

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Bab III berisikan bahasan terkait metodologi penelitian dari penelitian ini. Adapun rincian dari Bab III terdiri dari desain penelitian, populasi, sampel, pengembangan instrument, pengumpulan data, teknik analisis data, dan tahap penelitian.

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk memberikan gambaran empiris mengenai *self-regulated learning* siswa sekolah menengah atas dan mengembangkan program layanan bimbingan untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa. Dengan menggunakan berbagai macam alat bantu dengan pertanyaan dan jawaban yang telah disiapkan, pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengumpulkan data numerik dari sejumlah besar orang (Creswell, 2012). Metodologi penelitian studi ini bersifat kuantitatif karena akan didokumentasikan dan diperiksa dalam kaitannya dengan pembelajaran yang diatur sendiri. Untuk mempermudah proses evaluasi dan pemahaman terhadap hasil penelitian, metode kuantitatif dilakukan dengan cara mengubah data hasil penelitian ke dalam bentuk angka.

Data yang didapatkan oleh peneliti, selanjutnya diolah untuk mendeskripsikan *Self Regulated Learning* siswa terbuka atlet di SMA sehingga dapat dijadikan sebagai acuan pembuatan program bimbingan dan konseling. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif (*descriptive research*) yang biasa disebut penelitian taksonomik (*taxonomic research*) dimaksudkan untuk eksplorasi dan klarifikasi mengenai sesuatu fenomena atau kenyataan sosial dengan jalan mendeskripsikan sejumlah variabel yang berkenaan dengan masalah dan unit yang diteliti (Mulyadi, 2013). Penelitian dengan desain yang digunakan ialah penelitian survey. Creswell (2013) mengungkapkan bahwa penelitian survei adalah suatu pendekatan penelitian yang melibatkan pengumpulan data dari sampel responden menggunakan instrumen standar seperti kuesioner. Penelitian survei ini

cenderung memiliki struktur yang terstandarisasi dalam pengumpulan data. Creswell memandang penelitian survey sebagai salah satu alat yang kuat untuk mengumpulkan data dalam penelitian sosial dan perilaku. Peneliti mengelola hasil survei dari sebuah sampel untuk menggambarkan sikap, pendapat, perilaku, atau karakteristik dari populasi yang ada dalam penelitian, Deskriptif dipilih untuk mendeskripsikan secara kuantitatif gambaran *Academic Self Regulated Learning* peserta didik yang selanjutnya berdasarkan hasil temuan tersebut dijadikan dasar untuk menyusun program bimbingan dan konseling.

3.2 Partisipan dan Lokasi Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa terbuka atlet kelas 11 di SMA Negeri 10 Bandung. SMA Negeri 10 Bandung ini terletak di Jl. Cikutra No. 77, Cikutra, Kec. Cibeunying Kidul, Kota Bandung, Jawa Barat 40124. Partisipan penelitian dipilih atas dasar pertimbangan berikut

- 1) Siswa sekolah menengah atas termasuk pada fase perkembangan remaja. Salah satu tugas perkembangan memberikan tekanan kepada individu untuk mengubah pola pikir serta pola tindak, maka dari itu remaja memerlukan kemandirian sebagai modal dasar untuk berkembang.
- 2) Siswa atlet memiliki kewajiban untuk belajar serta berprestasi menjadi atlet sehingga memerlukan *Self Regulated Learning* yang baik dalam mengatur dua kegiatan tersebut.
- 3) Penelitian mengenai *self regulated learning* pada siswa terbuka atlet belum ditemukan.

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa terbuka atlet kelas 11 yang terdaftar di SMA Negeri 10 Bandung angkatan 2024-2025 dengan jumlah 71 siswa.

