

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode dan Jenis Penelitian

Penelitian menggunakan paradigma positivistik dengan pendekatan kuantitatif untuk mendapatkan data yang terukur secara objektif. Data kuantitatif dikumpulkan menggunakan teknik survei berbasis angket, yang dirancang untuk mengevaluasi tingkat optimisme disposisional peserta didik yang kehilangan orang tua di SMAN 2 Lembang secara empiris.

Teknik survei digunakan karena memungkinkan pengumpulan data numerik atau data kuantitatif untuk pengukuran tingkat optimisme secara objektif, sehingga hasilnya dapat digunakan untuk menyusun intervensi yang relevan dan terukur. Penelitian didesain dengan pendekatan kuantitatif karena memanfaatkan perhitungan statistik untuk menganalisis tingkat optimisme disposisional peserta didik, yang kemudian digunakan sebagai dasar pengembangan layanan bimbingan pribadi untuk meningkatkan optimisme disposisional peserta didik yang kehilangan orang tua.

3.2 Populasi dan Sampel Penelitian

Subjek penelitian adalah peserta didik kelas 10 dan 11 yang kehilangan orang tua di SMAN 2 Lembang. Subjek penelitian merupakan sampel dari populasi penelitian yang meliputi peserta didik SMA yang kehilangan orang tua. Sampel ditentukan melalui teknik *purposive random sampling* dengan memilih peserta secara acak tetapi memenuhi kriteria sampel dalam penelitian sebagai berikut.

- a. Individu merupakan peserta didik kelas kelas 10 dan 11 di SMAN 2 Lembang yang berada pada rentang usia 16-18 tahun dalam kategori remaja.
- b. Individu merupakan anak yang kehilangan orang tua akibat kematian atau perceraian/perpisahan.

Anggota populasi yang memenuhi dua kriteria dipilih secara acak untuk kemudian menjadi sampel dalam penelitian. Jumlah sampel sebanyak 106 peserta

Novianti, 2025

PENGEMBANGAN LAYANAN BIMBINGAN PRIBADI UNTUK MENINGKATKAN OPTIMISME PESERTA DIDIK YANG KEHILANGAN ORANG TUA

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

didik kelas 10 dan 11. Sebanyak 31 subjek mengalami kehilangan orang tua akibat kematian dan 75 subjek akibat perceraian orang tua dengan rincian pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1 Sampel Penelitian

Kelas 10	Jumlah Peserta Didik		Kelas 11	Jumlah Peserta Didik	
	Keseluruhan	Kehilangan		Keseluruhan	Kehilangan
E-1	36	6	F-1	37	6
E-2	36	4	F-2	36	4
E-3	36	7	F-3	37	8
E-4	36	9	F-4	35	7
E-5	35	13	F-5	37	4
E-6	36	7	F-6	35	4
E-7	36	7	F-7	35	3
E-8	36	1	F-8	36	6
E-9	36	7	Total	286	42
E-10	37	3			
Total	360	64			

3.3 Definisi Operasional Variabel

3.3.1 Definisi Konseptual Optimisme

Variable dalam penelitian adalah optimisme, yang lebih mengarah pada optimisme disposisional. Konsep optimisme disposisional yang digagas oleh Carver dan Scheier (2018, 2023) mendefinisikan optimisme sebagai ekspektasi umum terhadap hasil yang baik. Optimisme secara umum merujuk pada konstruk kognitif berupa keyakinan hal-hal baik akan terjadi di masa depan (Scheier dkk., 1994; Scheier dan Carver, 1985). Secara ringkas, optimisme merujuk pada ekspektasi terhadap hasil yang baik di masa depan. Berdasarkan definisi optimisme, esensi dari optimisme adalah ekspektasi positif terhadap masa depan.

Aspek-aspek optimisme menurut Carver dan Scheier di antaranya, yakni: (1) Ekspektasi positif, yaitu harapan bahwa peristiwa berjalan sesuai keinginan dan hal-hal baik akan terjadi; dan (2) Ekspektasi negatif, yaitu harapan bahwa peristiwa tidak berjalan sesuai keinginan dan cenderung memprediksi hasil yang buruk.

Indikator dari ekspektasi positif antara lain: mempercayai peristiwa akan berjalan sesuai keinginan dan memperkirakan hal-hal baik akan terjadi. Sementara

indikator dari ekspektasi negatif meliputi memprediksi peristiwa tidak berjalan sesuai keinginan dan memperkirakan hasil yang buruk dalam berbagai situasi (Carver dan Scheier, 2018, 2023).

