

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini menjelaskan metode penelitian yang mencakup paradigma penelitian, pendekatan penelitian, metode dan desain penelitian, partisipan penelitian, instrumen penelitian, pengembangan program, prosedur penelitian, serta analisis data.

3.1. Paradigma Penelitian

Penelitian pertama akan dilakukan adalah meneliti sikap harga diri dengan mengumpulkan data penelitian penjelasan tersebut termasuk kedalam ontologi sebuah penelitian, lalu menggunakan instrumen untuk melihat harga diri pada peserta didik yang pernah mengalami perundungan untuk mengungkap kebenarannya ini termasuk kedalam penjelasan dari epistemologi dalam penelitian. Setelah itu, instrumen yang terkumpul dibuktikan kebenarannya dengan menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Kemudian menguji efektivitas teknik dalam membantu mengembangkan harga diri sebagai aksiologi dalam penelitian.

Paradigma yang digunakan adalah positivism karena dalam penelitian ini dilakukan prediksi berdasarkan alat ukur sehingga penelitian ini memakai perumusan hipotesis, pengujian hipotesis, membuat definisi operasional dan perhitungan untuk memperoleh data yang terukur, serta dalam penelitian kualitatif ditunjukkan dengan menggunakan pandangan logika induktif, yaitu mentafsirkan dari khusus ke umum (Kivunji & Kuyini, 2017; Houser, 2020). Kualitatif dalam penelitian ini mendeskripsikan dinamika perubahan harga diri pada peserta didik setelah diterapkan pendekatan konseling CBT menggunakan teknik restrukturisasi kognitif.

3.2 Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan penelitian mixed-method. Pendekatan *mixed-method* adalah prosedur untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mencampurkan pendekatan kuantitatif dengan kualitatif dalam satu studi untuk dapat memahami suatu permasalahan penelitian lebih dalam dan luas (Creswell, 2012; Houser, 2020). *Mixed-method* yaitu pendekatan penelitian

yang mencampurkan pendekatan kualitatif dan kuantitatif, pendekatan kuantitatif di penelitian ini berperan sebagai data utama. Pendekatan kuantitatif yang dilakukan pada penelitian digunakan untuk dapat mengukur harga diri yang dimiliki peserta didik (sebagai kondisi baseline). Peneliti setelahnya dapat menginterpretasikan data yang diperoleh sehingga dapat dijadikan acuan atau dasar dalam rancangan konseling dengan teknik self-talk untuk dapat meningkatkan sikap harga diri peserta didik yang pernah mengalami perundungan. Pendekatan kuantitatif juga digunakan untuk mengukur harga diri peserta didik setelah diberikan intervensi guna menguji perubahan harga diri pada peserta didik yang pernah mengalami perundungan setelah diberikan konseling.

Pendekatan kualitatif pada pendekatan penelitian *mixed-method* digunakan untuk memperoleh gambaran harga diri peserta didik sebelum diberikan intervensi, setelah itu dilakukan analisa harga diri dengan peserta didik yang teridentifikasi pernah mengalami perundungan yang memiliki harga diri rendah untuk diberikan konseling. Pendekatan kualitatif juga dilakukan untuk dapat mendeskripsikan harga diri setelah intervensi dan perubahan perilaku (dinamika) harga diri pada peserta didik yang pernah mengalami perundungan setelah diberikan konseling dengan teknik restrukturisasi kognitif.

3.3. Metode dan Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen kuasi yang memungkinkan peneliti menentukan sampel penelitian sesuai dengan kriteria-kriteria tertentu yang akan diteliti. Metode ini bertujuan untuk membandingkan dua kelompok atau kelompok yang sama pada waktu yang berbeda. Walaupun dapat mengelola dan mengontrol pendekatan eksperimen kuasi, metode ini tidak melibatkan pengacakan partisipan. (Houser, 2019). Eksperimen kuasi dilakukan untuk mengevaluasi seberapa efektif layanan diterapkan oleh peneliti.

Langkah-langkah dalam metode eksperimen kuasi meliputi: pertama, pemilihan subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* dalam kerangka *non probability sampling*. Kedua, dilakukan pemberian *pre-test* kepada

kedua kelompok penelitian sebelum layanan diberikan. Ketiga, intervensi konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif diterapkan pada kelompok eksperimen. Terakhir, dilakukan pemberian *post-test* kepada kedua kelompok setelah layanan selesai diberikan. (Creswell & Guetterman, 2012).

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas intervensi dalam meningkatkan harga diri siswa dengan menggunakan metode *pretest* dan *posttest*. *Pretest* dilakukan sebelum layanan diberikan, sementara *posttest* dilakukan setelah layanan diberikan. Perbedaan utama antara penelitian ini dan penelitian eksperimen sejati (*true experimental*) terletak pada cara perlakuan yang diterapkan pada kelompok. Dalam eksperimen sejati, kelompok dibagi secara acak, sedangkan dalam eksperimen kuasi pembagian kelompok tidak dilakukan secara acak (Houser, 2019). Oleh karena itu, desain penelitian ini menggunakan *Pretest-Posttest Nonequivalent Group Design*.

Dalam penelitian ini, peneliti melibatkan dua kelompok: kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen akan menerima konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif, sementara kelompok kontrol tidak akan mendapatkan konseling dengan teknik tersebut. Rancangan penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2 *Pretest-Posttest Nonequivalent Group Design*

Kelompok 1	O ₁	X ₁	O ₂
Kelompok 2	O ₃	X	O ₄

(Houser, 2020)

Keterangan:

Kelompok 1: Kelompok Eksperimen

Kelompok 2: Kelompok Kontrol

O₁ & O₃: *Pre-test*

O₂ & O₄: *Post-test*

X: Tidak diberikan perlakuan

X₁: Perlakuan dengan teknik restrukturisasi kognitif

3.4 Peserta Penelitian

Peserta dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMP Negeri 56

Bandung Tahun Pelajaran 2023/2024. Pemilihan peserta mempertimbangkan faktor-faktor relevan berdasarkan informasi dari Guru BK dan hasil angket yang dibagikan. Sampel dipilih berdasarkan hasil dari *pre-test* yang telah dilaksanakan. Data populasi dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 3 Data populasi Siswa Kelas VII SMP Negeri 56 Bandung