Tabel 3.1
Populasi Penelitian

Kelas	Populasi
XI TA 1	35

XI TA 2	36
Total	71

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive sampling* adalah sebuah teknik pengambilan sampel sumber data dengan menggunakan pertimbangan atau kriteria tertentu dalam pengambilan sampel. *Purposive Sampling* secara intens mendalami individu atau situs yang hendak dipahami dan dipelajari dalam meneliti suatu fenomena. *Purposive sampling* terbukti efektif ketika hanya sejumlah kecil orang yang dapat dijadikan sebagai sumber data primer karena sifat desain penelitian dan maksud dan tujuan. Hal ini sejalan dengan subjek dan objek dari penelitian ini (Creswell, 2012). Siswa atlet yang bersedia pada penelitian ini berjumlah 66 orang, sehingga jumlah sampel penelitian adalah 66 siswa terbuka atlet kelas XI.

3.4 Pengembangan Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini disusun berupa kuesioner. Kuesioner adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden (Rahman, M. S., 2019). Pada umumnya, tujuan kuesioner adalah untuk mengumpulkan informasi kuantitatif, seperti nilai numerik atau skor pada skala tertentu untuk menemukan pola, tren, dan korelasi antar variabel (Handayani, L.T., 2023). Instrumen dikembangkan berdasarkan pendapat Zimmerman (2002) Instrumen terdiri dari tiga aspek. Sekian aspek tersebut terdiri dari metakognisi, motivasi dan perilaku.

Instrumen yang digunakan berupa kuesioner dengan skala. Skala bertujuan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang (Sugiyono, 2013). Ketika menggunakan *skala*, maka responden diminta untuk melengkapi kuisisioner yang mengharuskan mereka untuk menunjukkan tingkat persetujuannya terhadap serangkaian pernyataan atau pertanyaan yang telah dirancang oleh peneliti berdasarkan kriteria tertentu sehingga dapat menunjang

hasil akhir dari penelitian. Instrumen menggunakan alternatif jawaban berupa skala 1 sampai 4 yang menggambarkan tingkat kemampuan *self regulated learning* siswa terbuka atlet.

3.4.1 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional dari *Self regulated learning* adalah kemampuan siswa dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan dengan menggunakan strategi tertentu.

Aspek-aspek yang diukur mengacu pada *self regulated learning* yaitu:

- 1) *Meta-cognitive* (metakognisi), yaitu kemampuan siswa dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan mengevaluasi dalam aktivitas belajar.
- 2) *Motivationally* (motivasi), yaitu fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap siswa.
- 3) *Behaviorally* (perilaku), yaitu upaya siswa untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar.

3.4.2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Instrumen dikembangkan berdasarkan pendapat Zimmerman (2002). Instrumen terdiri dari tiga aspek yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku. Instrumen *self regulated learning* terdiri dari item dengan pilihan jawaban 1 sampai 4. Penjelasan mengenai kisi-kisi instrument *self regulated learning* dapat ditemukan pada tabel berikut.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			+	-	
1	<i>Metacognitive</i> (metakognisi)	Perencanaan	1,2,3	-	3
		Pengorganisasian	4,5	-	2
		Pemonitoran dan pengevaluasian	6,7	-	2
2	<i>Motivationally</i> (Motivasi)	Minat belajar dalam diri	8	9	2
		Minat belajar untuk menyenangkan atau mengalahkan orang lain	10, 12	11	3
		Kesukaan terhadap materi Pelajaran		13, 14	2
		Efikasi diri	15	16	2
		Kontrol keyakinan diri	17	18	2
		Kecemasan menghadapi ujian	19	20	2
3	<i>Behaviorally</i> (Perilaku)	Strategi Kognitif	21, 22	-	2
		Strategi regulasi metakognisi	23, 24	-	2
		Strategi mengelola sumber daya	26, 28	25, 27	4

3.4.3 Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen dilakukan untuk mengetahui pemahaman responden terhadap bahasa yang digunakan pada instrumen. Pengujian dilakukan kepada siswa kelas 11 non-atlet SMA Negeri 10 Bandung. Sebanyak 6 siswa

Hafsah Hamidah, 2025
PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG
 Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

berpartisipasi dalam uji keterbacaan instrument, yang dilaksanakan secara langsung. Hasil dari uji keterbacaan tersebut menunjukkan bahwa hampir semua item dapat dipahami oleh para responden, kecuali pada item ke-6. Responden masih bingung dengan ‘daftar ceklis belajar’. Selain item tersebut dapat dipahami dengan baik oleh para responden.