3.3.2 Definisi Operasional Optimisme Peserta Didik yang Kehilangan Orang Tua

Optimisme dalam penelitian didefinisikan sebagai ekspektasi terhadap masa depan yang dimiliki oleh peserta didik yang kehilangan orang tua akibat kematian atau perceraian, dengan ekspektasi positif yang tinggi dan ekspektasi negatif yang rendah. Secara spesifik, ekspektasi positif merujuk pada harapan peserta didik, yang kehilangan orang tua akibat kematian atau perceraian, peristiwa berjalan sesuai keinginan dan hal-hal baik akan terjadi dengan mempercayai peristiwa akan berjalan sesuai keinginan serta memperkirakan hal-hal baik akan terjadi.

Ekspektasi negatif mencerminkan peserta didik yang kehilangan orang tua akibat kematian atau perceraian memprediksi peristiwa tidak berjalan sesuai keinginan dan memperkirakan hasil yang buruk dalam berbagai situasi. Ekspektasi positif yang tinggi menandakan optimisme dan ekspektasi negatif yang tinggi menandakan pesimisme pada peserta didik yang kehilangan orang tua akibat kematian atau perceraian.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dan diuji validitas serta reliabilitasnya melalui survei terhadap 584 peserta didik SMA di DKI Jakarta dengan rentang usia 14-18 tahun oleh Suryadi dkk. (2021). Instrumen LOT-R versi Bahasa Indonesia kemudian disesuaikan kembali dengan kebutuhan penelitian dan dilakukan uji kelayakan ulang melalui survei terhadap 496 peserta didik di SMAN 2 Lembang dengan rincian sebagai berikut.

3.4.1 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Instrumen LOT-R digunakan dalam penelitian untuk mengukur optimisme disposisional peserta didik yang kehilangan orang tua di SMAN 2 Lembang. Instrumen terdiri dari 10 pernyataan tertutup dengan skala Likert yang menyediakan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (0), Tidak Setuju (1), Netral (2), Setuju (3), dan Sangat Setuju (4). Kisi-kisi instrumen optimisme disposisional pada peserta didik SMA yang kehilangan akibat kematian atau perceraian orang tua dapat dilihat dalam Tabel 3.2.

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen LOT-R Sebelum Uji Kelayakan

Aspek	Indikator	Item	Jumlah
1. Ekspektasi positif	Mempercayai peristiwa berjalan akan sesuai keinginan.	4. Saya selalu optimis tentang masa depan saya.	3
	Memperkirakan hal-hal baik akan terjadi.	1. Dalam situasi yang tidak menentu, saya biasanya berharap yang terbaik. 10. Secara keseluruhan, saya berharap akan lebih sering mengalami sesuatu yang baik dibandingkan sesuatu yang buruk.	
2. Ekspektasi negatif	Memprediksi peristiwa berjalan tidak sesuai keinginan.	7. Saya jarang sekali mengharapkan sesuatu terjadi sesuai keinginan saya.	3

	Memperkirakan hasil yang buruk dalam berbagai situasi.	3. Jika terdapat hal buruk yang akan menimpa saya, maka hal tersebut akan terjadi. 9. Saya jarang menggantungkan harapan pada hal-hal baik yang terjadi pada diri saya.	
3. Item pengisi (<i>filler items</i>)	-	2. Mudah bagi saya untuk merasa rileks. 5. Saya sangat menikmati ketika bersama teman-teman. 6. Penting bagi saya untuk tetap sibuk. 8. Saya tidak mudah merasa kecewa.	4
Total			10

3.4.2 Uji Kelayakan Instrumen Penelitian

Pengujian instrumen dilakukan melalui lima tahap uji kelayakan instrumen, yakni uji rasionalitas, uji keterbacaan instrumen, uji empirik (*tryout*), uji validitas, dan uji reliabilitas yang dapat diuraikan sebagai berikut.

3.4.2.1 Uji Rasionalitas

Instrumen LOT-R yang digunakan diuji oleh empat orang ahli yang dipilih berdasarkan keahlian mereka dalam bidang bimbingan dan konseling, pengembangan instrumen, serta penerjemahan. Tiga ahli merupakan dosen program studi Bimbingan dan Konseling UPI, yakni Ibu Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd., Ibu Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd., dan Bapak Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd. Satu ahli merupakan dosen program studi Bahasa dan Sastra Inggris Universitas Pendidikan Indonesia, yaitu Dr. Ruswan Dallyono, S.Sos., M.Pd.