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki-laki	Perempuan	
1	VII A	12	16	28
2	VII B	11	16	27
3	VII C	10	17	27
4	VII D	10	17	27
5	VII E	12	16	28
6	VII F	11	16	27
7	VII G	12	16	28
8	VII H	11	16	27
9	VII I	11	16	27
10	VII J	10	17	27
Jumlah		110	163	273

Metode yang digunakan untuk memilih peserta dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dan *nonprobability sampling*. Beberapa karakteristik yang digunakan dalam pemilihan peserta adalah sebagai berikut;

- 1) Siswa adalah siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang sesuai dengan populasi penelitian,
- 2) Siswa memiliki harga diri yang rendah, sedang, tinggi
- 3) Sampel laki-laki dan perempuan memiliki kesamaan
- 4) Peserta didik merupakan remaja yang berusia dengan rentang usia 11-14 tahun
- 5) Peserta didik pernah mengalami perundungan
- 6) Peserta didik bersedia mengikuti seluruh intervensi konseling kelompok yang diberikan

Berdasarkan kriteria di atas, dari 273 peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung terdapat 163 peserta didik yang pernah mengalami perundungan. Selanjutnya, untuk kepentingan penelitian maka diambil masing-masing 10 peserta didik untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Karena

peraturan yang ada, jumlah peserta konseling kelompok dibatasi, karakteristik ukuran sampel yang digunakan adalah 5-10 orang (Kemendikbud, 2016).

Secara lebih rinci, tahapan yang terlibat dalam mengumpulkan peserta untuk intervensi atau layanan meliputi penilaian kelompok berdasarkan rekomendasi guru bimbingan dan konseling untuk menentukan siswa yang layak dan dimasukkan dalam populasi. Peserta kemudian akan diberikan skala harga diri dan diminta untuk bersedia mengikuti tes awal. Setelah itu, data akan diproses dan dikategorikan berdasarkan tingkat harga diri. Fokus pengambilan sampel adalah memilih siswa dengan tingkat harga diri rendah atau sedang, dengan 5 hingga 10 peserta dipilih untuk kelompok eksperimen dan 5 hingga 10 peserta dipilih untuk kelompok kontrol.

3.5 Instrumen Penelitian

3.5.1. Pengembangan Instrumen

Penelitian ini mengumpulkan data menggunakan instrumen seperti survei atau kuesioner. Instrumen yang digunakan adalah instrumen harga diri, yaitu CSEI (*Coopersmith Self-Esteem Inventory*) yang dikembangkan oleh Coopersmith pada tahun 1967. Peneliti menggunakan adaptasi dari instrumen CSEI karena teori yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikembangkan oleh Coopersmith.

Harga diri adalah evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai dirinya sendiri, khususnya terkait dengan sikap menerima atau menolak dirinya sendiri. Ini juga mencerminkan sejauh mana individu percaya pada kemampuan, makna, kesuksesan, dan nilai dirinya. (Coopersmith, 1967).

Menurut Coopersmith (1967) harga diri terdiri dari empat aspek: *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kompetensi). *Power* (kekuatan) adalah kemampuan individu untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku serta mendapatkan pengakuan atas tingkah laku tersebut dari orang lain. *Significance* (keberartian) merujuk pada kemampuan individu untuk menerima diri sendiri, serta kepedulian, perhatian, dan afeksi yang diterima dari orang lain. *Virtue* (kebajikan) adalah ketaatan terhadap standar moral dan etika.

Competence (kompetensi) adalah kemampuan yang mencakup performa tinggi untuk memenuhi kebutuhan mencapai prestasi.

3.5.2. Definisi Operasional Variabel

Dalam penelitian ini memuat dua variabel, yaitu harga diri dan teknik restrukturisasi kognitif.

1. Harga diri

Harga diri adalah penilaian siswa kelas VII SMPN 56 Bandung Tahun Pelajaran 2023/2024 terhadap diri mereka sendiri, yang ditunjukkan melalui keyakinan bahwa mereka mampu, cakup, layak, dan berhasil sebagai siswa.

- a. Kekuatan, dalam penelitian ini, kekuatan didefinisikan sebagai kemampuan peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang pernah mengalami perundungan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku mereka serta mendapatkan pengakuan dari orang lain atas tingkah laku tersebut. Indikator kekuatan meliputi: a) kemampuan mempengaruhi orang lain di lingkungan sekitar; b) memiliki inisiatif untuk melakukan sesuatu.
- b. Keberartian, dalam penelitian ini, keberartian didefinisikan sebagai kepedulian, perhatian, dan afeksi yang diterima oleh peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang pernah mengalami perundungan dari orang lain. Indikator keberartian meliputi: a) kemampuan memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri; b) mendapatkan pengakuan dari lingkungan.
- c. Kebajikan, dalam penelitian ini, kebajikan didefinisikan sebagai ketaatan peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang pernah mengalami perundungan terhadap standar moral dan etika. Indikator kebajikan meliputi: a) ketaatan terhadap peraturan; b) kemampuan menjadi teladan yang baik di lingkungan sekitar.
- d. Kemampuan. Dalam penelitian ini, kemampuan didefinisikan sebagai usaha peserta didik kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang pernah mengalami perundungan untuk memenuhi kebutuhan dalam mencapai prestasi (*need of achievement*). Indikator kemampuan meliputi: a) kemampuan melaksanakan tugas yang diberikan; b) kemampuan membuat keputusan secara mandiri.

2. Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif

Layanan konseling dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif merupakan aktivitas konseling kelompok yang dilakukan peneliti kepada siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung tahun pelajaran 2023/2024 untuk meningkatkan harga diri siswa melalui lima tahapan teknik restrukturisasi kognitif yaitu: 1) asesmen diagnosis; 2) mengidentifikasi pikiran negatif; 3) Memonitor pikiran melalui *thought record*; 4) intervensi pikiran-pikiran negatif menjadi positif; 5) pengenalan dan penguatan positif.