3.4.4 Uji Validitas Rasional

Uji validitas rasional untuk instrumen penyesuaian sosial melibatkan penilaian oleh ahli untuk menentukan sejauh mana instrumen tersebut layak sebagai alat ukur, dengan mempertimbangkan aspek konstruk, konten, dan bahasa yang digunakan. Penimbangan dilakukan oleh judgement *expert* yaitu tiga dosen program studi Bimbingan dan Konseling, diantaranya Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., Drs. Sudaryat Nurdin. A., M.Pd., dan Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd. Penimbangan dilakukan dengan memberikan penilaian pada lembar penimbangan yang telah disediakan. Hasil penimbangan menunjukkan bahwa beberapa item masih perlu adanya perbaikan dari segi konstruk, konten dan bahasa sehingga dapat digunakan untuk mengukur penyesuaian sosial mahasiswa. Berikut kesimpulan hasil uji validitas oleh ketiga judgement *expert*.

- 1) Pada aspek konstruk, instrumen perlu ditelaah kembali kesesuaian antara indikator dan pernyataan serta perhatikan penggunaan kata kerja operasional yang sesuai.
- 2) Pada aspek konten, item harus ditambah dua item positif dan negatif tiap indikatornya serta hindari pengulangan pernyataan yang identic.
- 3) Pada aspek Bahasa, redaksi bahasa pada instrumen perlu disesuaikan dengan karakteristik responden sebagai siswa sekolah menengah atas.

Berikut adalah kisi-kisi instrument *self regulated learning* hasil dari uji validitas rasional oleh dosen Bimbingan dan konseling.

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen setelah Uji Validitas Rasional

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			+	-	
1	<i>Metacognitive</i> (metakognisi)	Perencanaan	1,2,3,4		4
		Pengorganisasian	5, 6		2
		Pemonitoran dan pengevaluasian	7, 8, 9		3
2	<i>Motivationally</i> (Motivasi)	Minat belajar dalam diri	10, 13	11, 12	4
		Minat belajar untuk menyenangkan atau mengalahkan orang lain	14, 16, 17	15	4
		Kesukaan terhadap materi pelajaran	21	18, 19, 20	4
		Efikasi diri	24, 25	22, 23	4
		Kontrol keyakinan diri	26, 28	27, 29	4
		Kecemasan menghadapi ujian	30, 33	31, 32	4
3	<i>Behaviorally</i> (Perilaku)	Strategi Kognitif	34, 35, 36	37	4
		Strategi regulasi metakognisi	38, 39	40, 41	4
		Strategi mengelola sumber daya	44, 47	42, 43, 45, 46	6

3.4.5 Uji Validitas Empiris

Validitas ditentukan oleh validitas alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data. Alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) dianggap valid jika dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2013).

Uji validitas dilakukan dengan cara nilai r hitung dibandingkan dengan nilai r tabel. Penentuan layak atau tidaknya suatu item ditentukan dengan uji signifikansi koefisien korelasi pada taraf signifikansi 0,1 yang berarti suatu item dapat dikatakan valid jika memiliki korelasi yang signifikan dengan skor total. Jika r hitung lebih

besar dari r tabel dan nilainya positif maka item dinyatakan valid sedangkan jika r lebih kecil dari r tabel maka item dinyatakan tidak valid.

Uji validitas ini akan dimulai dengan mencari nilai r tabel dengan cara sebagai berikut.

$$d(f) = n-2$$

$$d(f) = 66-2$$

$$d(f) = 64$$

Keterangan:

$d(f)$ = *degree of freedom* (r tabel)

n = jumlah responden

Berdasarkan perhitungan nilai r tabel di atas, didapatkan hasil dari r tabel 64 yang menunjukkan angka 0.2042. Ini menunjukkan bahwa data akan dianggap valid jika hasil perhitungan lebih dari 0.2042.