Uji rasionalitas dilakukan dengan memberikan penilaian pada lembar yang telah disediakan untuk menilai kesesuaian aspek konstruk, konten, dan bahasa. Saran dari keempat ahli secara umum, yaitu setiap item sudah sesuai dan tidak ada yang dihapus, konstruk dan isi sudah sesuai, tetapi kata *selalu*, *jarang*, *tidak*, dan

sangat dihilangkan untuk menghindari ambiguitas. Berdasarkan hasil uji rasionalitas, terdapat sembilan item pernyataan yang membutuhkan revisi, yaitu nomor 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, dan 10. Hasil uji rasionalitas diuraikan dalam **Tabel 3.2**.

Tabel 3.3 Hasil Uji Rasionalitas Instrumen

No.	Item Sebelum Revisi	Item Setelah Revisi	Perubahan
1.	Dalam situasi yang tidak menentu, saya biasanya berharap yang terbaik.	Dalam situasi yang tidak menentu, saya berharap yang terbaik.	Kata <i>biasanya</i> dihilangkan.
2.	Mudah bagi saya untuk merasa rileks.	Mudah bagi saya merasa rileks.	Kata <i>untuk</i> dihilangkan.
3.	Jika terdapat hal buruk yang akan menimpa saya, maka hal tersebut akan terjadi.	Jika terdapat hal buruk yang akan menimpa saya, maka hal buruk tersebut akan terjadi.	Kata <i>buruk</i> ditambahkan.
4.	Saya selalu optimis tentang masa depan saya.	Saya mempunyai harapan baik tentang masa depan saya.	Kata <i>selalu optimis</i> diganti.
5.	Saya sangat menikmati ketika bersama teman-teman.	Saya menikmati ketika bersama teman-teman.	Kata <i>sangat</i> dihilangkan.
7.	Saya jarang sekali mengharapkan sesuatu terjadi sesuai keinginan saya.	Saya memprediksi sesuatu terjadi tidak sesuai keinginan saya.	Kata <i>jarang sekali</i> dihilangkan.
8.	Saya tidak mudah merasa kecewa.	Saya menghadapi kekecewaan dengan baik.	Kata <i>tidak mudah</i> diganti.
9.	Saya jarang menggantungkan harapan pada hal-hal baik yang terjadi pada diri saya.	Saya tidak berharap hal-hal baik akan terjadi pada diri saya.	Keseluruhan struktur kalimat diubah tetapi tetap sesuai konteks.
10.	Secara keseluruhan, saya berharap akan lebih sering mengalami sesuatu yang baik dibandingkan sesuatu yang buruk.	Secara keseluruhan, saya berharap mengalami sesuatu yang baik dibandingkan sesuatu yang buruk.	Kata <i>lebih sering</i> dihilangkan.

3.4.2.2 Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan ditujukan untuk menjadi pemahaman subjek terhadap petunjuk pengerjaan instrumen dan redaksi setiap item. Uji keterbacaan melibatkan delapan peserta didik (2 laki-laki dan 6 perempuan) kelas 10-12 SMA Negeri 2 Lembang yang tidak termasuk sampel penelitian. Uji keterbacaan dilakukan secara tatap muka. Peserta didik diberikan waktu dua menit untuk membaca dan memahami instrumen versi cetak (*printed*). Setelah peserta didik selesai mengulas instrumen, peneliti kemudian membahas satu per satu item. Peneliti menanyakan ketepatan penggunaan kata sesuai dengan konteks dan kemudahan dalam memahami. Berdasarkan hasil uji keterbacaan, terdapat empat item pernyataan yang kurang dipahami peserta didik sehingga harus direvisi, yaitu nomor 1, 5, 7, dan 9. Hasil uji keterbacaan diuraikan dalam Tabel 3.4.

Tabel 3.4 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen

No.	Item Sebelum Revisi	Item Setelah Revisi	Perubahan
1.	Dalam situasi yang tidak menentu , saya berharap yang terbaik.	Dalam situasi tidak pasti, saya mengharapkan kemungkinan yang terbaik.	Kata <i>berharap</i> diganti.
5.	Saya menikmati ketika bersama teman-teman.	Saya menikmati waktu bersama teman-teman.	Kata <i>waktu</i> ditambahkan.
7.	Saya memprediksi sesuatu terjadi tidak sesuai keinginan saya.	Saya memprediksi masa depan berjalan tidak sesuai harapan saya.	Kata <i>sesuatu terjadi</i> diganti.
9.	Saya tidak berharap hal-hal baik akan terjadi pada diri saya .	Saya tidak berharap hal-hal baik akan terjadi dalam hidup saya.	Kata <i>pada diri saya</i> diganti.