3.5.3. Kerangka Instrumen

Teori Coopersmith (1967), yang dikembangkan sebagai respon terhadap kebutuhan peneliti, menjadi dasar pengembangan instrumen dalam penelitian ini. Berikut kerangka instrumen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4 Kisi-kisi Instrumen Harga diri

Aspek	Indikator	Pernyataan		Σ
		(+)	(-)	
a. Kekuatan (<i>power</i>)	1. Mampu memengaruhi orang lain yang berada dilingkungan	1,2,3	4,5	10
	2. Memiliki inisiatif untuk melakukan sesuatu supaya mencapai tujuan	6,7,8	9,10	
b. Keberartian (<i>significance</i>)	1. Mampu memahami kekurangan dan kelebihan diri sendiri	11,12,15	13,14	10
	2. Memperoleh pengakuan dari lingkungan	16,17,18	19,20	
c. Kebajikan (<i>Virtue</i>)	1. Taat pada peraturan	21,22,23	24,25	10
	2. Dapat menjadi contoh yang baik dalam lingkungan	26,27,28	29,30	
d. Kemampuan (<i>competence</i>)	1. Mampu menyelesaikan tugas yang diberikan	31,32,33	34,35	10
	2. Mampu mengambil keputusan sendiri	36,37,38	39,40	
Jumlah		24	16	40

3.5.4. Panduan penilaian dan interpretasi instrumen

Panduan penilaian dan interpretasi instrumen harga diri dibahas dalam bagian ini. Pedoman penilaian dan interpretasi instrumen adalah sebagai berikut.

1. Pedoman Skoring

Modifikasi dari *The Self Esteem Inventory* (SEI) digunakan untuk mengumpulkan data penelitian, merujuk pada gagasan Coopersmith (1967) dalam bukunya "*The Antecedents of Self-Esteem.*" Instrumen tersebut kemudian dimodifikasi untuk memenuhi kebutuhan.

Instrumen harga diri diukur menggunakan metode skala Likert. Skala Likert adalah alat ukur yang digunakan untuk menilai persepsi, sikap, atau pendapat seseorang atau kelompok mengenai suatu peristiwa atau fenomena sosial (Pranatawijaya et al., 2019). Pada instrumen harga diri ini terdapat lima kategori jawaban. Indikator harga diri ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor total individu, maka semakin tinggi pula tingkat harga diri yang dimiliki oleh individu tersebut. Sebaliknya semakin rendah skor yang di dapatkan oleh individu maka semakin rendah juga harga diri yang di miliki individu tersebut. Lebih lanjutnya pada penelitian di bawah ini merupakan skor skala instrument harga diri. Rasch Model digunakan untuk pengolahan data instrumen harga diri. Selanjutnya pemberian skor tiap item *favorable* dan *unfavorable* dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 5 Pedoman Penyeoran Instrumen Harga Diri

Respon	Nilai	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Kurang Sesuai	3	3
Tidak Sesuai	2	4
Sangat Tidak Sesuai	1	5

2. Pedoman Penafsiran Instrumen

Instrumen diinterpretasikan melalui proses kategorisasi untuk menjawab pertanyaan penelitian mengenai harga diri siswa secara umum. Klasifikasi yang

digunakan meliputi rendah, sedang, dan tinggi yang sudah melalui pengolahan data Rasch Model dan Winstep yang dijadikan dasar untuk pengambilan sampel. Sampel penelitian diambil dari 10 kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang semuanya memiliki harga diri rata-rata rendah. Perhitungan kategori skala harga diri dapat dilihat di bawah ini.

Tabel 6 Teknik pengkategorian Skor

No	Kriteria	Kategori
1	$X \geq M + 1.SD$	Tinggi
2	$(M - 1.SD) \leq X < (M+1.SD)$	Sedang
3	$X \leq M - 1.SD$	Rendah

Kategorisasi harga diri akan dijelaskan dalam tabel yang menunjukkan makna dari masing-masing kategori harga diri berikut ini:

Tabel 7 Standar Kategorisasi Harga Diri

Standar Skor	Nilai	Kategori	Keterangan
$X \geq \text{Mean} + 1. SD$	$X \geq 132$	Tinggi	Siswa dengan kategori tinggi adalah siswa yang memiliki antara enam hingga delapan indikator, ditandai dengan mampu memengaruhi orang lain yang berada dilingkungan, memiliki inisiatif untuk melakukan sesuatu supaya mencapai tujuan, mampu memahami kekurangan dan kelebihan diri sendiri, memperoleh pengakuan dari lingkungan, taat pada peraturan, dapat menjadi contoh yang baik dalam lingkungan, mampu menyelesaikan tugas yang diberikan dan mampu mengambil keputusan sendiri
$(\text{Mean} - 1.SD) \leq X < M + 1. SD$	$84 \leq X < 132$	Sedang	Siswa dengan kategori sedang adalah siswa yang menguasai antara tiga hingga lima indikator, ditandai dengan mampu memengaruhi orang lain yang berada dilingkungan, memiliki inisiatif untuk melakukan sesuatu supaya mencapai tujuan, mampu memahami kekurangan dan kelebihan diri sendiri, memperoleh pengakuan dari

Standar Skor	Nilai	Kategori	Keterangan
			lingkungan, taat pada peraturan, dapat menjadi contoh yang baik dalam lingkungan, mampu menyelesaikan tugas yang diberikan dan mampu mengambil keputusan sendiri
$X \leq M - 1.SD$	$X < 84$	Rendah	Siswa dengan kategori rendah adalah siswa yang menguasai antara satu hingga dua indikator, ditandai dengan mampu memengaruhi orang lain yang berada di lingkungan, memiliki inisiatif untuk melakukan sesuatu supaya mencapai tujuan, mampu memahami kekurangan dan kelebihan diri sendiri, memperoleh pengakuan dari lingkungan, taat pada peraturan, dapat menjadi contoh yang baik dalam lingkungan, mampu menyelesaikan tugas yang diberikan dan mampu mengambil keputusan sendiri