Tabel 3. 4
Tabel Validitas

No. Item	r Hitung	r Tabel	Validitas
1	0.298	0.2042	Valid
2	0.324	0.2042	Valid
3	0.398	0.2042	Valid
4	0.395	0.2042	Valid
5	0.488	0.2042	Valid
6	0.425	0.2042	Valid
7	0.370	0.2042	Valid
8	0.263	0.2042	Valid
9	0.282	0.2042	Valid
10	0.429	0.2042	Valid
11	0.145	0.2042	Tidak Valid

12	0.190	0.2042	Tidak Valid
13	0.310	0.2042	Valid
14	0.520	0.2042	Valid
15	0.322	0.2042	Valid
16	0.458	0.2042	Valid
17	0.536	0.2042	Valid
18	0.087	0.2042	Tidak Valid
19	0.062	0.2042	Tidak Valid
20	0.268	0.2042	Valid
21	0.388	0.2042	Valid
22	0.371	0.2042	Valid
23	0.072	0.2042	Tidak Valid
24	0.417	0.2042	Valid
25	0.135	0.2042	Tidak Valid
26	0.238	0.2042	Valid
27	0.381	0.2042	Valid
28	0.322	0.2042	Valid
29	0.254	0.2042	Valid
30	0.446	0.2042	Valid
31	0.441	0.2042	Valid
32	0.333	0.2042	Valid
33	0.445	0.2042	Valid
34	0.395	0.2042	Valid
35	0.333	0.2042	Valid

36	0.290	0.2042	Valid
37	0.150	0.2042	Tidak Valid
38	0.320	0.2042	Valid
39	0.248	0.2042	Valid
40	0.136	0.2042	Tidak Valid
41	0.130	0.2042	Tidak Valid
42	0.353	0.2042	Valid
43	0.221	0.2042	Valid
44	0.475	0.2042	Valid
45	0.258	0.2042	Valid
46	0.136	0.2042	Tidak Valid
47	0.316	0.2042	Valid

Berdasarkan uji validitas, diperoleh hasil sebanyak 37 butir item instrumen dinyatakan valid dan 10 butir item tidak valid. Setiap butir item yang valid mewakili tiap aspek dari *self regulated learning* sehingga instrumen dapat digunakan. Berikut kisi-kisi instrument *self regulated learning* setelah dilakukan uji validitas.

Tabel 3. 5 Kisi-kisi Instrumen setelah Uji Validitas Empiris

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			+	-	
1	<i>Metacognitive</i> (metakognisi)	Perencanaan	1,2,3,4		4
		Pengorganisasian	5, 6		2

		Pemantauan dan pengevaluasian	7, 8, 9		3
2	<i>Motivationally</i> (Motivasi)	Minat belajar dalam diri	10, 13		2
		Minat belajar untuk menyenangkan atau mengalahkan orang lain	14, 16, 17	15	3
		Kesukaan terhadap materi Pelajaran	21	20	2
		Efikasi diri	24	22	2
		Kontrol keyakinan diri	26, 28	27, 29	4
		Kecemasan menghadapi ujian	30, 33	31, 32	4
3	<i>Behaviorally</i> (Perilaku)	Strategi Kognitif	34, 35, 36	37	4
		Strategi regulasi metakognisi	38, 39		2
		Strategi mengelola sumber daya	44, 47	42, 43, 45	5

3.4.6 Uji Reliabilitas

Kepastian bahwa suatu instrumen dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data dikenal dengan istilah reliabilitas (Arikunto, 2006, hlm. 178). Metodologi *split-half technique* digunakan dalam penelitian ini untuk melakukan uji reliabilitas, dan rumus Spearman Brown digunakan untuk analisis. Metode *split-half* ini membagi hasil tes dari sejumlah partisipan menjadi dua bagian yang sama besar berdasarkan jumlah genap dan ganjil. Maka dari itu, metode ini menentukan reliabilitas. Perhitungan uji reliabilitas dilakukan dengan bantuan program aplikasi IBM SPSS ver.22 dan *Microsoft Office Excel*. Berikut merupakan tabel kategorisasi uji reliabilitas menurut Drummond & Jones (2020) pada tabel berikut.

