

## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengatasi kesulitan-kesulitan yang mungkin muncul selama proses penelitian. Dalam penelitian ini desain yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan “*Quasi experimental pre post test with control group*” dengan intervensi pelatihan asertif. Penelitian dilakukan untuk mengetahui perubahan dan tanda gejala perilaku marah sebelum diberikan intervensi dan membandingkan dengan sesudah intervensi. Penelitian ini juga membandingkan kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

**Tabel 3.1 Desain Penelitian**

<i>Pre test</i>	Intervensi	<i>Post test</i>
O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
O <sub>3</sub>	Kontrol	O <sub>4</sub>

Keterangan :

O<sub>1</sub> : *Pre test* pada kelompok intervensi untuk mengetahui perilaku marah sebelum diberikan pelatihan asertif

O<sub>3</sub> : *Pre test* pada kelompok kontrol untuk mengetahui perilaku marah sebelum diberikan pelatihan asertif

X : Pemberian pelatihan asertif

O<sub>2</sub> : *Post test* pada kelompok intervensi untuk mengetahui perilaku marah sesudah diberikan pelatihan asertif

O<sub>4</sub> : *Post test* pada kelompok kontrol untuk mengetahui perilaku marah sebelum diberikan pelatihan asertif.

### 3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah variabel secara operasional dan berdasarkan karakteristik yang diamati dalam melakukan pengukuran secara cermat terhadap objek atau fenomena dengan menggunakan parameter yang jelas (Silalahi, 2018).

**Tabel 3.1** Definisi Operasional dan Variabel Penelitian

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Kemampuan mengatasi perilaku marah	Kemampuan yang dimiliki siswa untuk mengatasi tanda dan gejala perilaku marah dilihat dari: - Respon kemarahan ( <i>anger in</i> ) dimana ungkapan emosi marah cenderung ditekan kedalam diri - Respon kemarahan ( <i>anger out</i> ) merupakan reaksi kemaarahan keluar yang	Kuisisioner	Mengisi kuisisioner sebanyak 40 pertanyaan yang terdiri dari 5 pilihan jawaban 1 Tidak Pernah 2 Jarang 3 Kadang-kadang 4 Sering 5 Sangat sering	Jumlah skor yang didapatkan dengan nilai maksimum 160 dan nilai minimum 40	Ordinal

dimunculkan  
ketika dalam  
keadaan  
marah  
- Respon  
kemarahan  
(*anger  
control*)  
kemampuan  
untuk  
mengontrol  
marah dan  
berusaha  
menjaga  
sikap untuk  
tetap positif  
dalam  
menghadapi  
marah

---

### 3.3 Subjek dan Tempat Penelitian

#### 3.3.1 Populasi

Populasi adalah jumlah total dari seluruh unit atau elemen di mana penyelidik tertarik. Populasi adalah seluruh unit-unit yang darinya sampel dipilih. Populasi dapat berupa organisme, orang atau sekelompok orang, masyarakat, organisasi, benda, objek, peristiwa, atau laporan yang semuanya memiliki ciri yang harus didefinisikan secara spesifik dan tidak secara mendua. Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah siswa SMK PGRI 2 Sumedang kelas 10 dan 11 dari berbagai jurusan yaitu Teknik Bisnis Sepeda Motor (TBSM), Produksi dan Siaran Program Televisi (PSPT), dan Teknik Kendaraan Ringan Otomotif (TKRO) yang terdiri dari kelas 10 sebanyak 3 kelas dan kelas 11 sebanyak 5 kelas. Namun demikian peneliti hanya diberi dua kelas dari 8 kelas tersebut satu kelas dari kelas 10 dan satu kelas dari kelas 11 yang masing-masing

berjumlah 30 orang siswa per kelasnya, sehingga populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 60 orang siswa.

### 3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian subjek dalam populasi yang diteliti, yang secara representatif dapat mewakili populasinya. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel dengan cara *accidental sampling*. *Accidental sampling* menurut Notoatmodjo, (2010) adalah teknik pengambilan sampel secara aksidental (*accidental*) dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian.

Sampel dari penelitian ini adalah 30 siswa untuk kelompok intervensi dan 30 siswa untuk kelompok kontrol sehingga total responden 60 siswa. Menurut Borg and Gall, (2007) konsep “minimal 30 responden” adalah aturan khusus untuk penelitian eksperimen dan komparatif, sehingga sampel yang diperlukan yaitu 15-30 responden setiap kelompok (Alwi, 2015).

### 3.3.3 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Jalan Angkrek No. 99 Rt.1 Rw.14 Kel. Situ Kec. Sumedang Utara yang berlokasi di SMK 2 PGRI Sumedang yang memiliki perolehan data dari pihak sekolah terkait dengan Pengaruh Pelaksanaan Pelatihan Asertif Terhadap Perilaku Marah pada Remaja.