3. Uji kelayakan Instrumen

Sebelum digunakan, instrumen penilaian harga diri telah melalui beberapa tahap pengujian. Hal ini dimaksudkan agar instrumen penilaian harga diri dapat berfungsi secara efektif. Kegiatan yang dilakukan dalam pengujian instrumen adalah sebagai berikut:

1) Uji Penimbang

Sebelum instrumen harga diri disebarkan kepada responden, terlebih dahulu dilakukan uji rasional instrumen yang telah dipersiapkan dan dikembangkan oleh para ahli. Validitas instrumen ini diuji oleh tiga ahli, yaitu seorang dosen bimbingan dan konseling (BK), seorang praktisi BK, dan seorang guru BK di sekolah yang menjadi sasaran penelitian. Uji rasional instrumen ini dilakukan oleh Prof. Dr. H. Mubiar Agustin, M.Pd., Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd. dan Asep Iman, M.Pd. Tujuan dari pengujian instrumen harga diri ini adalah untuk menilai kelayakan instrumen secara konstruk, isi, dan bahasa. Lembar penilaian yang berisi kriteria kelayakan instrumen, yaitu terpenuhi, terevisi, dan tidak terpenuhi, diberikan kepada para ahli pada saat pengujian rasional instrumen.

Jika asumsi dan aturan terpenuhi, maka instrumen keyakinan dianggap memenuhi standar dan dapat diterapkan dalam penelitian. Revisi menunjukkan bahwa item pernyataan bisa digunakan setelah diperbarui sesuai dengan instruksi atau catatan penimbang. Sebaliknya, jika instrumen tidak memenuhi standar, maka item-item dalam instrumen harga diri dianggap tidak sesuai untuk digunakan.

Setelah itu, para ahli menggunakan hasil uji rasional instrumen harga diri sebagai dasar untuk menyempurnakan instrumen yang telah dibuat dan dirancang sebelum dilakukan uji coba.

2) Uji kelayakan instrumen

Setelah uji rasional, para ahli melakukan uji keterbacaan. Siswa diberikan tes instrumen harga diri. Uji keterbacaan instrumen dilakukan pada hari Kamis, 25 April 2024. Sebanyak tujuh siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung yang memiliki karakteristik yang sama tetapi tidak termasuk sampel penelitian. Sebanyak empat siswa perempuan dan tiga siswa laki-laki termasuk di antara siswa tersebut. Uji koherensi instrumen harga diri ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman responden yang menyelesaikan instrumen terhadap uraian materi pada instrumen harga diri. Hasil uji keterbacaan instrumen harga diri mengindikasikan bahwa secara keseluruhan, instrumen yang dikembangkan dapat dimengerti oleh siswa. Skor yang diberikan oleh siswa mengindikasikan bahwa mereka mampu memahami tujuan, bahasa, dan konten yang dimaksudkan oleh peneliti.

3) Uji Coba Empiris Instrumen

Sebanyak 566 orang dengan tingkat yang sama berpartisipasi dalam uji empiris instrumen harga diri. Selain itu, hasil distribusi instrumen harga diri dianalisis dengan bantuan aplikasi winstep dan *Rasch Model*.

a. Pengujian Validitas

a) Uji Validitas Instrumen

Instrument harga diri dilakukan uji validitas pada seluruh item. Jika skor tes yang digunakan untuk memmbuat keputusan seseorang, maka uji validitas ini dilakukan untuk mengetahui seberapa valid skor dapat digunakan untuk membuat keputusan. Semakin tinggi skor validitas item akan menunjukan semakin valid instrument yang akan digunakan. Sebaliknya semakin kecil skor

validitas maka semakin tidak valid instrument yang digunakan untuk penelitian ini (Drummond et al., 2016). Uji validitas menggunakan rasch model dilakukan menggunakan aplikasi winstep dengan melihat kriteria MNSQ, ZSTD, dan Pt Mean Corr. Kriteria yang digunakan ini berguna untuk memeriksa item yang tidak sesuai yaitu sebagai berikut (Bond & Fox, 2015; Sumintono & Widiarso, 2015).).

Tabel 8 Kriteria Validitas Item

<i>Outfit Mean Square (MNSQ)</i>	$0,5 < \text{MNSQ} < 1,5$
<i>Outfit Z-Standard (ZSTD)</i>	$-2,0 < \text{ZSTD} < +2,0$
<i>Point Measure Correlation (Pt Mean Corr)</i>	$0,4 < \text{Pt Mean Corr} < 0,85$

(Sumintono & Widhiarso, 2015, hlm. 111)

Item pada pengolahan *rash model* akan dianggap valid jika item memenuhi salah satu kriteria dan tidak menunjukkan Pt Mean Corr *negative*. Nilai MNSQ diperlukan dalam pengolahan ini untuk menentukan item yang dikembangkan sesuai (item fit) dalam mengukur konstruk nilai outfit dimulai dengan menganalisis nilai outfit MNSQ. Jika nilai outfit MNSQ sudah memenuhi kriteria, maka nilai outfit ZSTD dapat diabaikan. Setelah itu polarisasi item dilihat dari nilai Pt Mean Corr, jika nilainya positif maka item dapat mengukur variable yang seharusnya dapat diukur. Berdasarkan kriteria MNSQ, ZSTD, Pt Mean Corr dalam menguji validitas item, maka diperoleh data validitas item sebagai berikut.

Tabel 9 Hasil Uji Validitas

No.Item	Outfit MNSQ						
39	2.46	26	0.69	37	0.53	38	0.61
16	3.03	15	0.77	20	1.40	32	0.70
14	1.60	4	1.18	24	0.93	36	0.71
7	0.82	28	0.68	35	0.84	12	1.03
3	1.38	1	0.87	13	0.97	22	1.30
40	1.22	17	1.16	9	0.86	23	0.77
5	1.17	27	0.52	10	0.76	19	1.52
34	1.31	31	0.62	6	0.97	33	0.92
8	0.92	2	0.80	18	1.09	30	0.96
29	1.06	11	0.81	25	1.33	21	1.03

Beberapa item dieliminasi berdasarkan kriteria yang ditetapkan berdasarkan hasil pemrosesan *Rasch Model* dari outfit MNSQ. Tabel di bawah ini menampilkan hasil uji validitas:

