

III. METODE PENELITIAN

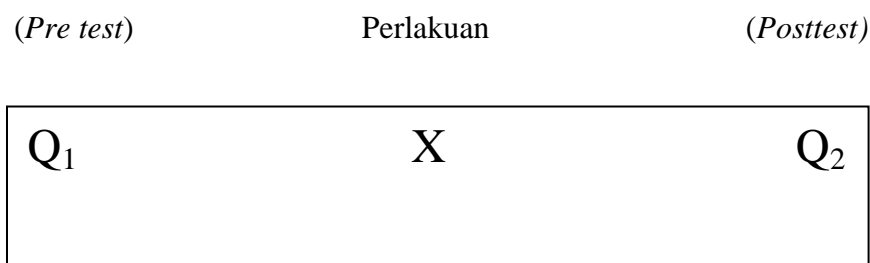
A. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMA Negeri 2 Pringsewu dan waktu pelaksanaan penelitiannya pada tahun pelajaran 2015/2016.

B. Metode penelitian

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimental designs* yaitu desain yang belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena masih terdapat variable luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variable dependen. Menurut Sugiyono (2010:127) hasil eksperimen yang merupakan variable dependen ini bukan semata-mata dipengaruhi oleh variable independen. Hal ini dapat terjadi, karena tidak adanya variable kontrol, dan sample tidak dipilih secara random. Hal ini berarti eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu.

Sedangkan untuk desain dalam penelitian ini peneliti menggunakan *one group pre-test and posttest design*. Desain *one group pre-test and posttest design* berarti sampel diberikan tes sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu. Dalam desain ini, subyek dikenakan dua kali pengukuran. Pengukuran yang pertama dilakukan untuk mengukur tingkat berpikir positif siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok (*pre-test*). Pengukuran yang kedua untuk mengukur tingkat berpikir positif siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok (*posttest*)



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan:

Q₁ :Pengukuran pertama memberikan *pre test* untuk mengukur pengembangan kemampuan berfikir positif di sekolah pada siswa sebelum diberi perlakuan yang menggunakan skala berpikir positif.

X :Perlakuan (*Treatment*)

Perlakuan diberikan melalui layanan bimbingan kelompok. Materi yang diberikan kepada kelompok eksperimen adalah yang berkaitan dengan berpikir positif.

Frekuensi dan lamanya pertemuan bimbingan kelompok tergantung pada penerimaan dan kesanggupan anggota kelompok. Metode yang digunakan yaitu menggunakan metode diskusi. Pelaksanaan

bimbingan kelompok pada saat jam sekolah maupun di luar jam sekolah.

Q₂ :Pengukuran kedua berupa *post test* yaitu untuk mengukur subyek penelitian setelah diberikan perlakuan yaitu layanan bimbingan kelompok. *Post test* bertujuan untuk mengetahui keberhasilan dalam pelaksanaan treatment dan untuk mengetahui adanya peningkatan kemampuan berpikir positif.

C. Subjek Penelitian

Salah satu langkah yang harus dilakukan oleh peneliti adalah menentukan subjek penelitian. Subjek penelitian adalah individu yang ikut serta dalam penelitian. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Pringsewu tahun pelajaran 2015/ 2016. Karena penelitian ini akan melihat kemampuan berfikir positif rendah pada subjek, maka yang dijadikan subjek adalah siswa yang memiliki kemampuan berfikir positif rendah.

Subyek penelitian diperoleh dari pengisian skala berfikir positif untuk menentukan subjek yang diteliti.

Tabel 3.1 Hasil *Pre test*

No.	Nama	Kriteria	Kelas
1.	Abi Revandooro	Rendah	XII IPA 1
2.	Anggita Rahmawati	Rendah	XII IPA 1
3.	Bima Adinata	Rendah	XII IPA 2
4.	Dhea Veronika	Rendah	XII IPA 3
5.	Dimas Adi Prabowo	Rendah	XII IPA 1
6.	Dini Meilinda	Rendah	XII IPA 3
7.	Ernita Puspita Dewi	Rendah	XII IPA 1
8.	Muhammad Farid Ali	Rendah	XII IPA 3
9.	Niken Rara Delinda	Rendah	XII IPS 2
10.	Putri Aisyah	Rendah	XII IPA 2
11.	Reza Angger Verdana	Rendah	XII IPA 2
12.	Salma Kamiela Razhade	Rendah	XII IPS 2
13.	Tasya Elita	Rendah	XII IPA 2
14.	Vera Yolanda Sari	Rendah	XII IPS 1
15.	Yesi Afrida	Rendah	XII IPS 2