Tabel 3. 6
Kategori Penilaian Reliabilitas

Kategori	Nilai
<i>Very High</i>	>0,90
<i>High</i>	0,80 - 0,89
<i>Acceptable</i>	0,70 – 0,79
<i>Moderate/Acceptable</i>	0,60 – 0,69
<i>Low/Unacceptable</i>	<0,59

(Sheperis, Drummond, & Jones, 2020)

Berikut merupakan hasil uji reabilitas instrument *self regulated learning*.

Tabel 3. 7
Hasil Uji Reliabilitas

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	66	100,0
	Excluded ^a	0	0,0
	Total	66	100,0

Reliability Statistics				
Cronbach's Alpha	Part	Value	,678	
	1	N of Items		24 ^a
	Part	Value		,558
	2	N of Items	23 ^b	
	Total N of Items		47	
Correlation Between Forms			,681	

Spearman-Brown	Equal Length	,810
Coefficient	Unequal Length	,810
Guttman Split-Half Coefficient		,806

Setelah dilakukan uji reliabilitas instrumen motivasi berprestasi menggunakan aplikasi IBM SPSS menggunakan Teknik *Split Half Coefficient*, didapatkan hasil sebesar 0,806 di mana nilai tersebut termasuk ke dalam kategori *High* dalam kategorisasi uji reliabilitas menurut Drummond & Jones (2020). Maka dari itu, instrumen *self regulated learning* ini memiliki konsistensi pada tingkat yang tinggi.

3.5 Hasil Pengembangan Instrumen

Instrumen ini telah diuji keterbacaan, rasionalitas, dan empiris. Setelah perbaikan, instrumen kini terdiri dari 37 item dengan 4 skala pilihan jawaban. Setiap indikator yang mewakili aspek-aspek tertentu memiliki 2 hingga 5 item, memastikan bahwa indikator tersebut dapat diukur dengan baik. Skala pilihan jawaban yang digunakan telah dapat dipahami oleh mahasiswa, sehingga tidak diperlukan perubahan pada skala tersebut. Berdasarkan hasil uji keterbacaan, uji validitas rasional, dan uji validitas empiris, diperoleh alat ukur yang efektif untuk mengukur *self regulated learning* siswa. Berikut adalah hasil kisi-kisi instrument yang telah disusun berdasarkan hasil analisis.

Tabel 3.8 Kisi-kisi Instrumen Hasil Pengembangan Instrumen

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			+	-	
1	<i>Metacognitive</i> (metakognisi)	Perencanaan	1,2,3,4		4
		Pengorganisasian	5, 6		2
		Pemonitoran dan pengevaluasian	7, 8, 9		3
2	<i>Motivationally</i> (Motivasi)	Minat belajar dalam diri	10, 11		2
		Minat belajar untuk menyenangkan atau mengalahkan orang lain	12, 13, 14	15	3
		Kesukaan terhadap materi Pelajaran	16	17	2
		Efikasi diri	19	18	2
		Kontrol keyakinan diri	20, 21	22, 23	4
		Kecemasan menghadapi ujian	24, 27	25, 26	4
3	<i>Behaviorally</i> (Perilaku)	Strategi Kognitif	27, 28, 29	30	4
		Strategi regulasi metakognisi	31, 32		2
		Strategi mengelola sumber daya	36, 37	33, 34, 35	5

3.6 Prosedur Penelitian

Ada banyak manfaat penting bagi prosedur penelitian, baik bagi peneliti maupun pengembangan ilmu pengetahuan. Proses penelitian yang jelas dan terorganisir membantu peneliti melakukan penelitian dengan lebih objektif. Dengan mengikuti prosedur yang telah ditetapkan, peneliti dapat mengurangi bias dan subjektivitas saat mengumpulkan dan menganalisis data.

Menurut Arikunto (2006), prosedur penelitian terdiri atas tiga serangkaian langkah yakni tahapan perencanaan, lalu mengumpulkan data di lapangan, serta diakhiri dengan penyusunan laporan penelitian.