Tabel 10 Hasil Uji Coba Instrumen Harga Diri

No	Keterangan	Butir Pernyataan	Total
1	Digunakan	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,17,18,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,40	36
2	Tidak digunakan	14,16,19,39	4
Total Keseluruhan			40

Kesimpulan yang dapat diambil dari tabel di atas adalah terdapat 36 item pernyataan yang memenuhi syarat keabsahan item, sedangkan empat item pernyataan dibuang karena tidak memenuhi syarat.

b) Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen adalah ketetapan instrumen dalam pengukuran yang dilakukan pada penelitian atau ketetapan responden dalam menjawab instrumen. Pengukuran dilakukan berkali-kali akan menghasilkan informasi yang konsisten atau sama. Reliabilitas yang konsisten menunjukkan suatu instrumen yang diberikan kepada orang yang sama pada waktu yang berbeda akan memberikan hasil yang cenderung setara. Kesetaraan menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan yaitu reliabel (Sumintono, B & Widhiarso, W (2015, hlm. 31). Uji reliabilitas instrumen pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan Pemodelan Rasch.

Penilaian *Person Reliability* digunakan untuk mengukur konsistensi jawaban siswa, sementara *Item Reliability* digunakan untuk menilai kualitas item soal Berdasarkan pengujian Rasch didapatkan hasil uji reliabilitas yang ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 11 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Harga Diri

	<i>Mean Measure</i>	<i>SD</i>	<i>Separation</i>	<i>Reliability</i>	<i>Alpha Cronbach</i>
<i>Person</i>	0,02	0,48	2,94	0,90	0,88
<i>Item</i>	0,04	0,58	13,31	0,99	

Hasil Uji reliabilitas yang ditunjukkan pada diatas dapat ditafsirkan berdasarkan kriteria menurut Sumintono, B dan Widhiarso, W (2015, hlm. 109) yaitu sebagai berikut.

- 1) *Person Measure*: nilai irata-rata yang lebih tinggi dari logit 0,00 menunjukkan kecenderungan responden yang lebih banyak memberikan jawaban setuju pada pernyataan di berbagai item. Pada instrumen harga diri didapat nilai person measure 0,02 yang menunjukkan rata-rata tersebut lebih dari 0,0 dan dapat ditafsirkan bahwa responden cenderung lebih banyak menjawab sesuai pada berbagai pernyataan tentang harga diri
- 2) Nilai *Alpha Cronbach* untuk mengukur reliabilitas yaitu interaksi antara person dan item secara keseluruhan dengan kriteria: <0,5: buruk; 0,5-0,6: jelek; 0,6-0,7: cukup; 0,7-0,8: bagus; dan >0,8: bagus sekali. Berdasarkan pengujian nilai *Alpha Cronbach* yang didapat adalah 0,88 yang dapat disimpulkan bahwa interaksi antara person dan item secara keseluruhan bagus sekali.
- 3) Nilai *Person Reliability* dan *Item Reliability*: <0,67: lemah; 0,67-0,80: cukup; 0,81-0,90: bagus; 0,91-0,94: bagus sekali; dan >0,94: istimewa. Dari nilai person reliability 0,90 dan item reliability 0,99 dapat disimpulkan bahwa konsistensi jawaban dari responden bagus dan kualitas pernyataan dalam instrumen istimewa.

Uji realibilitas diatas menunjukkan hasil nilai realibilitas person sebesar 0,90 yang berarti berada pada kategori cukup. Hasil nilai realibilitas item sebesar 0,96 berada dalam kategori istimewa. Nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,88 yang menunjukkan interaksi antara responden dan item secara keseluruhan berada pada kategori bagus sekali sehingga responden dan item memenuhi kriteria reliabel.

b. Uji Ketepatan Skala

Tujuan dari pengujian ketepatan skala adalah untuk menilai akurasi skala tersebut. Selain itu, pengujian ini dapat memberikan gambaran mengenai pemahaman responden terhadap skala yang diterapkan. Dengan demikian, pengujian akurasi skala ini dapat menunjukkan apakah responden memahami skala dengan memadai. Skala Likert dengan lima kemungkinan jawaban digunakan untuk mengembangkan instrumen harga diri. *Rasch Model* digunakan untuk menguji

skala dengan melihat kolom *Andrich Thresold* dan kolom rata-rata pengamatan (*Observed Average*).

Tabel 12 Analisis Skala Instrumen Harga Diri

<i>Category Label</i>	<i>Observed Average</i>	<i>Andrich Thresold</i>
1	-2.20	None
2	-0.87	-0.71
3	0.01	-0.54
4	0.87	0.58
5	2.19	0.67

Berdasarkan tabel di atas, rata-rata yang diamati dimulai pada logit -2,20, yang sangat tidak sesuai, naik ke -0,87, yang tidak sesuai, naik ke 0,01, yang cukup sesuai, kemudian naik ke 0,87, yang sesuai, dan akhirnya naik ke 2,19, yang sangat sesuai. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang mengikuti penilaian harga diri dapat mengonfirmasi dan membedakan setiap pilihan. Selain itu, indeks Andrich Threshold menunjukkan pergerakan dari nol ke arah negatif dan kemudian terus bergerak ke arah positif. Hal ini menandakan bahwa opsi atau pilihan yang ada valid, responden mampu membedakan antara lima kemungkinan jawaban, dan bahwa opsi-opsi tersebut dapat digunakan tanpa perlu memilih salah satu secara eksklusif.

3.6 Pengembangan Program

Peningkatan sistem konseling kelompok untuk memperkuat rasa percaya diri siswa bergantung pada analisis yang mendalam terhadap profil kepercayaan diri variabel tersebut. konseling kelompok ini memanfaatkan teknik restrukturisasi kognitif. Pandangan beberapa pakar yang menjadi alasan peningkatan evaluasi terukur yang digunakan adalah Coopersmith. Secara operasional, hakikat harga diri adalah keyakinan bahwa siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung cakap, kompeten, berharga, dan sukses sebagai siswa tahun ajaran 2023/2024.