Berdasarkan Tabel 3.2 terdapat 15 siswa yang memiliki kemampuan berfikir positif rendah, 4 orang dari kelas XII IPA 1, 4 orang dari kelas XII IPA 2, dan 3 orang dari kelas XII IPA 3, 1 orang dari kelas XII IPS 1, dan 3 orang dari kelas XII IPS 2 (data penghitungan *pretest* ada pada lampiran halaman).

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2011:129) variabel penelitian adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*), yaitu :

a. Variabel bebas (independen)

Adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Dalam penelitian ini bimbingan kelompok merupakan variabel bebas.

b. Variabel terikat (dependen) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini kemampuan berpikir positif merupakan variabel terikat.

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan tentang sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

- a. Berpikir positif adalah cara berpikir yang terlatih untuk memandang segala sesuatu dari segi yang positif sehingga akan menghasilkan sikap, dan perkataan yang tidak merugikan diri sendiri dan orang lain serta tidak bertentangan dengan norma yang berlaku. Berpikir positif memiliki empat aspek yaitu harapan positif, afirmasi diri, pernyataan yang tidak menilai, dan penyesuaian diri yang realistis.
- b. Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang dilaksanakan dalam suatu kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga anggota dapat mengembangkan

potensi diri sekaligus memperoleh manfaat dari pembahasan topik masalah.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpul data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala berpikir positif.

1. Skala Berfikir Positif

Teknik pokok pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala berfikir positif di Sekolah. Skala psikologi merupakan alat pengumpulan data yang dilaksanakan secara tertulis yang diisi oleh responden atau subjek penelitian. Albreth (2003: 57) berpendapat bahwa:

“skala psikologi yaitu stimulus atau aitem yang berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkapkan indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.”

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi. Alasannya skala lebih banyak dipakai untuk aspek afektif. Aspek-aspek itu adalah mengenai harapan positif, afirmasi positif, pernyataan tidak menilai, penyesuaian diri yang realistik oleh Albreth (2003: 78) Dari pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa meskipun subjek dapat dengan mudah memahami isi aitemnya namun tidak mengetahui arah jawaban yang dikendaki oleh aitem yang diajukan sehingga jawaban yang diberikan subjek akan banyak tergantung pada interpretasinya terhadap isi

aitem dan jawaban yang diberikan atau dipilih oleh subjek lebih bersifat proyeksi diri, yaitu berupa proyeksi dari perasaan dan kepribadiannya.

Pengumpul data yang digunakan yaitu skala berpikir positif. Skala berpikir positif diberikan pada populasi yaitu siswa kelas XII SMA Negeri 2 Pringsewu. Kemudian, peneliti memilih siswa yang memiliki skor terendah sebagai subjek penelitian. Skala berpikir positif diberikan pada awal penelitian (*pre test*) dan akhir penelitian (*post test*). *Pre test* digunakan untuk mengetahui peningkatan kemampuan berpikir positif siswa. Kategori tingkat berpikir positif siswa yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah. Sedangkan *post test* digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat berpikir positif setelah dilakukan treatment dan sebagai pembandingan dari hasil *pre test*.

Menurut Mueller (1992: 18) berapapun pilihan jawaban yang digunakan tampaknya bekerja secara memuaskan. Harus dicatat dari pertimbangan ini bahwa pengurangan banyaknya kategori jawaban akan mengurangi penyebaran skornya (mengurangi varian) dan dengan demikian cenderung mengurangi reliabilitasnya. Menambah banyaknya kategori jawaban akan menambah besarnya varian, karena banyaknya kategori jawaban yang ditambah, maka nilai yang dicapai oleh responden yang secara menyakinkan tidak dapat membedakan antara kategori psikologi dengan kategori yang berdekatan atau berbatasan. Jadi dalam penelitian ini guna menghindari responden yang pasif, pilihan jawaban ragu-ragu atau netral tidak dijadikan sebagai salah satu dari bagian pilihan jawaban.

