

BAB III METODE PENELITIAN

A. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilaksanakan di SMK Profita Bandung yang berlokasi di Jl. Pajagalan No.67 (Blk) Bandung.

2. Populasi Penelitian

Dalam penelitian ini populasi penelitiannya adalah peserta didik kelas X Tata Niaga, Keuangan, Administrasi SMK Profita Bandung Tahun Ajaran 2013/2014 yang secara administratif terdaftar dan aktif dalam pembelajaran yang berjumlah 421 orang peserta didik.

**Tabel 3.1
Populasi Penelitian
Peserta Didik Kelas X SMK Profita Bandung
Tahun Ajaran 2013/2014**

Tahun Ajaran	Kelas	Jumlah
2013/2014	X TN 1	45
	X TN 2	43
	X TN 3	47
	X TN 4	45
	X TN 5	32
	X KU 1	38
	X KU 2	43
	X AD 1	40
	X AD 2	43
	X AD 3	45
Jumlah Keseluruhan		421

Alasan rasional yang menjadi pertimbangan dalam menentukan lokasi, populasi, dan sampel penelitian di SMK Profita Bandung sebagai berikut:

- a. Peserta didik kelas X merupakan bagian dari masa penyesuaian yang lebih tinggi baik akademis maupun non akademis setelah berakhirnya masa Sekolah

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Menengah Pertama (SMP) sehingga dapat dijadikan kesempatan untuk meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik di sekolah.

- b. Sesuai dengan rekomendasi yang diberikan oleh guru pembimbing dimana terdapat berbagai kesulitan dalam masalah sosial khususnya pencapaian kecerdasan sosial peserta didik kelas X untuk meningkatkan kecerdasan sosial yang baik, hal tersebut terlihat dari keseharian peserta didik di sekolah.
- c. SMK Profita Bandung merupakan sekolah menengah kejuruan, yang membedakan dengan sekolah lanjutan tingkat atas (SLTA) lainnya yang dipersiapkan untuk ke dunia pekerjaan sehingga peserta didik di tuntut untuk lebih mempersiapkan diri salah satunya dalam kecerdasan sosial.

3. Sampel Penelitian

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* (sampel bertujuan). Pengambilan sampel secara *purposive* bertujuan agar sampel yang diambil dari populasinya "*representative*" (mewakili), sehingga dapat diperoleh informasi yang cukup untuk mengestimasi populasinya. *Purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2012: 124). Karakteristik peserta didik yang dijadikan sampel adalah:

- a. Peserta didik kelas X SMK Profita Bandung
- b. Peserta didik yang diberikan *treatment* (perlakuan) adalah peserta didik yang memiliki kecerdasan sosial yang memiliki nilai terendah.
- c. Peserta didik bersedia mengikuti proses konseling restrukturisasi kognitif sebagai *treatment* (perlakuan).

B. Pendekatan dan Desain Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mendapatkan data numerikal

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

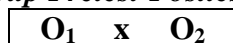
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

tentang tingkat kecerdasan sosial pada peserta didik dan keefektifan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik kelas X SMK Profita Bandung Tahun Ajaran 2013/2014.

2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen. Penelitian pra-eksperimen dilakukan dengan desain pra tes-pasca tes satu kelompok atau *one group pretest-posttest* (Sugiyono, 2012: 110), yaitu desain penelitian dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding yang digunakan untuk mengetahui ketepatan teknik restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan kecerdasan sosial.

Gambar 3.1
One Group Pretest-Posttest Design



(Sugiono, 2012: 11)

Keterangan :

O_1 = kondisi *Pre-test*

X = *Treatment* atau Perlakuan

O_2 = kondisi *Post-test*

C. Definisi Operasional Variabel (DOV)

Terdapat dua variabel utama penelitian yaitu kecerdasan sosial peserta didik dan teknik restrukturisasi kognitif. Definisi operasional variabel diuraikan sebagai berikut:

1. Kecerdasan Sosial

Menurut Humprey (Yusuf, 2011: 235) mengungkapkan bahwa kecerdasan sosial ini merupakan bentuk yang paling penting dalam inteligensi (kognitif) manusia, karena mampu memelihara hubungan dengan manusia secara efektif. Menurut Suyono (2007: 106) mengungkapkan kecerdasan sosial adalah kemampuan untuk mengerti dan menjadi peka terhadap perasaan, intense, motivasi, watak, temperamen orang lain. Kepekaan akan ekspresi wajah, suara, isyarat, dari orang lain juga masuk dalam inteligensi ini. Secara umum kecerdasan

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

sosial berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk menjalin relasi dan komunikasi dengan berbagai orang.

Dua tokoh dari psikologi inteligensi yang secara tegas menegaskan adanya sebuah kecerdasan sosial ini adalah Thorndike (Azwar, 2011: 6) dengan Gardner (2009) yang menyebutnya kecerdasan interpersonal. Selain itu Gardner (2009: 366) mendefinisikan kecerdasan sosial sebagai kemampuan untuk memahami (kognitif) dan memperkirakan perasaan, temperamen, suasana hati, maksud dan keinginan orang lain serta menanggapi secara layak (kooperatif). Dimensi kecerdasan sosial yang dikembangkan oleh Thorndike dan Gardner (Safaria, 2005: 26), yaitu:

- a) *Social insight*, yaitu kemampuan untuk memahami situasi/etika sosial dan menemukan pemecahan masalah/konflik sosial. Yang termasuk *social insight* adalah: (1) Kesadaran diri, (2) Pemahaman situasi sosial dan etika sosial, dan (3) keterampilan pemecahan masalah.
- b) *Social sensitivity*, yaitu kemampuan untuk merasakan dan mengamati reaksi-reaksi atau perubahan orang lain yang ditunjukkan baik secara verbal maupun nonverbal. Sensitivitas sosial adalah: (1) Sikap empati dan (2) Sikap prososial.
- c) *Social communication*, yaitu kemampuan untuk menggunakan proses komunikasi dalam menjalin dan membangun interpersonal yang sehat, yaitu: menyampaikan pesan dengan efektif dan menerima pesan dengan efektif.