3.4.2.3 Uji Empirik (*Tryout*)

Uji empirik atau *tryout* ditujukan untuk mengumpulkan data awal sebagai bahan untuk uji validitas dan reliabilitas instrumen. Uji empirik dilaksanakan dengan melibatkan 496 peserta didik kelas 10 dan 11 SMA Negeri 2 Lembang yang terdiri dari 298 perempuan dan 198 laki-laki. Data yang terkumpul dari uji empirik adalah sebanyak 496 data dengan variasi jawaban di setiap item. Data yang terkumpul melalui uji empirik dilampirkan di Lampiran 2 Pengumpulan Data.

3.4.2.4 Uji Validitas

Uji validitas instrumen LOT-R dilakukan menggunakan uji korelasi *product moment* Pearson dengan nilai signifikansi mencapai $>0,05$ untuk dinyatakan valid. Proses pengujian dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS 25. Berdasarkan perhitungan, semua item valid dengan nilai signifikansi $>0,05$ yaitu 0,000. Hasil uji validitas instrumen ditampilkan dalam Tabel 3.5.

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas

Keterangan	Nomor Item	Jumlah
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, dan 10	10
Tidak Valid	-	0

3.4.2.5 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen menggunakan metode uji reliabilitas internal dengan mengukur nilai *Cronbach's Alpha*. Klasifikasi rentang nilai *Cronbach's Alpha* di antaranya, yaitu: (a) Nilai <0.59 tergolong buruk; (b) Nilai 0.60-0.69 tergolong jelek; (c) Nilai 0.70-0.79 tergolong cukup; (d) Nilai 0.80-0.89 tergolong bagus; (e) Nilai >0.90 tergolong sangat bagus. Hasil uji reliabilitas instrumen LOT-R menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,820 yang termasuk *bagus* sehingga instrumen LOT-R memenuhi kriteria reliabel.

3.4.3 Pedoman Penyekoran (*Scoring*) dan Penafsiran Data

Instrumen optimisme LOT-R menggunakan skala Likert dengan menyediakan lima alternatif jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Berdasarkan petunjuk penggunaan oleh Scheier dan Carver, empat item pengisi tidak dinilai sedangkan skor pilihan jawaban untuk enam item lainnya sebagai berikut.

Tabel 3.6 Skor Pilihan Jawaban Instrumen

Pernyataan	Skor Pilihan Jawaban				
	STS	TS	N	S	SS
Ekspektasi positif (+)	0	1	2	3	4
Ekspektasi negatif (-)	4	3	2	1	0
Item pengisi	Tidak dinilai				

3.4.4 Kategorisasi Data dan Pedoman Penafsiran

Data optimisme yang dikumpulkan menggunakan LOT-R dapat dianalisis secara unidimensional (optimisme dan pesimisme dalam satu spektrum atau bipolar) dan multidimensional (optimisme dan pesimisme sebagai dua konsep terpisah). Peneliti menggunakan model unidimensional karena teruji lebih efektif dalam penelitian Cano-García dkk. (2015) dan digunakan dalam penelitian survei oleh Hinz dkk. (2017). Data skor item positif dan negatif dihitung bersama untuk mencapai kesimpulan objektif dengan dua kategori penafsiran data, yaitu kategori optimis (optimisme tinggi) dan pesimis (optimisme rendah). Kedua kategori dipisahkan dengan titik tengah atau median rentang skor dengan perhitungan sebagai berikut.

$$\text{Median} = \frac{\text{Skor Maksimum} + \text{Skor Minimum}}{2} = \frac{24 + 0}{2} = 12$$

Kategori pesimis memiliki rentang skor total antara 0 hingga 11 (≤ 11), sedangkan kategori optimis memiliki rentang skor total antara 12 hingga 24 (≥ 12). Interpretasi dari dua kategori data diuraikan dalam Tabel 3.7.

Tabel 3.7 Kategorisasi dan Interpretasi Data

Skor	Kategori	Interpretasi
0 – 11 (≤ 11)	Pesimis	Peserta didik meyakini peristiwa berjalan tidak sesuai keinginan, memperkirakan hasil yang buruk dalam berbagai situasi, dan tidak yakin hal-hal baik akan terjadi.
12 – 24 (≥ 12)	Optimis	Peserta didik meyakini peristiwa akan berjalan sesuai keinginan, memperkirakan hasil yang baik dalam berbagai situasi, dan yakin hal-hal baik akan terjadi.