Konsep layanan konseling yang menggunakan teknik restrukturisasi kognitif adalah bagian dari intervensi dalam konseling kognitif-perilaku. Konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif dirancang untuk membantu siswa mengidentifikasi dan mengubah pikiran atau pernyataan diri yang negatif serta

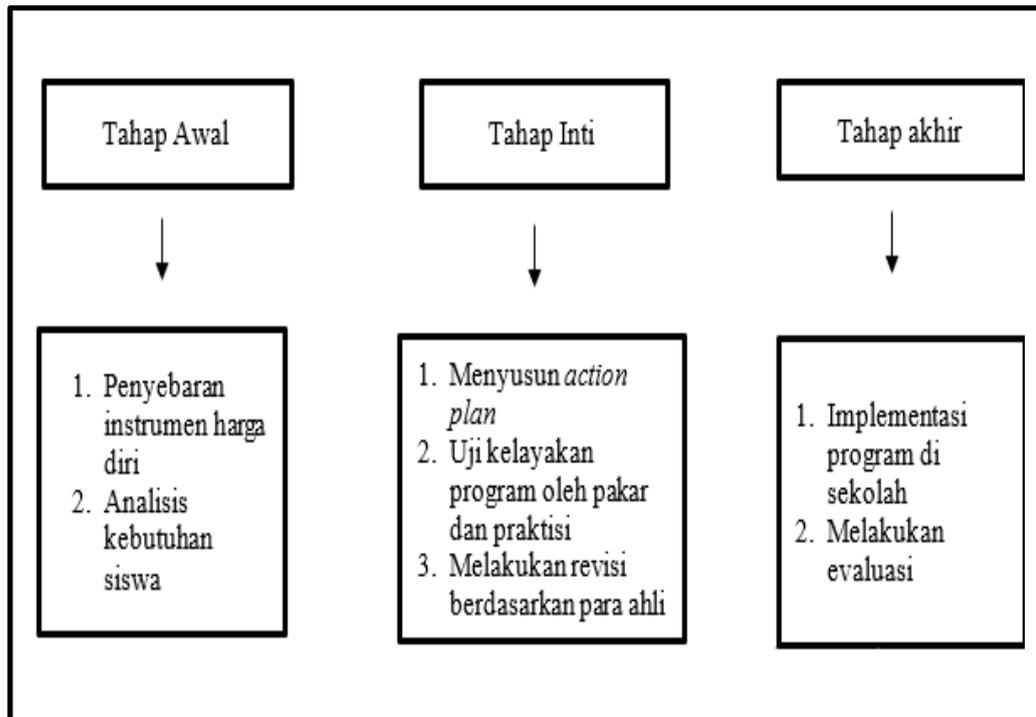
keyakinan yang tidak rasional menjadi pikiran yang positif dan rasional. Dengan menggunakan restrukturisasi kognitif ini diharapkan siswa dapat mengubah pola pikir yang irasional sehingga akan terbentuk keyakinan-keyakinan yang positif dan siswa memiliki harga diri yang tinggi.

Rancangan layanan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif melibatkan pemberian layanan oleh guru bimbingan dan konseling kepada siswa yang memiliki penilaian positif terhadap dirinya melalui beberapa tahap dalam teknik restrukturisasi kognitif, yaitu: 1) asesmen diagnosis; 2) mengidentifikasi pikiran negatif; 3) Memonitor pikiran melalui *thought record*; 4) intervensi pikiran-pikiran negatif menjadi positif; 5) pengenalan dan penguatan positif.

Program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif disusun berdasarkan delapan tahapan aktivitas (Suherman, 2015, hlm 55) yaitu:

- a) Mengkaji kebijakan dan produk hukum yang relevan
- b) Menganalisis harapan dan kondisi sekolah
- c) Menganalisis karakteristik dan kebutuhan siswa
- d) Menganalisis program, pelaksanaan, hasil, dukungan serta faktor-faktor penghambat program tersebut
- e) Merumuskan tujuan program
- f) Merumuskan alternatif komponen dan isi kegiatan
- g) Menetapkan langkah-langkah kegiatan pelaksanaan program
- h) Merumuskan rencana evaluasi pelaksanaan dan keberhasilan program

Secara lebih rinci, dijelaskan proses pengembangan rancangan layanan konseling kelompok yang menggunakan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan harga diri siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung, selanjutnya digambarkan menggunakan bagan sebagai berikut:



Gambar 2 Proses Pengembangan Rancangan Layanan Konseling Kelompok

Untuk memperoleh hasil program bimbingan dan konseling yang efektif dan efisien maka guru BK harus memiliki program bimbingan yang dapat membantu peserta didik dalam mencapai kemampuan yang diinginkan. Program bimbingan dan konseling yang baik harus didasarkan pada kebutuhan siswa, diatur menurut skala prioritas, dikembangkan secara bertahap dengan melibatkan semua pihak, serta memiliki tujuan yang ideal namun realistis. Program ini juga harus mencerminkan komunikasi berkesinambungan antara staf, menyediakan fasilitas yang diperlukan, sesuai dengan program pendidikan di sekolah, memberikan pelayanan kepada seluruh siswa, serta memainkan peran penting dalam menghubungkan sekolah dengan masyarakat. Evaluasi berkelanjutan terhadap program, kemajuan siswa, dan keterampilan pelaksana diperlukan, dengan menjamin keseimbangan dan kesinambungan pelayanan dalam berbagai aspek (Suherman, 2015).

Evaluasi merupakan upaya yang dilakukan dengan mengumpulkan dan menganalisis tentang efektivitas dan dampak dari adanya program atau kegiatan dalam penelitian ini terkait layanan konseling kelompok. Dalam hal ini, evaluasi program konseling kelompok dilakukan untuk memperoleh gambaran kualitas

layanan strategi konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif dilaksanakan. Adanya evaluasi menjadi dasar tindak lanjut dan perbaikan untuk pengembangan strategi. Evaluasi dalam layanan konseling kelompok terkait dengan proses dan hasil.

Evaluasi kegiatan konseling kelompok dalam penelitian ini adalah segala upaya, tindakan atau proses untuk menentukan derajat kualitas kemajuan kegiatan yang berkaitan dengan pelaksanaan layanan konseling melalui teknik restrukturisasi kognitif terhadap siswa yang memiliki harga diri rendah.