Kecerdasan sosial dalam penelitian ini yaitu kemampuan peserta didik kelas X SMK Profita Bandung untuk berinteraksi sosial yang meliputi : (1) *social insight* (wawasan sosial), ditandai dengan peserta didik memiliki kemampuan untuk memahami diri dalam berinteraksi sosial, kemampuan menerima diri dalam berinteraksi sosial, memahami aturan-aturan dalam berteman atau bergaul, menghormati orang lain, dan kemampuan mengendalikan konflik dengan orang lain; (b) *social sensitivity* (sensitivitas sosial), ditandai dengan kemampuan merasakan perasaan orang lain, merasakan emosi non-verbal terhadap orang lain,

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

membantu seseorang yang membutuhkan, bekerjasama dengan orang lain, dan kemampuan mengungkapkan simpati pada orang lain; dan (3) *social communication* (komunikasi sosial), yang ditandai dengan kemampuan untuk menyampaikan pendapat dengan efektif, berbicara dengan hati-hati, mengendalikan diri dalam berbicara, mendengarkan dengan terbuka yang disampaikan orang lain, dan menghargai yang disampaikan orang lain.

2. Teknik Restrukturisasi Kognitif

Dobson (2010: 41) mendefinisikan “konseling kognitif perilaku sebagai pendekatan konseling yang menyatakan kognisi menengahi perilaku dan reaksi emosi terhadap lingkungan dan menentukan tingkat penyesuaian individu”. Teknik restrukturisasi kognitif merupakan salah satu teknik dalam konseling kognitif perilaku yang berfokus pada aspek kognitif individu. Mruk (2006: 35) mendefinisikan “teknik restrukturisasi kognitif adalah teknik yang menghasilkan kebiasaan baru pada konseli dalam berpikir, merasa dan bertindak dengan cara mengidentifikasi kebiasaan bermasalah, memberi label pada kebiasaan tersebut, dan menggantikan tanggapan atau persepsi diri yang negatif atau irasional menjadi lebih rasional atau realistis”.

Tahapan dalam melaksanakan teknik restrukturisasi kognitif (Dobson & Dobson, 2009: 117-127):

a. Tahap Identifikasi Pikiran-Pikiran Negatif.

Sebelum konseli diberikan bantuan untuk merubah pikiran-pikiran yang mengalami distorsi, terlebih dahulu konselor perlu membantu konseli untuk menyadari pikiran-pikiran negatif yang konseli miliki dan memberitahukan secara langsung kepada konselor. Pada tingkatan umum, konseli didorong untuk kembali pada pengalaman dan melakukan refleksi pengalaman-pengalaman yang sudah dilalui.

b. Tahap Metode Pengumpulan Pikiran-Pikiran Negatif

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Para praktisi Beck pada tahun 1979; Dobson-Dobson pada tahun 2009 mengatakan bahwa konseling kognitif perilaku menggunakan *Dysfunction Thought Record*. Penggunaan *Dysfunction Thought Record* dianggap dapat mendefinisikan karakteristik asesmen kognitif konseli. Ditahap awal konseling, konseli diminta untuk membawa buku catatan kecil untuk menuliskan tugas pekerjaan rumah, hal-hal yang berhubungan dengan perlakuan dalam konseling, dan mencatat pikiran-pikiran negatif (Fadhilah, 2013: 37).

c. Tahap Intervensi Pikiran-Pikiran Negatif

Menurut Dobson & Dobson (2009: 127) menyatakan bahwa langkah intervensi pikiran-pikiran negatif diberikan kepada konseli apabila konselor sudah mendapatkan banyak informasi mengenai pikiran-pikiran negatif konseli itu sendiri.

Secara operasional, teknik restrukturisasi kognitif dalam penelitian ini adalah teknik konseling kognitif-perilaku yang digunakan untuk memodifikasi fungsi berfikir dan emosi dalam meningkatkan kecerdasan sosial dengan mengubah pemikiran dan emosi dari yang negatif menjadi positif.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data. Variabel kecerdasan sosial pada remaja pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket tertutup dalam bentuk *checklist*, yaitu angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *checklist* pada kolom jawaban yang sesuai (Arikunto, 2010: 24-27).

Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert*. Pernyataan dalam angket terdiri dari pernyataan positif dan pernyataan negatif. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala *likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif (Sugiyono, 2012: 134).

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

E. Pengembangan Instrumen

1. Pengembangan Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Kisi-kisi instrumen kecerdasan sosial peserta didik sebelum uji coba disajikan pada tabel 3.3 sebagai berikut.

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Sosial
(Sebelum Uji Coba)

Dimensi	Aspek	Indikator	Item (+)	Item (-)	Σ
<i>Social insight</i> yaitu kemampuan untuk memahami situasi/etika sosial dan menemukan pemecahan masalah/konflik sosial	Kesadaran diri	Mampu memahami diri dalam berinteraksi sosial	1, 2, 4, 5, 6, 7	3,8	8
		Mampu menerima diri dalam berinteraksi sosial	10, 14	9, 11, 12, 13	6
	Pemahaman situasi/etika sosial	Mampu memahami aturan-aturan dalam berteman atau bergaul	15, 16, 17, 20, 22, 24, 25	18, 19, 21, 23	11
		Mampu menghormati orang lain	27, 30, 31, 32, 33, 34	26, 3, 28, 29	10
	Keterampilan pemecahan masalah sosial	Mampu mengendalikan konflik dengan orang lain	35, 36, 37, 39, 40, 41, 42	38, 42, 43, 44	11
		Empati	Mampu merasakan perasaan orang lain	45, 47, 48, 49, 50, 52, 53, 54	46, 50
Mampu merasakan emosi non-verbal orang lain	55, 56, 57, 58, 59, 60,		59, 61	8	