3.5 Prosedur Penelitian

Penelitian menggunakan teknik survei untuk memperoleh data kuantitatif yang menjawab rumusan masalah. Studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara dengan tim BK SMAN 2 Lembang untuk mengidentifikasi peserta didik kelas 10 dan 11 yang kehilangan orang tua akibat perceraian atau kematian sebagai subjek penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) versi Bahasa Indonesia dari Suryadi (2021), yang telah disesuaikan ulang dan diperiksa kelayakan terjemahannya oleh Dr. Ruswan Dallyono, S.Sos., M.Pd., dosen Bahasa dan Sastra Inggris UPI.

Instrumen kemudian diuji kelayakannya melalui lima tahap: (1) Uji rasionalitas oleh tiga dosen yang menguasai materi dan instrumen, yaitu Ibu Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd., Ibu Nadia Aulia Nadhirah, M.Pd., dan Bapak Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd.; (2) Uji keterbacaan bersama delapan peserta didik dari kelas 10 dan 11 di SMAN 2 Lembang; (3) Uji empirik (*tryout*) dengan menyebarkan angket kepada 496 peserta didik di SMAN 2 Lembang; (4) Uji validitas menggunakan Pearson product moment; serta (5) Uji reliabilitas diuji dengan *Cronbach's alpha*.

Setelah instrumen dinyatakan valid dan reliabel, angket disebarakan secara daring melalui Google Formulir dan diisi langsung di kelas dengan pengawasan peneliti bersama guru BK. Data akhir diseleksi berdasarkan kriteria kehilangan orang tua, lalu dianalisis untuk memetakan profil optimisme disposisional. Hasilnya digunakan untuk mengembangkan layanan bimbingan pribadi yang kemudian divalidasi melalui *judgment* oleh dosen, ahli, dan guru BK, serta direvisi berdasarkan masukan hingga memenuhi standar kelayakan.

3.6 Prosedur Analisis Data

Hasil jawaban subjek penelitian akan dijumlahkan per individu untuk mendapatkan total skor optimisme per individu, yang kemudian data total skor dikelompokkan sesuai kategori skor. Jika total skor berada dalam rentang 0 hingga 11 atau ≤ 11 , peserta didik termasuk dalam kategori pesimis. Sebaliknya, jika total

skor berada dalam rentang 12 hingga 24 atau ≥ 12 , peserta didik termasuk ke dalam kategori optimis.

Total skor individu dianalisis dengan menghitung rata-rata (*mean*) dan standar deviasi data berdasarkan aspek optimisme, kemudian rata-rata skor per item divisualisasikan ke dalam bentuk diagram batang. Data juga digunakan untuk menganalisis perbedaan optimisme disposisional peserta didik yang kehilangan orang tua berdasarkan penyebab kehilangan dan jenjang kelas dengan membandingkan rata-rata skor peserta didik pada setiap kelompok kategori analisis.

3.7 Isu Etik

Peneliti melakukan tindakan preventif untuk menghindari bias pada hasil penelitian, seperti menjawab dengan menebak secara acak karena subjek penelitian tidak memahami pertanyaan berpotensi memberikan jawaban acak, sehingga menurunkan validitas data. Peneliti melakukan uji keterbacaan untuk mereduksi potensi menjawab dengan menebak acak dan memastikan setiap item dapat dipahami oleh subjek penelitian.

3.8 Langkah-Langkah Pengembangan Layanan Bimbingan Pribadi

Langkah-langkah pengembangan layanan bimbingan pribadi untuk meningkatkan optimisme disposisional peserta didik SMA yang kehilangan orang tua diawali dengan pengumpulan data optimisme disposisional untuk mengidentifikasi kebutuhan peserta didik yang kehilangan orang tua di SMAN 2 Lembang. Data kemudian dipisahkan dan dianalisis berdasarkan aspek serta indikator optimisme, yaitu ekspektasi positif dan ekspektasi negatif.

Hasil analisis berdasarkan indikator optimisme disposisional menjadi dasar pengembangan layanan bimbingan pribadi sebagai hasil analisis kebutuhan peserta didik yang kehilangan orang tua. Layanan bimbingan pribadi yang telah dirancang selanjutnya diajukan untuk mendapatkan validasi melalui *judgement* dari dosen, ahli, atau guru bimbingan dan konseling. Jika terdapat masukan atau koreksi selama proses validasi, layanan bimbingan pribadi direvisi hingga memenuhi standar yang

diharapkan. Layanan bimbingan pribadi kemudian difinalisasi dan diberikan kepada pihak sekolah melalui tim BK SMAN 2 Lembang.