tidak bisa menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya.
2. Cemas dan takut menghadapi kegagalan.
3. Terlalu mudah mengalah/lemah.
4. Mudah tersinggung, sukar mengadakan komunikasi dengan orang lain.
5. Kurang mampu mengevaluasi diri, tidak menyadari keragaman perasaan, keinginan, dan perilaku yang dimiliki setiap orang dan bersikap pesimis atau kurang yakin pada diri sendiri.
6. Memiliki perasaan tidak stabil dan tidak teratur atau bahkan terlalu teratur.
7. Peka terhadap kritik.
8. Responsif terhadap pujian.
9. Memiliki sikap hiperkritis.
10. Cenderung merasa tidak disukai orang lain dan pesimistis terhadap kompetisi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Terdapat dua hal utama yang mempengaruhi kualitas data hasil penelitian, yaitu, kualitas instrumen penelitian, dan kualitas pengumpulan data. Untuk mengumpulkan data penelitian, tentunya peneliti harus menentukan teknik pengumpulan apa yang akan digunakan sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan menggunakan skala konsep diri yang termasuk dalam skala model *Linkert*.

1. Skala Konsep Diri

Skala konsep diri termasuk dalam model skala *Linkert* yaitu suatu metode pengambilan data dalam penelitian yang diperoleh melalui pernyataan atau pertanyaan tertulis yang diajukan yang diajukan responden mengenai suatu hal (Azwar, 2009). Pada penelitian ini penulis menggunakan skala konsep diri model *Likert*, dengan alternatif respon pernyataan subjek skala lima. Kelima alternatif respon tersebut terdiri dari sangat setuju (SS), setuju (S), ragu (RR), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS) skala ini terdiri dari pernyataan yang (*favorable*) menyenangkan dan (*unfavorable*) tidak menyenangkan. Alasan penggunaan skala model *Likert* ini adalah kemudahan penyusunannya dibandingkan dengan skala lainnya, sesuai dengan instrumen yang peneliti gunakan, yang menghasilkan data ordinal. Nazir (2005) mengemukakan bahwa prosedur dalam pembuatan skala model *Likert* adalah sebagai berikut:

1. peneliti mengumpulkan item-item yang cukup banyak dan relevan dengan masalah yang sedang diteliti
2. item-item tersebut diujikan kepada sekelompok responden yang cukup representatif dari populasi yang ingin diteliti
3. responden kemudian diminta untuk mengisi item pernyataan sesuai dengan keadaan yang paling mewakili dirinya. Alternatif jawaban berupa sangat setuju (SS), setuju (S), ragu-ragu (J) tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS)
4. total skor dari masing-masing responden adalah penjumlahan dari skor masing-masing item responden tersebut
5. respon dianalisa untuk mengetahui *item-item* mana yang sangat nyata batasan antara skor tinggi dan skor rendah dalam skala total untuk respon *upper* dan *lower* dianalisa untuk melihat sampai berapa jauh tiap *item* ini berbeda.
6. *Item-item* yang tidak menunjukkan korelasi dengan skor total di buang atau tidak dipakai.

Selanjutnya cara menskoran item pernyataan yang *favorable* (pernyataan yang mendukung penelitian) dan pernyataan *unfavorable* (pernyataan tidak mendukung penelitian) dengan alternatif jawaban sangat setuju (SS) diberi skor 5, setuju (S) diberi skor 4, ragu-ragu (R) diberi skor 3, dan tidak setuju (TS) diberi skor 2 dan sangat tidak setuju (STS) di beri nilai 1 untuk pernyataan *favorable*. Skor 1 untuk jawaban sangat setuju (SS), skor 2 untuk jawaban setuju (S), skor 3 untuk jawaban ragu-ragu (RR) dan skor 4 untuk jawaban tidak setuju (TS), dan skor 5 untuk jawaban sangat tidak setuju (STS) pada pernyataan *unfavorable*.

Tabel 3.1 Kriteria bobot nilai pada skala psikologi

No.	Pernyataan	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Ragu-ragu (R)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
1.	Pernyataan <i>favorable</i>	5	4	3	2	1
2.	Pernyataan <i>unfavorable</i>	1	2	3	4	5

F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

Keberhasilan suatu penelitian ditentukan oleh baik tidaknya instrumen yang digunakan. Oleh karena itu, hendaknya peneliti melakukan pengujian terhadap instrumen yang digunakan.

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu instrumen. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*). Menurut Sugiyono (2009) untuk menguji validitas konten dapat digunakan pendapat dari para ahli (*judgments experts*), dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, para ahli diminta pendapatnya mengenai instrumen yang disusun.

Ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu Drs. Syaifuddin Latif, M.Pd., Citra Maharani Abriani, M.Pd., Kons., dan Yohana Oktariana, S.Pd., M.Pd. Hasil uji ahli ketiga dosen memberikan penilaian tepat dan beberapa item yang harus diperbaiki, dengan memperbaiki beberapa item maka hasil uji ahli menunjukkan bahwa instrumen sudah tepat dan dapat digunakan yaitu

dengan memperbaiki terlebih dahulu pilihan kalimatnya. Secara lebih jelas akan dibahas sebagai berikut:

Berdasarkan hasil uji validitas dengan Bapak Drs. Syaifuddin Latif, M.Pd, beliau menilai kisi-kisi instrument skala Konsep Diri sudah tepat dengan beberapa penulisan kata yang harus diperhatikan.