1) Tahap Persiapan Penelitian

- a. Pembuatan proposal skripsi
- b. Melaksanakan seminar proposal
- c. Pengajuan surat permohonan kepada dosen pembimbing skripsi
- d. Bimbingan proposal penelitian dengan pembimbing skripsi
- e. Mengajukan proposal penelitian untuk mendapatkan persetujuan dari dewan pembimbing.
- f. Mengajukan permohonan izin kepada prodi Bimbingan dan Konseling untuk mendapatkan surat rekomendasi yang diperlukan untuk melanjutkan penelitian ke tingkat fakultas

2) Tahap Pelaksanaan Penelitian

- a. Pengecekan instrumen penelitian yang akan digunakan
- b. Memberikan instrumen kepada partisipan dan mengumpulkan data
- c. Mengolah dan menganalisis data yang telah dikumpulkan dari partisipan

3) Tahap Pelaporan Penelitian

- a. Bimbingan dengan dosen pembimbing terkait penyusunan skripsi
- b. Seluruh kegiatan dan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dianalisis dan dilaporkan dalam bentuk karya tulis ilmiah (skripsi)
- c. Pengesahan rancangan skripsi
- d. Pertanggungjawaban ujian skripsi

3.7 Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini dilakukan guna menjawab pertanyaan penelitian. Pada analisis data terdapat empat tahapan, yakni: 1) verifikasi data penelitian, bertujuan untuk memilih data yang memadai dan tidak memadai untuk

kemudian diolah; 2) penentuan skor, bertujuan agar mempermudah proses pengolahan dan pengkategorian skor; 3) pengkategorian skor, bertujuan untuk mengelompokkan hasil data berdasarkan tingkatan motivasi berprestasi; dan 4) pengolahan dan analisis data yang bertujuan untuk mendeskripsikan Profil *self regulated learning* siswa terbuka atlet.

3.7.1 Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk memastikan informasi yang diperoleh akurat dan lengkap sehingga memadai untuk pengolahan data. Beberapa tahapan verifikasi data diantaranya; 1) memastikan data akurat dilakukan dengan pengecekan jumlah kuesioner yang sudah tersebar dan terkumpul sesuai dengan banyaknya sampel yang dibutuhkan; 2) melakukan pengecekan kesesuaian dan konsistensi jawaban responden dalam mengisi kuesioner; 3) melakukan penskoran berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan; 4) melakukan pengolahan data statistik menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 22.

3.7.2 Penyekoran Data

Instrumen *self regulated learning* menggunakan Skala. Skala digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena tertentu yang ingin diketahui. Skala menyediakan empat alternatif jawaban. Data yang sudah didapat kemudian diberi skor dan dilakukan pengelompokan data yang bertujuan untuk menempatkan responden pada tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Setiap jawaban mengandung arti dan nilai skor sebagai berikut.

Tabel 3. 9
Kriteria Skor Alternatif Jawaban Instrumen

Alternatif Jawaban	Pernyataan	
	<i>Item Favourable (+)</i>	<i>Item Un-favourable (-)</i>
Sangat tidak sesuai	1	4
Tidak Sesuai	2	3
Sesuai	3	2

Sangat sesuai	4	1
---------------	---	---

3.7.3 Kategorisasi Data

Perhitungan skor ideal dengan rumus perhitungan menurut Azwar (2010), disajikan sebagai berikut.

- 1) Skor Maksimal Ideal (Smax) = Jumlah item x bobot nilai tertinggi
 $= 37 \times 4$
 $= 148$
- 2) Skor Minimal Ideal (Smin) = Jumlah item x bobot nilai terkecil
 $= 37 \times 1$
 $= 37$
- 3) Mean Ideal (Mi) $= \frac{1}{2} (Smax + Smin)$
 $= \frac{1}{2} (148 + 37)$
 $= 92,5$
- 4) Standar Deviasi Ideal (SD) $= \frac{1}{6} (Smax - Smin)$
 $= \frac{1}{6} (148 - 37)$
 $= \frac{1}{6} (111)$
 $= 18,5$

Tabel 3. 10
Kriteria Skor Aktual
Kriteria Skor Aktual

Rumus	Kategori
$X > \text{Mean} + \text{SD}$	Tinggi
$\text{Mean} - \text{SD} \leq X \leq \text{Mean} + \text{SD}$	Sedang
$X < \text{Mean} - \text{SD}$	Rendah

Data skor dikelompokkan menjadi tiga kategori yakni, tinggi sedang dan rendah. Berikut ini pada table disajikan skor *self regulated learning* secara umum dikategorikan sebagai berikut.