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

orang lain yang ditunjukkan baik secara verbal maupun nonverbal.	Sikap Prososial	Mampu membantu seseorang yang membutuhkan	63, 65, 66, 67, 68, 69, 70	62, 64	9
		Mampu bekerjasama dengan orang lain	71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 79	-	8
		Mampu mengungkapkan simpati pada orang lain	80, 81, 82	-	3
<i>Social communication</i> , yaitu kemampuan untuk menggunakan proses komunikasi dalam menjalin dan membangun interpersonal yang sehat	Menyampaikan pesan secara efektif	Mampu menyampaikan pendapat dengan efektif	85,	83, 84, 86, 87	5
		Mampu berbicara dengan hati-hati	88, 89, 90, 91, 92	-	5
		Mampu mengendalikan diri dalam berbicara	94	93, 95, 96	4
	Menerima pesan secara efektif	Mampu mendengarkan secara terbuka yang disampaikan orang lain	97, 98, 99	-	3
		Mampu menghargai yang disampaikan orang lain	101	100	2
TOTAL			69	32	101

2. Pedoman Skoring

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tabel 3.4
Pola Penyebaran Butir Pernyataan Instrumen Kecerdasan Sosial

Pernyataan	Jawaban				
	Sangat Sesuai (SS)	Sesuai (S)	Kurang Sesuai (KS)	Tidak Sesuai (TS)	Sangat Tidak Sesuai (STS)
Positif (+)	5	4	3	2	1
Negatif (-)	1	2	3	4	5

Pada alat ukur, setiap item diasumsikan memiliki 1 – 5 dengan bobot tertentu. Bobotnya sebagai berikut.

- a. Untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS) memiliki skor 1 pada pernyataan positif dan skor 5 pada pernyataan negatif.
- b. Untuk pilihan jawaban tidak sesuai (TS) memiliki skor 2 pada pernyataan positif dan skor 4 pada pernyataan negatif.
- c. Untuk pilihan jawaban kurang sesuai (KS) memiliki skor 3 pada pernyataan positif dan skor 3 pada pernyataan negatif.
- d. Untuk pilihan jawaban sesuai (S) memiliki skor 4 pada pernyataan positif dan skor 2 pada pernyataan negatif.
- e. Untuk pilihan jawaban sangat sesuai (SS) memiliki skor 5 pada pernyataan positif dan skor 1 pada pernyataan negatif.

3. Uji Coba Alat Ukur

a. Uji Kelayakan

Sebelum instrumen digunakan, instrumen yang telah disusun selanjutnya di timbang atau di *judgement* untuk menguji tingkat kelayakan dari instrumen yang telah disusun. Tujuan dari uji kelayakan instrumen ialah untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen dari segi redaksional (bahasa), konstruk, dan konten (isi). Penimbang instrumen kecerdasan sosial yaitu 3 orang pakar ahli yaitu dosen dari jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB). Hasil dari proses *judgement* oleh 3 orang pakar ahli menghasilkan pertimbangan mengenai kelayakan dari

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

instrumen yang telah disusun untuk digunakan dalam penelitian ini, dan dijadikan landasan dalam penyempurnaan instrumen.

Tabel 3.5
Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Sosial
(Setelah *Judgement*)

Dimensi	Aspek	Indikator	Item (+)	Item (-)	Σ
<i>Social insight</i> yaitu kemampuan untuk memahami situasi/etika sosial dan menemukan pemecahan masalah/konflik sosial	Kesadaran diri	Mampu memahami diri dalam berinteraksi sosial	1, 2, 4, 5, 6	3	6
		Mampu menerima diri dalam berinteraksi sosial	8, 12	7, 9, 10, 11	6
	Pemahaman situasi/etika sosial	Mampu memahami aturan-aturan dalam berteman atau bergaul	13, 14, 15, 17, 19, 21, 22	16, 18, 20	10
		Mampu menghormati orang lain	24, 27, 28, 29, 30, 31	23, 25, 26	9
	Keterampilan pemecahan masalah sosial	Mampu mengendalikan konflik dengan orang lain	32, 33, 35, 36, 39	34, 37, 38	8
<i>Social sensitivity</i> , yaitu kemampuan untuk merasakan dan mengamati reaksi-reaksi atau perubahan orang lain yang ditunjukkan baik secara verbal maupun nonverbal.	Empati	Mampu merasakan perasaan orang lain	40, 41, 42, 43, 44, 47, 48, 49	45, 46	10
		Mampu merasakan emosi non-verbal orang lain	50, 51, 52	53	4
	Sikap Prososial	Mampu membantu seseorang yang membutuhkan	55, 57, 58, 59, 60, 61, 62	54, 56	9
		Mampu bekerjasama dengan orang lain	63, 64, 65, 66, 67, 68, 69	-	7
		Mampu	70, 71	-	2

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

		mengungkapkan simpati pada orang lain			
<i>Social communication</i> , yaitu kemampuan untuk menggunakan proses komunikasi dalam menjalin dan membangun interpersonal yang sehat	Menyampaikan pesan secara efektif	Mampu menyampaikan pendapat dengan efektif	-	72, 73, 74, 75	4
		Mampu berbicara dengan hati-hati	76, 77, 78	-	3
		Mampu mengendalikan diri dalam berbicara	-	79, 80	2
	Menerima pesan secara efektif	Mampu mendengarkan secara terbuka yang disampaikan orang lain	81, 82	-	2
		Mampu menghargai yang disampaikan orang lain	83	-	1
	TOTAL			58	25