Kemudian menurut Ibu Citra Abriani S.Pd, M.Pd.,Kons, beliau menilai kisi-kisi instrument skala Konsep Diri sudah tepat dan dapat digunakan, dengan mengganti beberapa kalimat pada item yang bahasanya belum sesuai dengan indikatornya sehingga item tersebut menjadi tepat.

Terakhir, menurut Ibu Yohana Oktariana, S.Pd., M.Pd, beliau menilai kisi-kisi instrument skala Konsep Diri sudah tepat, dengan lebih memperhatikan pengetikan kata-kata yang benar, juga perlu masih perlu mengubah kata-kata yang lebih tepat digunakan. (seperti : Lari dari masalah menjadi menghindari dari masalah yang terjadi).

Secara keseluruhan para ahli menyatakan bahwa instrumen tersebut diatas sudah tepat dan dapat digunakan dengan memperbaiki terlebih dahulu sesuai dengan saran yang diberikan.

Adapun hasil uji ahli ini terlampir pada lampiran 3 hasil uji ahli.

2. Uji Reliabilitas

Syarat penting lainnya dalam sebuah penelitian adalah reliabilitas. Menurut Arikunto (2006) reliabilitas adalah kemantapan alat pengumpul data sehingga akan diajukan uji coba tes. Suatu instrumen penelitian dikatakan mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi, apabila tes yang dibuat

mempunyai hasil yang konsisten dalam mengukur yang hendak diukur. Reliabilitas yang tinggi menunjukkan kesalahan varian yang minim. Jika sebuah tes mempunyai reliabilitas tinggi maka pengaruh kesalahan pengukuran telah berkurang.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus *Alpha* dari *Crombach* , yaitu :

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

Keterangan :

r_{II} : reliabilitas instrument

k : jumlah butir soal

$\sum \sigma_b^2$: jumlah skor varians dari masing-masing butir soal

σ_t^2 : Varians skor total

Indeks pengujian reliabilitas *Crombach alpha* (α) menurut Guliford (dalam Nazir, 2005) adalah sebagai berikut :

0,90 - 1,00	= sangat tinggi
0,70 - 0,90	= tinggi
0,40 - 0,70	= cukup tinggi
0,20 - 0,40	= rendah
0,00 - 0,20	= sangat rendah

Adapun hasil perhitungan manual, setelah diketahui jumlah butir soal (k) yaitu 56, jumlah skor varians dari masing-masing butir ($\sum \sigma_b^2$) sebesar : 48.43 dan varian skor total (σ_t^2) sebesar 850.82, maka pengujian reliabilitas *Cronbach Alfa* sebagai berikut :

Realibilitas *Cronbach Alfa*

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

$$r_{11} = \left(\frac{56}{56-1}\right)\left(1 - \frac{48.43}{850.82}\right)$$

$$r_{11} = \left(\frac{56}{55}\right)(1-0.057)$$

$$r_{11} = (1.018)(1-0.057)$$

$$r_{11} = 0.959$$

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh realibilitas 0,959. Berdasarkan kriteria realibilitas di atas, maka skala konsep diri tersebut memiliki realibilitas sangat tinggi karena realibilitas terletak antara 0,90 - 1,00 maka dikatakan memiliki realibilitas sangat tinggi. Jadi dapat dikatakan bahwa, skala konsep diri tersebut dapat digunakan sebagai instrument dalam penelitian. Adapun hasil uji coba ini terlampir pada lampiran 4 hasil uji coba.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis. Arikunto (2006) menyatakan bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan, yaitu mencoba sesuatu, lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut. Maka dari itu pendekatan yang efektif adalah hanya dengan membandingkan nilai-nilai *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon*. yaitu dengan mencari perbedaan mean *pretest* dan *posttest*.

Melalui uji *wilcoxon* ini akan diketahui signifikan perbedaan *pretest* dan *posttest*. Selain itu untuk menguji hipotesis, menerima atau menolak H_0 , Z_{hitung} akan dibandingkan dengan Z_{tabel} dengan melihat taraf signifikan 0,05 atau 5%. Jika $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$ maka H_0 ditolak, sedangkan jika $Z_{hitung} \geq Z_{tabel}$ maka H_0 diterima (Sudjana, 2002).

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut Sudjana (2005:273):

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*

T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*

N : Jumlah data sampel

Sedangkan kaidah pengambilan keputusan terhadap hipotesis dengan analisis data uji *wilcoxon* ini dilakukan dengan berdasarkan angka probabilitas, dasar pengambilan keputusan yakni:

Jika probabilitas < sig. 0,05, maka H_a diterima

Jika probabilitas > sig. 0,05, maka H_a ditolak