## 3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, dan sistematis, sehingga lebih mudah diolah. Data instrumen evaluasi yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuisisioner perilaku. Angket perilaku berisi 40 pertanyaan tentang perilaku marah dengan satu jawaban yang tegas dan pasti.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuisisioner yang dibuat oleh (Diwanti, 2022), yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan rentang nilai 1 sampai 5 (1=Tidak pernah, 2=Jarang, 3=Kadang-kadang, 4=Sering, 5=Sering sekali) yang terdiri 40 pertanyaan.

### 3.4.1 Uji Validitas

Uji validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat keyakinan dan kesahihan suatu instrumen. Instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas

tinggi, sedangkan instrumen yang kurang valid memiliki validitas rendah. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur hal-hal yang diinginkan dan mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan bahwa data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran validitas yang dimaksud (Anggara, 2015). Uji validitas yang dilakukan oleh Diwanti, (2022) menggunakan *internal structure* dengan menguji CFA dengan LISREL. Berdasarkan hasil analisis didapatkan hasil nilai *chi-square*= 957,48, *df*= 711, *p-value*= 0.0000, RMSEA= 0.056, serta CFI= 0.94.

### 3.4.2 Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan suatu instrumen yang cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang dapat dipercaya dan reliable akan menghasilkan data yang dapat dipercaya, apabila datanya sesuai kenyataan, berapa kali diambil pun hasilnya akan tetap sama (Anggara, 2015). Hasil penghitungan reliabilitas yang dilakukan oleh Diwanti, (2022) didapatkan hasil nilai reliabilitas yang tinggi sebesar cronbach alpha ( $\alpha$ ) 0,928.

## 3.5 Prosedur Penelitian

Langkah awal dari proses penelitian ini dimulai dengan peneliti mengajukan permohonan surat izin penelitian kepada pihak sekolah. Setelah mendapat izin tertulis, kemudian peneliti melakukan koordinasi dengan pihak sekolah. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada area penelitian yaitu SMK PGRI 2 Sumedang. Langkah-langkah pelaksanaan penelitian meliputi:

### 1) Identifikasi responden

Identifikasi responden dilakukan pada populasi yang diambil di SMK PGRI 2 Sumedang. Responden mengisi kuisioner untuk menilai perilaku marah.

### 2) *Pre test*

Setelah responden menandatangani pertanyaan kesediaan menjadi responden dan mengisi data demografi saat itu juga dilakukan *pre test* dengan mengukur tanda gejala perilaku marah, kemudian data diedit dan diolah sesuai dengan analisis data

### 3) *Intervensi*

Intervensi yang dilakukan pada penelitian ini adalah memberikan *assertive training* untuk mengontrol perilaku marah pada kelompok intervensi selama

dua hari berturut-turut. Pelaksanaan pelatihan asertif yang dilakukan dalam penelitian ini dibagi menjadi 5 sesi yaitu:

- a) Sesi satu : melatih kemampuan peserta mengenal tentang marah  
Tujuannya : peserta mampu mengidentifikasi tentang marah, bagaimana marah terjadi, faktor-faktor yang membuat marah, dan bagaimana respon kemarahan yang terjadi pada diri seseorang tersebut.  
Teknik pelaksanaan melalui brainstorming, role playing, feedback, dan transferring.
- b) Sesi dua : melatih kemampuan kontrol cepat kemarahan  
Tujuannya : peserta mampu mengidentifikasi langkah cepat untuk mengetahui kemarahan yang dialami (sesuatu yang dianggap tepat bagi peserta). Dan mampu mengungkapkan dengan cara yang tepat.  
Teknik pelaksanaan melalui brainstorming, role playing, feedback, dan transferring.
- c) Sesi tiga : melatih kemampuan mengelola kemarahan  
Tujuannya : peserta mampu memahami perilaku asertif dalam berbagai situasi, memahami manfaat dan mempertahankan perilaku asertif. Peserta juga mampu mengembangkan strategi lain untuk mengelola kemarahannya.  
Teknik pelaksanaan melalui brainstorming, role playing, feedback, dan transferring.
- d) Sesi empat : melatih peserta untuk mampu membina hubungan dengan teknik komunikasi  
Tujuannya : peserta mampu membangun cara pengelolaan marah dengan menerapkan komunikasi yang efektif. Latihan dalam sesi ini berupa latihan pengungkapan marah dengan verbal (meminta dengan baik, menolak dengan baik, dan mengungkapkan marah dengan baik).  
Teknik pelaksanaan melalui brainstorming, role playing, feedback, dan transferring.
- e) Sesi 5 : melatih kemampuan mengenali dan menemukan pikiran negatif (pikiran marah, dendam, sakit hati, pikiran ingin menyakiti/melukai). Pada sesi ini peserta mengemukakan pikiran negatif yang masih ada dalam diri setelah dilakukan latihan pelatihan asertif

Tujuannya : peserta mampu mengidentifikasi pikiran negatif, dan mengungkapkan pikiran, perasaan, dengan cara yang tepat.

Teknik pelaksanaan melalui brainstorming, role playing, feedback, dan transferring.

#### 4) *Post test*

Selanjutnya kegiatan terakhir dalam penelitian ini adalah pengumpulan data setelah intervensi (post test) untuk kelompok intervensi dan kontrol. Prosedur yang sama dilakukan pada waktu sebelum intervensi. Post test dilakukan untuk mengukur tentang kemampuan *anger management*.