Tabel 3.6
Hasil Judgement Instrumen

Kesimpulan	Nomor Item Pernyataan	Jumlah
Memadai	3, 5, 6, 7, 8, 12, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 24, 27, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 39, 41, 42, 46, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 57, 58, 59, 62, 64, 65, 68, 70, 71, 72, 73, 75, 76, 77, 79, 80, 82, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 96, 97, 99, 101	61
Revisi	1, 2, 9, 10, 18, 26, 28, 29, 40, 43, 44, 45, 54, 55, 56, 60, 61, 63, 66, 74, 84, 100	22
Tidak Memadai	4, 6, 11, 13, 17, 19, 22, 25, 35, 38, 49, 67, 69, 78, 81, 83, 94, 95	18
Total Instrumen		101
Hasil Judgemen		101-18
		83

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

b. Uji Keterbacaan

Sebelum instrumen kecerdasan sosial di ujikan sebagai *pre-test*, terlebih dahulu instrumen di uji cobakan dan di uji mengenai keterbacaannya pada 5 orang peserta didik kelas X yang tidak dijadikan sampel. Tujuan uji keterbacaan adalah untuk mengetahui sejauh mana instrumen yang dibuat dapat dipahami dan dimengerti oleh peserta didik dari segi redaksional (bahasa) maupun makna yang terkandung didalamnya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh item pernyataan dapat digunakan dan dapat dipahami oleh peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014.

c. Uji Validitas

Validitas merupakan tingkat penafsiran kesesuaian hasil yang dimaksudkan instrumen dengan tujuan yang diinginkan oleh suatu instrumen (Creswell, 2012: 240). Uji validitas alat pengumpul data dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat mengukur apa yang akan diukur. Pengujian validitas dilakukan terhadap seluruh butir item pada instrumen yang mengungkap kecerdasan sosial peserta didik.

Dalam menguji validitas instrumen kecerdasan sosial adalah dengan menghitung koefisien korelasi skor setiap butir item dengan skor total, dengan menggunakan rumus korelasi *Pearson Product Moment* seperti yang diungkapkan oleh Furqon (2011: 103), yaitu:

$$r_{hitung} = \frac{n \cdot (\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

- r_{hitung} = Koefisien korelasi
- n = Jumlah responden
- X = Skor item
- Y = Skor total
- $\sum X$ = Jumlah skor item

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

$\sum Y$ = Jumlah skor total (seluruh item)

Berdasarkan pengolahan data, hasil uji validitas menunjukkan dari 83 butir pernyataan dari angket kecerdasan sosial didapat 83 butir pernyataan dinyatakan valid pada tingkat kepercayaan 95%.

Tabel 3.7
Hasil Uji Validitas Instrumen

Kesimpulan	No Item	Jumlah
Valid	1,2,3,4,5,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20 21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36, 37,38,39,40,41,42,43,44,45,46,47,48,49,50,51,52, 53,54,55,56,57,58,59,60,61,62,63,64,65,66,67,68, 69,70,71,72,73,74,75,76,78,77,79,80,81,82,83	83
Jumlah		83

d. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas instrumen menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan instrumen tersebut dapat dipercaya. Reliabilitas instrumen ditunjukkan sebagai derajat keajegan (konsistensi) skor yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan instrumen yang sama dalam kondisi yang berbeda. Untuk menguji reliabilitas instrumen, digunakanlah rumus *Alpha* untuk mencari reliabilitas instrumennya". Adapun rumus *Alpha* adalah sebagai berikut (Azwar, 2013: 111):

$$\alpha = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum s^2_j}{s^2_x} \right)$$

Keterangan:

- α : Reliabilitas Instrumen
 k : Banyaknya butir pernyataan atau butir soal
 $\sum s^2_j$: jumlah varians butir
 s^2_x : varians total

Guilford (Furqon, 2011: 144) mengatakan harga reliabilitas berkisar antara -1 sampai dengan +1, harga reliabilitas yang diperoleh berada di antara rentangan tersebut. Semakin tinggi harga reliabilitas instrumen maka semakin kecil

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kesalahan yang terjadi, dan semakin kecil harga reliabilitas maka semakin tinggi kesalahan yang terjadi. Metode yang digunakan dalam uji reliabilitas adalah metode Alpha. Uji reliabilitas dengan taraf signifikansi 5%, diolah dengan metode statistika memanfaatkan program komputer *Microsoft Excel*.

Adapun langkah-langkah mencari nilai reliabilitas dengan rumus alpha adalah sebagai berikut:

Langkah 1: Menghitung varians skor tiap-tiap item dengan rumus:

$$S_i = \frac{\sum X_i^2 - \left(\frac{\sum X_i}{N}\right)^2}{N}$$

Langkah 2: Menjumlahkan varians semua item dengan rumus:

$$\sum S_i = S_1 + S_2 + S_3 + \dots + S_n$$

Langkah 3: Menghitung varians total dengan rumus:

$$S_t = \frac{\sum X_t^2 - \left(\frac{\sum X_t}{N}\right)^2}{N}$$

Langkah 4: Masukkan nilai alpha dengan rumus:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right) \left(1 - \frac{\sum S_i}{S_t}\right)$$

Selanjutnya untuk mengetahui interpretasi dari reliabilitas yang diperoleh menggunakan tabel interpretasi sebagai berikut:

Tabel 3.8
Interpretasi Reliabilitas

Koefisien Korelasi	Kriteria reliabilitas
$0,81 \leq r \leq 1,00$	Derajat keterandalan Sangat Tinggi
$0,61 \leq r \leq 0,80$	Derajat keterandalan Tinggi
$0,41 \leq r \leq 0,60$	Derajat keterandalan Cukup
$0,21 \leq r \leq 0,40$	Derajat keterandalan Rendah
$0,00 \leq r \leq 0,20$	Derajat keterandalan Sangat Rendah