Skala berpikir positif menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu dengan menghilangkan jawaban ragu-ragu. Jawaban dari pertanyaan atau pernyataan yang diberikan telah tersedia sehingga subjek tinggal memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan dirinya. Alasan penyederhaan pilihan jawaban menjadi empat pilihan jawaban yang semula berjumlah lima, yaitu: sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), antara sesuai dan tidak sesuai (N), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS) karena dikhawatirkan responden akan cenderung memilih jawaban netral (N) sehingga data mengenai perbedaan diantara responden menjadi kurang informatif (Azwar 2005: 34).

Tabel 3.2 Kriteria bobot nilai pada skala psikologi

	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai (S)	Tidak Sesuai	Sangat Tidak
	Pernyataan favorable	4	3	2	1
	Pernyataan unfavorable	1	2	3	4

Kriteria skala berfikir positif dikategorikan menjadi 3, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Untuk mengkategorikannya terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

i : interval

NT : nilai tertinggi

NR : nilai terendah

K : jumlah kategori

Tabel 3.3 Kisi-kisi instrumen penelitian Skala berpikir positif

Variabel	Komponen	Indikator	No. Item	
			+	-
Kemampuan Berpikir Positif	1. Harapan Positif	a. Memiliki sikap optimis	1, 2, 3	4
		b. Berorientasi pada pemecahan masalah	7, 9, 10, 11, 12, 15	5, 6, 8, 13, 14
	2. Afirmasi Positif	a. Penghargaan terhadap diri sendiri	16, 17, 18, 20, 21	19
		b. Memiliki kepercayaan diri yang tinggi	22, 25, 26, 27, 28, 30, 31,	23, 24, 29, 32, 33, 34
	3. Pernyataan Tidak Menilai	a. Menggunakan Verbalisasi Positif terhadap diri sendiri	35	36
		b. Menggunakan Verbalisasi Positif terhadap orang lain	38, 39	37, 40
		c. Menggunakan Verbalisasi Positif terhadap situasi	42	41
	4. Penyesuaian Diri yang Realistis	a. Mampu menyesuaikan diri terhadap diri sendiri	44, 45	43, 46, 47
		b. Mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain	48, 50	51, 52, 49
			29	23
Jumlah			52	

F. Pengujian Instrumen Penelitian

1. Validitas

Validitas yang digunakan adalah validitas isi (*content validity*). Menurut Sukardi (2003:37) validitas isi atau sering disebut validitas wajah (*face validity*) adalah dimana tes mengukur tentang suatu kondisi yang ingin diukur. Untuk menguji validitas isi setelah instrumen disesuaikan tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgments experts*). Hasil uji ahli menunjukkan pernyataan tepat untuk digunakan namun perlu adanya perbaikan kembali pada skala. Setelah dilakukan uji ahli terhadap instrumen skala berfikir positif di sekolah kemudian dilakukan uji coba dan analisis aitem yang dilakukan dengan analisis faktor, yaitu dengan mengkorelasikan antar skor aitem instrumen dalam suatu faktor dan megkorelasikan skor faktor dengan skor total.

Untuk mengukur validitas peneliti menggunakan rumus korelasi pearson product moment sebagai berikut :

Rumus korelasi *product moment* :

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

keterangan :

r_{xy}	= koefisien korelasi antara x dan y
N	= jumlah subjek
X	= skor item
Y	= skor total
$\sum X$	= jumlah skor item

ΣY	=jumlah skor total
ΣX^2	=jumlah kuadrat skor item
ΣY^2	=jumlah kuadrat skor total (Arikunto 2011: 170)

Validitas dalam instrument menggunakan rumus *Product Moment* dengan taraf signifikansi 5% dan jumlah subjek 35 siswa, sehingga diperoleh r_{hitung} sebesar 0,397. Semakin besar nilai r_{hitung} dibandingkan dengan nilai r_{tabel} , maka item tersebut dapat dinyatakan **valid**. Berdasarkan perhitungan uji validitas dengan menggunakan rumus *Product Moment* dapat diketahui bahwa dari 70 item, terdapat 18 item pernyataan yang tidak valid yakni item nomor 3, 5, 6, 8, 14, 18, 20, 23, 38, 44, 46, 51, 52, 53, 58, 60, 65, dan 70. Sehingga aitem yang digunakan untuk *pre test* dan *post test* sejumlah 52 aitem, hal ini dikarenakan $r_{hitung} < r_{tabel}$. Untuk perhitungan selengkapnya secara statistik dapat dilihat pada lampiran 4 hasil uji coba.