Hafsah Hamidah, 2025
PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN UNTUK MENINGKATKAN SELF-REGULATED LEARNING SISWA TERBUKA ATLET SMAN 10 BANDUNG
 Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tabel 3.11
Kategorisasi Data

Rumus	Kategori
$X > 111$	Tinggi
$74 \leq X \leq 111$	Sedang
$X < 74$	Rendah

Penafsiran kategorisasi data diinterpretasikan pada tabel 3.1 sebagai berikut.

Tabel 3.12
Interpetasi Kategori Self Regulated Learning

Rentang Skor	Kategori	Interpretasi	Penafsiran
$X > 111$	Tinggi	Siswa mencapai skor tinggi pada semua atau sebagian besar aspek.	Siswa mampu menguasai tiga aspek <i>self regulated learning</i> , yaitu aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilaku.
$74 \leq X \leq 111$	Sedang	Siswa mencapai skor sedang, baru mencapai sebagian kemampuan dalam aspek.	Siswa cukup mampu menguasai tiga aspek <i>self regulated learning</i> , yaitu aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilaku.
$X < 74$	Rendah	Siswa dengan skor rendah pada semua atau sebagian besar aspek.	Siswa tidak mampu menguasai tiga aspek <i>self regulated learning</i> , yaitu aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilaku.

3.8 Pengembangan Program Bimbingan dan Konseling

Proses pengembangan program dimulai dari perencanaan program dan perancangan program. Perencanaan program merupakan proses yang dilakukan dengan kegiatan asesmen untuk mengetahui kebutuhan dasar yang akan menjadi dasar penentuan tujuan layanan. Tujuan layanan yang telah dirumuskan akan menjadi modal dalam perancangan program. Perancangan program merupakan kegiatan yang dilakukan untuk menentukan komposisi layanan yang akan diberikan (Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional, 2008). Pengembangan program bimbingan teman sebaya diadaptasi dari rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling di lembaga pendidikan formal yang telah dijelaskan diatas. Berikut adalah sistematika program bimbingan dan konseling.

- 1) Rasional, berisikan rumusan dasar pemikiran tentang urgensi bimbingan dan konseling di sekolah menengah atas
- 2) Dasar hukum, merujuk pada peraturan atau ketentuan hukum yang menjadi landasan untuk pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan dan konseling.
- 3) Visi dan misi, berisikan visi dan misi bimbingan dan konseling yang disusun sejalan dengan visi misi perguruan tinggi.
- 4) Deskripsi kebutuhan, berisikan rumusan yang didasarkan dari hasil asesmen kebutuhan konseli dan lingkungannya untuk menjadi rumusan perilaku yang diharapkan dapat dikuasai oleh konseli.
- 5) Tujuan, berisikan rumusan tujuan yang akan dicapai, disusun dalam bentuk perilaku yang harus dikuasai konseli setelah memperoleh layanan.
- 6) Komponen program pada layanan bimbingan dan konseling adalah layanan dasar.
- 7) Bidang layanan pada layanan bimbingan dan konseling adalah bidang pengembangan sosial.
- 8) Pengembangan topik, berisikan rumusan topik dalam bentuk materi untuk setiap komponen program.

- 9) Rencana operasional (*action plan*), berisikan uraian detil dari program yang menggambarkan struktur isi program untuk memfasilitasi konseli mencapai tujuan layanan yang telah dirumuskan.
- 10) Evaluasi dan tindak lanjut, berisikan rencana evaluasi perkembangan konseli didasakan pada rumusan tujuan yang ingin dicapai dan tindak lanjut dari layanan yang telah dilakukan.
- 11) Sarana dan prasarana, yaitu alat yang digunakan untuk menunjang pelaksanaan kegiatan dan fasilitas yang mendukung penggunaan sarana dan kelancaran kegiatan.
- 12) Anggaran biaya, merupakan rencana anggaran untuk mendukung implementasi program yang disusun secara cermat, rasional dan realistis.