(Sugiyono, 2012: 216)

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pada tabel 3.8 disajikan interpretasi ketercapaian tingkat reliabilitas instrumen. Berdasarkan pengolahan data, hasil perhitungan memperlihatkan dari 83 butir item, menunjukkan koefisien reliabilitas (konsistensi internal) instrumen kecerdasan sosial sebesar 0,758. Berdasarkan pada tabel 3.8, diketahui harga reliabilitas instrumen berada pada derajat keterandalan tinggi. Artinya instrumen kecerdasan sosial mampu menghasilkan skor-skor pada setiap item dengan konsisten serta layak untuk digunakan dalam penelitian.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan kuesioner (angket). Sugiyono (2012: 199) memaparkan bahwa kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada siswa untuk menjawabnya. Kuesioner yang disebarkan berisi 83 item pernyataan baik dalam tahap penelitian tes awal (*pretest*) maupun tes akhir (*posttest*).

G. Analisis Data

Data penelitian yang diperoleh merupakan data mengenai motivasi belajar siswa. Data tersebut diolah berdasarkan langkah-langkah berikut.

1. Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk memeriksa kelengkapan jumlah angket sebelum dan sesudah disebarkan kepada responden. Pemeriksaan kelengkapan dilakukan juga pada kelengkapan peserta didik mengisi data yang dibutuhkan yaitu data identitas responden sesuai dengan kelas masing-masing dan pilihan jawaban responden terhadap item/ pernyataan dalam instrumen kecerdasan sosial peserta didik.

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Penskoran

Penyekorannya instrumen dalam penelitian ini disusun dalam bentuk data interval. Penskoran dilakukan pada setiap alternatif respon jawaban yang dipilih oleh peserta didik. Untuk pernyataan yang positif, peserta didik diberi skor 5 jika memilih pilihan yang sangat sesuai, skor 4 jika memilih pilihan yang sesuai dengan pernyataan, skor 3 jika memilih pilihan yang kurang sesuai, skor 2 jika memilih pernyataan yang tidak sesuai, dan siswa diberikan skor 1 jika memilih respon pernyataan yang sangat tidak sesuai. Sedangkan untuk pernyataan negatif siswa diberi skor 1 jika memilih pilihan respon yang sangat sesuai, skor 2 jika memilih pilihan respon yang sesuai dengan pernyataan, skor 3 jika memilih pilihan respon yang kurang sesuai, skor 4 jika memilih pernyataan yang tidak sesuai, dan siswa diberikan skor 5 jika memilih pernyataan yang sangat tidak sesuai.

3. Pengelompokan Data

Langkah selanjutnya setelah seluruh data terkumpul adalah mengolah dan menganalisis data sebagai bahan acuan dalam menyusun program intervensi teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial. Data-data yang diperoleh dari hasil penyebaran angket/instrumen kecerdasan sosial kemudian diolah dengan menetapkan ke dalam tiga kategori kecerdasan sosial, apakah berada dalam kategori tinggi, sedang atau rendah. Berikut adalah langkah-langkah dalam penentuan tingkat kategori kecerdasan sosial peserta didik:

- a. Menjumlahkan skor semua peserta didik
- b. Mencari nilai rata-rata (X) dan simpangan baku (standar deviasi/ SD)
- c. Menentukan batas-batas kelompok, yakni:

Berdasarkan langkah-langkah di atas, maka untuk pembagian kategori kecerdasan sosial peserta didik disajikan dalam Tabel 3.9 di bawah ini :

Tabel 3.9
Kategori Pengelompokan Kecerdasan Sosial Peserta Didik Kelas X
SMK Profita Bandung Tahun Ajaran 2013/2014

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

No.	Kategori	Interval	Rentang	F	%
1.	Tinggi	$(\mu + 1,0 s) \leq X$	334-427	296	70
2.	Sedang	$(\mu - 1,0 s) \leq X < (\mu + 1,0 s)$	250-333	104	25
3.	Rendah	$X < (\mu - 1,0 s)$	166-249	21	5

Rumus Penentuan Kategori = IF(CJ429>=1;"Rendah";IF(CJ429>=1;"Sedang";"Tinggi"))

Keterangan:

X = skor subjek

μ = rata-rata baku

σ = deviasi standar baku

Untuk lebih jelas, pembagian kategori kecerdasan sosial disajikan dalam Tabel 3.10 di bawah ini :

Tabel 3.10
Interpretasi Kategori Kecerdasan Sosial Peserta Didik

Kategori	Interpretasi
Tinggi 334-427	Peserta didik sudah memiliki kecerdasan sosial yang optimal pada setiap dimensi kecerdasan sosial, yaitu dimensi wawasan sosial (<i>social insight</i>), dimensi kepekaan sosial (<i>social sensitivity</i>), dan dimensi komunikasi sosial (<i>social communication</i>). Artinya peserta didik memiliki kesadaran diri, memahami etika sosial dan situasi sosial, memiliki keterampilan pemecahan masalah sosial, mampu untuk bersikap empati, mampu untuk bersikap prososial, mampu menyampaikan pesan secara efektif dan mampu menerima pesan secara efektif. Dengan kata lain peserta didik pada kategori ini memiliki kecerdasan sosial yang tinggi .
Sedang 250-333	Peserta didik sudah cukup memiliki kecerdasan sosial yang optimal pada setiap dimensi kecerdasan sosial, yaitu dimensi wawasan sosial (<i>social insight</i>), dimensi kepekaan sosial (<i>social sensitivity</i>), dan dimensi komunikasi sosial (<i>social communication</i>). Artinya peserta didik cukup memiliki kesadaran diri, cukup memahami etika sosial dan situasi sosial, cukup memiliki keterampilan pemecahan masalah sosial, cukup mampu untuk bersikap empati, cukup mampu untuk bersikap