2. Reliabilitas

Menurut Arikunto (2011: 178) Reliabilitas adalah suatu instrumen yang dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Dalam penelitian ini uji reliabilitas dihitung dengan dengan analisis reliabilitas analysis scale (alpha). Tingkat reliabilitas alat ukur berupa skala berfikir positif dapat dilihat dengan menggunakan rumus alpha:

Rumus Alpha

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

keterangan :

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan

σ^2 = jumlah varian butir

σ_{t_2} = varian total (Arikunto 2002: 171)

Adapun hasil perhitungan manual, setelah diketahui jumlah butir soal (k) yaitu 70, jumlah skor varians dari masing-masing butir ($\sum \sigma^2 b$) sebesar : 26,039 dan varian skor total ($\sigma_{t_2}^2$) sebesar 248,714 maka pengujian reliabilitas *Cronbach Alfa* sebagai berikut :

Realibilitas *Cronbach Alfa*

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

$$r_{11} = \left(\frac{70}{70-1} \right) \left(1 - \frac{26,0392}{248,714} \right)$$

$$r_{11} = \left(\frac{70}{69} \right) (1 - 0,1046)$$

$$r_{11} = (1,0144)(1 - 0,1046)$$

$$r_{11} = (1,0144)(0,8954)$$

$$r_{11} = 0,908$$

Kriteria reliabilitas yang diungkapkan oleh Basrowi (2007 : 224) sebagai

berikut:

0,80 - 1,00 : sangat tinggi

0,60 - 0,79 : tinggi

0,40 - 0,50 : cukup tinggi

- 0,20 - 0,39 : rendah
0,00 - 0,19 : sangat rendah

Rumus yang digunakan untuk menguji reliabilitas instrumen penelitian yaitu rumus Alpha dengan taraf signifikansi 5%. Semakin nilai reliabilitas mendekati angka 1, maka instrumen tersebut reliabel. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh realibilitas 0,908. Berdasarkan kriteria realibilitas di atas, maka skala berfikir positif tersebut memiliki realibilitas sangat tinggi karena realibilitas terletak antara 0,80 - 1,00 maka dikatakan memiliki realibilitas sangat tinggi. Jadi dapat dikatakan bahwa, skala berfikir positif tersebut dapat digunakan sebagai instrument dalam penelitian.

G. Teknik Analisis Data

Menurut Arikunto (2011:37) Teknik analisis data digunakan untuk untuk membuktikan hipotesis dalam suatu penelitian. Penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari sebuah perlakuan, dengan melakukan sesuatu dan mengamati dampak dari sebuah perlakuan tersebut. Maka dengan begitu pendekatan yang efektif adalah dengan membandingkan nilai *pretest* dan *posttest*.

Penelitian ini menggunakan analisis data dengan uji *Wilcoxon*. Alasan peneliti menggunakan uji *Wilcoxon* dalam analisis data adalah untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan yang berpasangan dari duadata apakah berbeda atau tidak. *Wilcoxon signed rank test* ini digunakan hanya untuk data bertipe interval atau ratio, namun datanya tidak mengikuti distribusi normal.

Didalam uji *Wilcoxon*, bukan hanya tanda-tanda positif dan negatif dari selisih skor pretest dan posttest yang diperhatikan, tetapi juga besarnya selisih/beda antara skor *pretest* dengan *posttest*. Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *posttest*. *Pretest* merupakan hasil sebelum anak diberikan bimbingan kelompok dan *posttest* merupakan hasil setelah anak diberikan bimbingan kelompok. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara pretest dan posttest melalui hasil uji *Wilcoxon* ini.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Martono, 2010:72):

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

Keterangan:

T = jumlah rank dengan tanda paling kecil

n = jumlah data

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 nyata 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).

Dari perhitungan tersebut diperoleh skor $Z_{hitung} = -5,969^b$, kemudian skor tersebut akan dibandingkan dengan skor $Z_{tabel}(\alpha) = 2,132$ pada taraf signifikansi 5% atau 0,05 dengan $n = 15$, maka $Z_{hitung} = -5,969^b < Z_{tabel} = 2,132$. Dengan demikian, berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga

dapat dikatakan bahwa kemampuan berpikir positif siswa kelas XII SMA Negeri 2 Pringsewu Tahun Ajaran 2015/2016 meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.