Evaluasi hasil merupakan penilaian yang dilakukan terhadap perubahan akhir yang ditunjukkan oleh siswa setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok. Mekanisme penilaiannya adalah dengan menggunakan instrumen harga diri.

Evaluasi keberhasilan intervensi terhadap siswa yang memiliki harga diri rendah dilakukan setelah seluruh program intervensi selesai dilaksanakan melalui pemberian *post-test*. Intervensi dikatakan berhasil apabila hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pada skor harga diri.

Peserta didik yang berhasil mengikuti kegiatan intervensi adalah siswa yang mampu mengubah pernyataan diri yang negatif menjadi pernyataan diri yang positif dalam setiap sesi intervensi. Sumber utama untuk evaluasi adalah analisis terhadap *homework* menggunakan format *thought record* yang ditugaskan kepada siswa. Analisis *homework* dijadikan ukuran untuk mengetahui perubahan pernyataan diri peserta didik yang menjadi indikator keberhasilan dari setiap sesi intervensi. Indikator keberhasilan dari penerapan teknik restrukturisasi kognitif dalam mengatasi harga diri, yaitu:

1. Siswa mampu mengetahui dan memahami akan terdapatnya kondisi kognitif yang salah sesuai dalam mempersepsi mengenai dirinya.
2. Siswa mampu merasakan dan mengetahui dampak negatif jika memiliki pikiran-pikiran negatif terhadap pikiran dan penilaian tentang dirinya.
3. Siswa mampu mengidentifikasi penilaian diri yang dipersepsi melebihi batas kemampuan.
4. Siswa mampu mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif yang dimiliki terkait dengan keadaan dirinya.
5. Siswa mampu merumuskan pikiran-pikiran baru yang lebih positif sebagai

pengganti pikiran-pikiran yang negatif sebelumnya.

6. Siswa mampu merumuskan rencana tindakan yang berguna untuk modifikasi pikiran negatif menjadi pikiran-pikiran positif.

Tujuan evaluasi kegiatan layanan intervensi adalah untuk mengetahui dan mengidentifikasi keberhasilan pelaksanaan kegiatan layanan intervensi teknik restrukturisasi kognitif bagi siswa yang memiliki harga diri rendah. Teknik restrukturisasi kognitif diharapkan dapat meningkatkan harga diri pada siswa yang dilakukan dengan cara memeriksa dan mengubah aspek pemikiran dan keyakinan negatif yang sedang dialami remaja. Tujuan akhir intervensi dari teknik restrukturisasi kognitif adalah peningkatan harga diri pada siswa.

Adapun aspek-aspek yang dievaluasi dari intervensi yang dilaksanakan, adalah sebagai berikut:

1. Perubahan kemajuan siswa dilihat pada saat siswa sebelum dan sesudah mengikuti intervensi.
2. Hambatan-hambatan yang ditemui pada saat pelaksanaan intervensi, menganalisis faktor apa saja yang menyebabkan hambatan tersebut, dan bagaimana cara meminimalkan hambatan tersebut pada saat pelaksanaan tindakan intervensi selanjutnya.

3.7. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa langkah atau tahapan yang dilakukan, yaitu tahap persiapan, tahap inti, dan tahap pelaporan.

3.7.1. Tahap Awal

Tahap awal dari prosedur penelitian ini dimulai dengan melakukan penelitian pendahuluan untuk mengumpulkan data empiris di lapangan, khususnya di lokasi yang menjadi sasaran penelitian. Untuk mempelajari lebih jauh tentang fenomena harga diri siswa, mengidentifikasi masalah, dan menetapkan tujuan penelitian, studi pendahuluan di lapangan. Langkah selanjutnya adalah melakukan studi teoritis dengan meninjau buku-buku terkait harga diri yang relevan, temuan penelitian dari jurnal nasional dan internasional, dan sumber-sumber lainnya.