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

	<p>prososial, cukup mampu menyampaikan pesan secara efektif dan cukup mampu menerima pesan secara efektif. Dengan kata lain peserta didik pada kategori ini peserta didik memiliki kecerdasan sosial yang sedang.</p>
<p>Rendah 166-249</p>	<p>Peserta didik kurang memiliki kecerdasan sosial yang optimal pada setiap dimensi kecerdasan sosial, yaitu dimensi wawasan sosial (<i>social insight</i>), dimensi kepekaan sosial (<i>social sensitivity</i>), dan dimensi komunikasi sosial (<i>social communication</i>). Artinya peserta didik kurang memiliki kesadaran diri, kurang memahami etika sosial dan situasi sosial, kurang memiliki keterampilan pemecahan masalah sosial, kurang mampu untuk bersikap empati, kurang mampu untuk bersikap prososial, kurang mampu menyampaikan pesan secara efektif dan kurang mampu menerima pesan secara efektif. Dengan kata lain peserta didik pada kategori ini peserta didik memiliki kecerdasan sosial yang rendah.</p>

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data yang diperoleh dari data tes awal (*pretest*), data tes akhir (*posttest*). Data dianalisis untuk menjawab pertanyaan penelitian, baik tentang gambaran umum kecerdasan sosial peserta didik. Rumusan program intervensi menggunakan teknik restrukturisasi kognitif, dan efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik. Pengolahan data menggunakan bantuan *software* SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) *Statistics 21.0 for windows*.

a. Analisis Data *Pretest*

Skor *pretest* kecerdasan sosial peserta didik yang telah diperoleh, diuji melalui pengujian normalitas pengujian normalitas ini menggunakan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov* atau *Shapiro-Wilk*. Apabila data berdistribusi normal maka pengujian dilanjutkan dengan uji homogenitas pengujian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah kedua sampel berasal dari populasi yang sama

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

atau tidak, pengujian homogenitas ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Levene's Test* selanjutnya apabila data berdistribusi normal dan homogen maka pengujian dilanjutkan dengan uji perbedaan dua rata-rata berpasangan (*paired t-test*). Perhitungan perbedaan dua rata-rata berpasangan (*paired t-test*) dapat dilakukan apabila data penelitian mempunyai distribusi normal dan homogen berarti mempunyai sebaran yang normal dan dianggap mampu mewakili populasi. Langkah perhitungan *paired t-test* dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

1) Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* atau *Shapiro-Wilk* untuk setiap data variabel penelitian pada taraf signifikansi $\alpha=0.05$ rumusan hipotesis uji, yaitu:

H_0 : Data berdistribusi normal, jika nilai $Sig \geq \alpha$

H_1 : Data tidak berdistribusi normal, jika nilai $Sig < \alpha$

2) Uji Homogenitas

Uji homogenitas dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi yang sama. Pada analisis regresi, persyaratan analisis yang dibutuhkan adalah bahwa galat regresi untuk setiap pengelompokan berdasarkan variabel terikatnya memiliki variansi yang sama. Uji homogenitas *varians* menggunakan uji *Levene* terhadap semua data variabel penelitian pada taraf signifikansi $\alpha=0.05$. Cara menafsirkan uji *Levene* ini adalah, jika nilai *Levene statistic* > 0.05 maka dapat dikatakan bahwa variasi data adalah homogen.

b. Analisis Data Posttest

Hasil skor *posttest* kecerdasan sosial peserta didik yang telah diperoleh kemudian di uji melalui Skor *pretest* kecerdasan sosial peserta didik yang telah diperoleh, diuji melalui pengujian normalitas menggunakan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov* atau *Shapiro-Wilk*. Apabila data berdistribusi normal maka pengujian dilanjutkan dengan uji homogenitas pengujian ini dilakukan dengan

tujuan untuk mengetahui apakah kedua sampel berasal dari populasi yang sama atau tidak, pengujian homogenitas ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Levene's Test* selanjutnya apabila data berdistribusi normal dan homogen maka pengujian dilanjutkan dengan uji perbedaan dua rata-rata berpasangan (*paired t-test*). Perhitungan perbedaan dua rata-rata berpasangan (*paired t-test*) dapat dilakukan apabila data penelitian mempunyai distribusi normal dan homogen berarti mempunyai sebaran yang normal dan dianggap mampu mewakili populasi.

5. Rancangan Program Intervensi (Layanan)

a. Rasional

Menurut Vygotsky pada tahun 1934, masa remaja merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan peserta didik. Pada masa remaja berkembang "*social cognition*", yaitu kemampuan memahami orang lain. Kemampuan memahami orang lain mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya. Teori *social cognition* menekankan tentang kebudayaan sebagai faktor penentu bagi perkembangan individu, kebudayaan memberikan dua kontribusi terhadap perkembangan kecerdasan peserta didik. *Pertama*, peserta didik memperoleh banyak sisi pemahamannya; dan *Kedua*, peserta didik memperoleh banyak cara berpikir atau sarana adaptasi kecerdasan (Yusuf, 2009: 7).

Teori kecerdasan yang saat ini menjadi acuan dalam mengembangkan potensi remaja adalah teori kecerdasan menurut Gardner pada tahun 2003 yang merumuskan teori Intelegensi Ganda yang biasa disebut sebagai *Multiple Intelligence*, pada dasarnya menolak pandangan psikometri dan kognitif tentang kecerdasan. Ada delapan macam kecerdasan yang menurutnya bersifat universal, yaitu: (a) Kecerdasan Linguistik, (b) Kecerdasan Logis-Matematik, (c) Kecerdasan Dimensi-Ruang (Spatial), (d) Kecerdasan Musikal, (e) Kecerdasan Kelincahan Tubuh (Kinestetik), (f) Kecerdasan Sosial/Interpersonal, (g)

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Kecerdasan Intrapersonal, dan (h) Kecerdasan Naturalis (alam) (Gardner, 2009: 3).