### 3.6 Teknik Pengolahan Data

Data yang telah dikumpulkan diolah dan disajikan dengan menggunakan tabel pengolahan data pada penelitian ini dilakukan tahapan sebagai berikut:

- 1) *Editing*, data yang telah ada dilakukan untuk memeriksa validitas dan reliabilitas. Kegiatan ini meliputi pemeriksaan atas kelengkapan pengisian kuisioner, kejelasan makna jawaban, konsistensi dan relevansi jawaban dan keseragaman pengukuran.
- 2) *Coding*, sebelum data diolah selanjutnya akan dibuat struktur data yang terdiri dari kegiatan pembuatan variabel, penentuan jenis data, penentuan variabel, penentuan skala data yang akan digunakan.
- 3) *Entri data*, untuk keperluan analisa maka data dilakukan *entry data* dengan memasukkan data dari kuisioner dalam bentuk kode ke program komputerisasi yang sesuai.
- 4) *Cleaning data*, setelah data dimasukkan kemudian dilakukan pembersihan seluruh data agar terbebas dari segala kesalahan dalam bentuk pengkodean maupun membaca kode, kesalahan juga mungkin terjadi pada saat kita memasukkan data ke komputer.
- 5) *Tabulasi data*, hasil olahan data yang ada selanjutnya dilakukan peringkasan data yang masuk (data mentah) kedalam tabel-tabel yang telah dipersiapkan. Proses tabulasi meliputi antara lain :
  - a) mempersiapkan tabel dalam kolom dan barisnya yang sesuai
  - b) menghitung banyaknya frekuensi dalam kategori setiap jawaban
  - c) menyusun distribusi atau tabel frekuensi.

Setelah data didapat, dilakukan pengecekan lagi apakah data yang ada salah atau tidak.

### 3.7 Analisis data

Analisis data adalah proses penyederhanaan dan penyajian data dengan mengelompokkannya dalam suatu bentuk yang mudah dibaca dan diinterpretasikan (Silalahi, 2018).

#### 1) Analisis Univariat

Analisa univariat adalah analisa yang dilakukan untuk menganalisis tiap variabel dari hasil penelitian. Analisis univariat dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 23 untuk mengetahui dan mendeskripsikan karakteristik responden setiap variabel yang ada. Variabel tingkat perilaku marah siswa SMK 2 PGRI Sumedang disajikan dalam bentuk diagram atau tabel.

#### 2) Analisa Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk menguji hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Analisis ini digunakan dengan bantuan SPSS Versi 23. Uji statistik yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji normalitas merupakan uji yang dilakukan pada tahap awal pengumpulan data untuk menguji hipotesis statistik, setelah itu dilakukan uji homogenitas data untuk mengetahui homogen atau tidaknya data tersebut, selanjutnya dilakukan *paired sampel t-test* dan uji *independent sampel t-test* untuk mengetahui adanya pengaruh sebelum dan sesudah diberikan intervensi, selanjutnya untuk mengkaji keefektifan intervensi, dan uji *n-gain* dilakukan pada tahap akhir untuk mengetahui seberapa efektif pelatihan asertif yang diberikan kepada responden. Ditandai dengan adanya perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dan menguji seberapa besar pengaruh pelatihan asertif menggunakan uji *n-gain*.

### 3.8 Etika Penelitian

Untuk melindungi hak-hak responden maka peneliti melakukan prosedur penelitian yang dimulai dengan pengurusan surat izin penelitian oleh pihak kampus Universitas Pendidikan Indonesia prodi S1 Keperawatan dan melakukan uji kode etik di Universitas Jenderal Achmad Yani dengan Nomor 04/KEPK/FITkes-UNJANI/XII/2023. Kemudian peneliti menyampaikan surat permohonan tersebut kepada pihak sekolah SMK 2 PGRI Sumedang. Selanjutnya semua responden yang akan menjadi sampel penelitian

akan diberikan informasi tentang rencana dan tujuan penelitian serta teknis kegiatan yang akan dilakukan melalui pertemanan resmi dan juga tertulis.

Sebagai pertimbangan etika peneliti meyakinkan bahwa responden mendapatkan hak:

- 1) *Self determination*, yaitu responden diberi kebebasan untuk menentukan apakah bersedia atau tidak dalam penelitian ini, dengan surat pernyataan persetujuan (*informed consent*). Jadi setiap responden yang bersedia sebagai responden akan menandatangani surat persetujuan yang telah disediakan.
- 2) *Privacy*, yaitu responden dijaga kerahasiannya dimana informasinya hanya digunakan untuk penelitian.
- 3) *Anonymity*, yaitu selama kegiatan penelitian nama responden tidak digunakan, dan diganti dengan nomor responden.
- 4) *Confidentiality*, yaitu peneliti menjaga rahasia identitas responden dan informasi yang diberikan jika data telah selesai digunakan.
- 5) *Protection*, yaitu responden bebas dari rasa tidak nyaman.