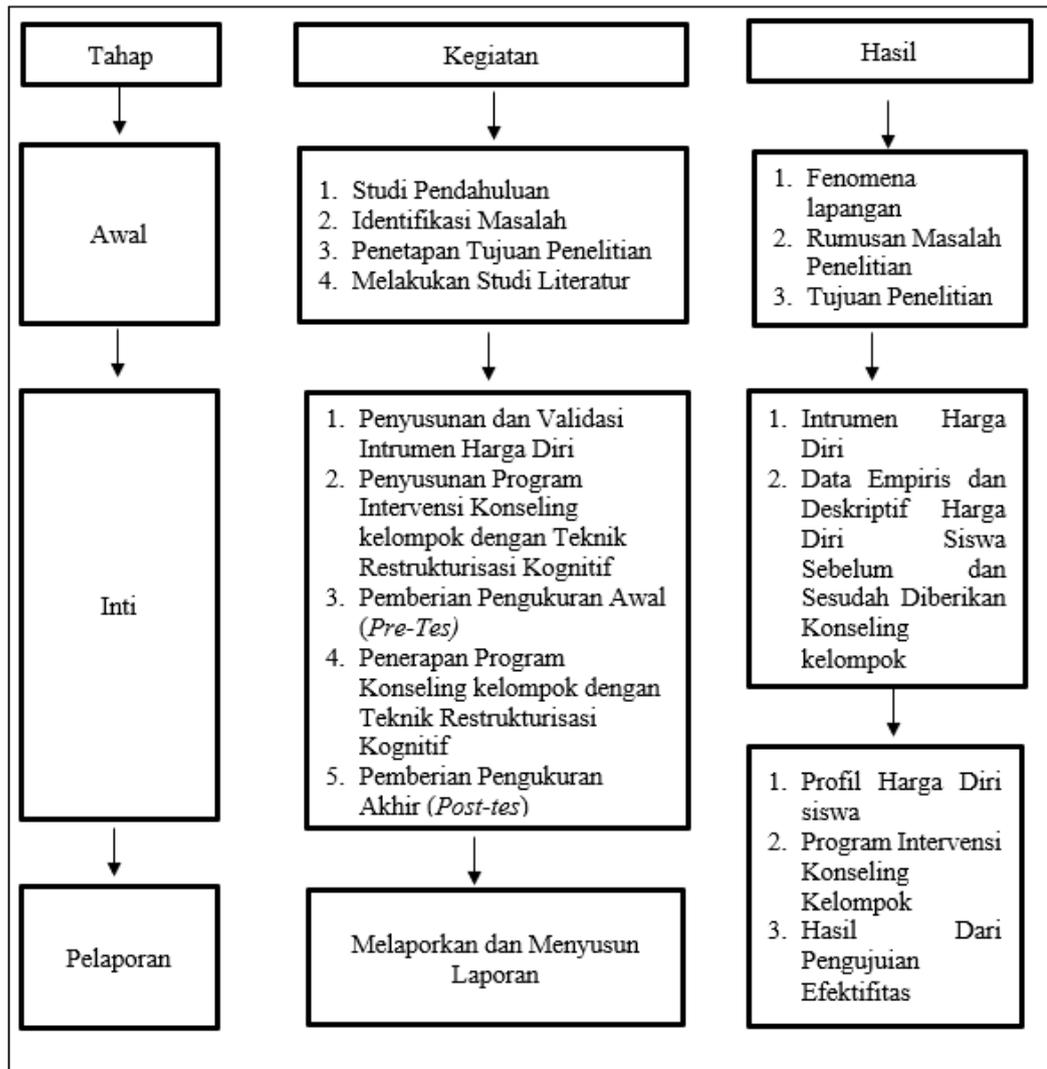
3.7.2. Tahap Inti

1. Membuat *blue print* instrumen harga diri.
2. Melakukan judgment instrumen oleh ahli untuk validasi instrumen
3. Melakukan uji keterbacaan instrumen kepada perwakilan peserta didik.
4. Mengolah hasil validasi instrumen dengan menggunakan *rasch model*.
5. Menyebarkan instrumen yang telah valid.
6. Merancang program intervensi konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif berdasarkan hasil studi pendahuluan.
7. Judgment program oleh ahli dan melakukan revisi sesuai saran dan masukan dari pakar sesuai dengan aspek-aspek yang ada dalam judgment program
8. Menentukan sampel penelitian yang diambil dari rata rata kelas harga diri yang rendah. Kriteria sampel penelitian adalah peserta didik yang terindikasi memiliki harga diri yang rendah, sedang, dan tinggi.
9. Sampel penelitian terdiri dari 10 peserta didik untuk kelompok eksperimen dan 10 peserta didik untuk kelompok kontrol.
10. Melakukan *pretest* kepada kedua kelompok penelitian.
11. Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif kepada kelompok eksperimen sesuai dengan rancangan program yang telah di buat dan dijudgment oleh ahli.
12. Melakukan *posttest* kepada kedua kelompok penelitian.
13. Mengolah data sesuai dengan hipotesis penelitian dan penyusunan laporan penelitian

3.7.3 Tahap Pelaporan

Tahap pelaporan dilakukan setelah peneliti menyelesaikan layanan. Laporan akhir disusun berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, termasuk data empiris yang diperoleh setelah menerapkan rancangan layanan berupa konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan harga diri siswa. Laporan ini mencakup analisis data penelitian yang dihasilkan, pengolahan data yang dikumpulkan selama penelitian, perbandingan hasil antara pretest dan posttest pada kelompok kontrol dan eksperimen menggunakan uji signifikansi statistik, serta analisis data yang diperoleh. Laporan penelitian terdiri dari: 1) gambaran profil berdasarkan data harga diri siswa; 2) program konseling kelompok

dengan teknik restrukturisasi kognitif yang dinilai layak oleh para ahli dan praktisi; dan 3) hasil uji efektivitas program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan harga diri siswa.



Gambar 3 Prosedur Penelitian Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Harga Diri Peserta Didik

3.8 Analisis Data

3.8.1. Statistik Deskriptif

Hasil distribusi instrumen harga diri digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian mengenai gambaran umum harga diri siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung. Data tersebut dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif berdasarkan kategori rendah, sedang, dan rendah.

3.8.2. Statistik Inferensial

Menjawab hipotesis penelitian yang ada, digunakan statistik inferensial. Berikut ini adalah hipotesis penelitian untuk penelitian ini:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_1 : \mu_1 > \mu_2$$

(Houser, 2019)

Keterangan:

μ_1 : Rata-rata hasil harga diri kelompok eksperimen

μ_2 : Rata-rata hasil harga diri kelompok kontrol

Pengukuran inferensial digunakan untuk mengevaluasi korelasi antara harga diri rata-rata pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, baik sebelum maupun setelah intervensi. Hal ini dilakukan karena peneliti akan menganalisis data empiris dan data harga diri siswa untuk menilai efektivitas teknik restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok.

Uji statistik nonparametrik digunakan untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok berbasis restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan harga diri siswa kelas VII SMP Negeri 56 Bandung. Apabila data yang diperoleh tidak homogen atau berdistribusi normal maka dilakukan uji statistik nonparametrik. Uji yang dilakukan meliputi Uji Wilcoxon dan Uji Mann-Whitney U. Efektivitas program konseling kelompok restrukturisasi kognitif terhadap kelompok eksperimen secara keseluruhan dievaluasi dengan menggunakan uji Wilcoxon.

Dalam Uji Wilcoxon, jika nilai signifikansi kurang dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam harga diri sebelum dan sesudah intervensi. Sebaliknya, jika tingkat signifikansi lebih besar dari 0.05,

berarti tidak ada perbedaan signifikan dalam harga diri antara sebelum dan sesudah intervensi. Pengujian menggunakan Mann-Whitney dilaksanakan untuk mengevaluasi perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terkait dengan penggunaan metode restrukturisasi kognitif. Jika hasil uji Mann Whitney menunjukkan bahwa nilai signifikansi kurang dari 0.05, maka H0 tidak valid dan ada perbedaan signifikan, menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti konseling kelompok restrukturisasi kognitif memiliki harga diri yang berbeda dibandingkan dengan siswa yang mengikuti konseling kelompok restrukturisasi non-kognitif. Namun, H0 tidak ditolak jika nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 (syg. 2-tailed > 0.05).