Menurut Wechsler pada tahun 1958, memandang kecerdasan atau inteligensi sebagai kumpulan atau totalitas kemampuan individu untuk bertindak dengan tujuan tertentu, berpikir secara rasional, serta menghadapi lingkungannya dengan efektif. Sedangkan menurut Walters & Gardner; Sternberg pada tahun 1997, mendefinisikan inteligensi sebagai suatu kemampuan atau serangkaian kemampuan-kemampuan yang memungkinkan individu untuk memecahkan masalah, atau produk sebagai konsekuensi eksistensi suatu budaya tertentu (Safaria, 2005: 20).

Kecerdasan sosial sangat penting dan berperan besar dalam kesuksesan kehidupan seseorang. Beberapa tokoh dunia yang memiliki kecerdasan sosial yang tinggi dan sukses dalam hidupnya ialah Mahatma Gandhi, Ronald Reagan, Bill Gates, Oprah Winfrey, dan sebagainya. Sebagai contohnya, Bill Gates tahu betul bahwa ia cerdas dalam menyusun program-program komputer (*software*). Tapi hal itu tidak cukup untuk menjadi wirausaha. Ia juga harus memahami keinginan, kebutuhan, dan kepentingan pasar global terhadap teknologi komunikasi informasi yang mudah dipahami (*user friendly*). Kemampuannya berempati dengan keinginan, kebutuhan, dan kepentingan orang lain itulah yang membuat Bill Gates sukses dalam menjalankan pekerjaannya dan juga kehidupannya (Setiawan, 2013: 4).

Berdasarkan pada fakta dan gambaran fenomena mengenai kecerdasan sosial peserta didik, kecerdasan sosial termasuk kedalam ranah bimbingan pribadi-sosial, sebagai layanan bimbingan untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalah-masalah pribadi sosial. Bimbingan pribadi sosial diberikan dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif, interaksi pendidikan yang akrab, mengembangkan sistem pemahaman diri, dan sikap-sikap

yang positif, serta keterampilan-keterampilan sosial yang tepat (Nurihsan, 2006: 15-16).

Penelitian yang dilakukan oleh Patterson pada tahun 1982; Janis & Mann pada tahun 1977, menyatakan konseling kognitif perilaku telah banyak dikembangkan di Indonesia dalam penanganan berbagai masalah. Dobson (2010: 41) mendefinisikan “konseling kognitif perilaku sebagai pendekatan konseling yang menyatakan kognisi menengahi perilaku dan reaksi emosi terhadap lingkungan dan menentukan tingkat penyesuaian individu”. Teknik restrukturisasi kognitif merupakan salah satu teknik dalam konseling kognitif perilaku yang berfokus pada aspek kognitif individu. Menurut Bjorkqvist (Birknervo, 2011: 241) mengatakan bahwa kecerdasan sosial memiliki tiga komponen dasar yaitu perbedaan persepsi, kognitif dan komponen perilaku. Teknik restrukturisasi kognitif membantu seseorang dalam memahami bagaimana aspek pemikiran, perasaan, tindakan, perasaan fisik, dan situasi dari pengalaman seseorang saling berinteraksi sehingga dapat memahami lebih baik masalahnya (Neenan & Dryden, 2004: 78). Dari pendapat Neenan & Dryden, terdapat hubungan antara kecerdasan sosial dengan teknik restrukturisasi kognitif yang berpusat dalam aspek kognisi.

a. Tujuan

Secara khusus tujuan intervensi (layanan) adalah meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menerima pesan secara efektif.
- 2) Meningkatkan keterampilan peserta didik dalam pemecahan masalah sosial.
- 3) Meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menyampaikan pesan secara efektif.
- 4) Meningkatkan kesadaran diri peserta didik.
- 5) Meningkatkan empati peserta didik.

b. Tahapan

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tahapan dalam melaksanakan teknik restrukturisasi kognitif (Dobson & Dobson, 2009: 117-127)

1) Tahap Identifikasi Pikiran-Pikiran Negatif.

Sebelum konseli diberikan bantuan untuk merubah pikiran-pikiran yang mengalami distorsi, terlebih dahulu konselor perlu membantu konseli untuk menyadari pikiran-pikiran negatif yang konseli miliki dan memberitahukan secara langsung kepada konselor. Pada tingkatan umum, konseli didorong untuk kembali pada pengalaman dan melakukan refleksi pengalaman-pengalaman yang sudah dilalui.

2) Tahap Metode Pengumpulan Pikiran-Pikiran Negatif

Para praktisi Beck pada tahun 1979; Dobson-Dobson pada tahun 2009 mengatakan bahwa konseling kognitif perilaku menggunakan *Dysfunction Thought Record*. Penggunaan *Dysfunction Thought Record* dianggap dapat mendefinisikan karakteristik asesmen kognitif konseli. Ditahap awal konseling, konseli diminta untuk membawa buku catatan kecil untuk menuliskan tugas pekerjaan rumah, hal-hal yang berhubungan dengan perlakuan dalam konseling, dan mencatat pikiran-pikiran negatif (Fadhilah, 2013: 37). Format untuk mencatat pikiran-pikiran negatif adalah sebagai berikut:

Tabel 3.11
Thought Record

<i>Situation</i>	<i>Automatic Thought</i>	<i>Emotion (list type and rate intensity 0-100)</i>	<i>Behavior or Action Tendencies</i>

3) Tahap Intervensi Pikiran-Pikiran Negatif

Menurut Dobson & Dobson (2009: 127) menyatakan bahwa langkah intervensi pikiran-pikiran negatif diberikan kepada konseli apabila konselor sudah

mendapatkan banyak informasi mengenai pikiran-pikiran negatif konseli itu sendiri. Beberapa hal mengenai pikiran-pikiran negatif meliputi hal-hal, yaitu:

- a) Menemukan pikiran-pikiran negatif yang berhubungan dengan reaksi emosi yang kuat.
- b) Menemukan pikiran-pikiran yang berkaitan dengan pola respon perilaku yang kuat.
- c) Menemukan pikiran-pikiran yang memiliki tingkatan keyakinan yang tinggi.
- d) Menemukan pikiran-pikiran yang berulang karena pikiran-pikiran yang dikemukakan berulang-ulang menunjukkan pola berpikir konseli.

c. Sasaran Intervensi

Sasaran dari program intervensi (layanan) untuk meningkatkan kecerdasan sosial adalah peserta didik kelas X SMK Profita Bandung adalah 10 orang peserta didik memiliki kecerdasan sosial dengan kategori rendah.

d. Isi Intervensi (Layanan)

Intervensi (layanan) teknik restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik dilakukan selama 7 sesi. Sesi intervensi yang dirancang berdasarkan hasil pertimbangan dari fenomena kecerdasan sosial dan penyesuaian penerapan pendekatan konseling kognitif perilaku khususnya teknik restrukturisasi kognitif. Setiap sesi berdurasi 1x60 menit. Penentuan jadwal intervensi berdasarkan kesepakatan antara konselor dan peserta didik. Pada setiap sesi, intruksi yang diberikan sama, namun dengan topik yang berbeda. Gambaran setiap sesi intervensi sebagai berikut:

Sesi kesatu

Sesi kesatu dilakukan pembuka dan pengenalan mengenai Kecerdasan Sosial sehingga peserta didik memahami makna kecerdasan sosial, dimensi dan aspek kecerdasan sosial. Tujuan dari tahap ini adalah membangun hubungan yang positif dengan peserta didik, serta mengenalkan intervensi kepada peserta didik dan kemampuan apa yang akan peserta didik peroleh. Selain itu pada sesi pertama

konselor menayangkan materi mengenai kecerdasan sosial kepada peserta didik sebagai pengenalan mengenai kecerdasan sosial yang nantinya akan diberikan kepada peserta didik.

Sesi kedua

Sesi kedua dengan materi “*Jadi Pribadi Yang Asik*”. Sesi kedua bertujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam memahami kelebihan dan kekurangan pada dirinya dalam hubungan sosial (interaksi sosial), yang tidak disertai perasaan minder, cemas dan merasa dikucilkan.

Sesi ketiga

Sesi ketiga dengan materi “*Show Me The Way*”. Sesi ketiga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik agar mampu memecahkan konflik pada hubungan pertemanan dengan bijak dan terselesaikan dengan baik (tuntas), dan tidak disertai perasaan khawatir dan malu.

Sesi keempat

Sesi keempat dengan materi “*Speak Up*”. Sesi keempat bertujuan untuk meningkatkan keterampilan peserta didik agar mampu menyampaikan pesan dengan tidak disertai perasaan takut dan malu dalam berbicara atau mengemukakan pendapat pada orang lain.

Sesi kelima

Sesi kelima dengan materi “*Dengarkan, Resapi dan Intropeksi*”. Sesi kelima bertujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik untuk menerima pendapat (pesan) dari orang lain dengan tidak disertai perasaan sedih, marah dan terintimidasi dalam menerima pendapat (pesan) dari orang lain.

Sesi keenam

Sesi keenam dengan materi “*Berkawan dengan Peka*”. Sesi keenam bertujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik untuk memahami

perasaan orang lain dalam berteman dengan tidak disertai perasaan malu dan tidak peduli dalam berteman.

Sesi ketujuh

Sesi ketujuh bertujuan untuk meningkatkan kemampuan mengeluarkan pikiran, sikap dan perasaan peserta didik. Tujuan dari tahap ini adalah untuk membantu peserta didik dalam membawa pikiran-pikiran yang mendasari, sikap, dan perasaan yang sepenuhnya tidak disadari oleh peserta didik. Selain itu sesi terakhir ini berbentuk *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui keefektifan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik.

e. Evaluasi

Keberhasilan dari konseling teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik adalah peserta didik mampu (1) meningkatkan kemampuan dalam menerima pesan secara efektif; (2) meningkatkan keterampilan dalam pemecahan masalah sosial; (3) meningkatkan kemampuan dalam menyampaikan pesan secara efektif; (4) meningkatkan kesadaran diri; dan (5) meningkatkan empati.

Peserta didik berhasil mengikuti kegiatan intervensi (layanan) adalah peserta didik mampu mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan negatif menjadi pikiran-pikiran atau pernyataan positif dan memperlihatkan perubahan perilaku dalam setiap sesi intervensi. Sumber utama untuk evaluasi adalah analisis terhadap pekerjaan rumah (*homework*) dijadikan ukuran untuk mengetahui perubahan pernyataan diri peserta didik yang menjadi indikator keberhasilan dari setiap sesi intervensi. Selain dengan menuliskan pekerjaan rumah (*homework*) dilihat dari perilakunya dalam kegiatan di sekolah yakni dilihat melalui wawancara dengan guru BK dan wali kelasnya.

Indikator keberhasilan program intervensi (layanan) secara keseluruhan adalah meningkatnya kecerdasan sosial yang rendah. Teknik yang digunakan

Niken Nur Anisa, 2014

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

untuk mengetahui meningkatnya kecerdasan sosial rendah adalah melalui *pre-posttest design*.

Niken Nur Anisa, **2014**

Efektivitas teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan kecerdasan sosial: studi pra-eksperimen terhadap peserta didik kelas X SMK Profita Bandung tahun ajaran 2013/2014

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu