

### BAB III

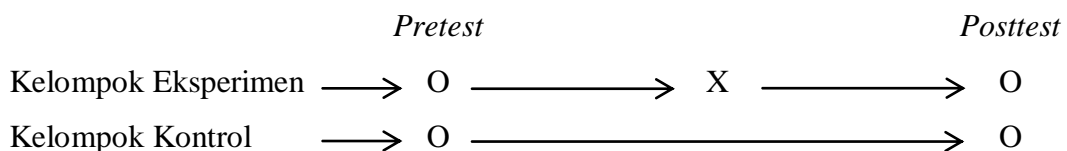
## METODE PENELITIAN

Bab ini membahas metode penelitian yang terdiri dari: pendekatan, metode, dan desain penelitian, lokasi dan subjek penelitian, alur penelitian, definisi operasional, pengembangan instrumen, pengembangan program, prosedur pengolahan data, dan analisis data.

#### A. Pendekatan, Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi-experiment*. Pada penelitian eksperimen, peneliti bermaksud meneliti sebab dan akibat antara variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Peneliti berusaha mengontrol semua variabel yang mempengaruhi hasil penelitian kecuali variabel bebas (*independent variable*). Metode *quasi-experiment* digunakan karena sulitnya peneliti meminimalisasi ancaman lain yang tidak menjadi fokus pada penelitian.

Desain penelitian yang digunakan adalah *nonequivalent control-group design*. Pada desain ini, peneliti mengelompokkan subjek penelitian ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kedua kelompok tersebut diberikan *pretest* dan *posttest* (Campbell dan Stanley, 1963). Perbedaan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat menunjukkan efektif atau tidaknya penerapan program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) pada kelompok eksperimen. Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 3.1

*Nonequivalent Control-Group Design*

Keterangan:

O : tes yang diberikan                          X      :     perlakuan    (*treatment*)

## B. Lokasi dan Subjek Penelitian

Lokasi yang dijadikan tempat penelitian adalah pesantren Banuraja di Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat. Populasi pada penelitian ini adalah santri pesantren Banuraja tahun ajaran 2013/2014 yang berusia remaja berjumlah 300 orang.

Dengan pertimbangan efektivitas dan efisiensi, maka dilakukan pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Dalam *simple random sampling*, peneliti menentukan partisipan untuk sampel, setiap individu memiliki peluang yang sama untuk terpilih dari populasi (Creswell, 2012). Ukuran sampel ditentukan dengan menggunakan rumus dari Taro Yamane (Israel, 1992) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

$n$  = ukuran sampel

$N$  = ukuran populasi

$e$  = presisi

Pada penelitian ini, peneliti mengambil presisi sebesar 5 %, hasil perhitungan ukuran sampel menunjukkan  $n = 171,42$  kemudian dibulatkan sehingga diperoleh ukuran sampel sebesar 171 orang. Perhitungan ukuran sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{300}{1 + 300(0,05)^2}$$

$$n = 171,42$$

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

Kemudian dalam penentuan sampel, peneliti mengacu pada pendapat Creswell (2012) bahwa ukuran partisipan untuk penelitian eksperimen kurang lebih 15 orang. Kemudian menurut Rusmana (2009), jumlah anggota dalam bimbingan kelompok antara 2 sampai 15 orang. Maka dari itu, peneliti memilih 18 orang santri untuk dijadikan partisipan dalam penelitian. Selanjutnya, 18 orang santri ini dibagi ke dalam dua kelompok dengan jumlah yang sama, yaitu kelompok eksperimen 9 orang dan kelompok kontrol 9 orang. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan dan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Uraian jumlah sampel dalam penelitian ini dapat digambarkan dalam tabel 3.1 sebagai berikut.

Tabel 3.1  
Jumlah Sampel dalam Penelitian

No	Subjek	Jumlah
1	Studi pendahuluan	171
2	Kelompok eksperimen	9
3	Kelompok kontrol	9

### C. Alur Penelitian

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Melakukan studi pendahuluan dan kajian teori mengenai konsep penyesuaian diri santri.
2. Melakukan kajian empirik dengan mengumpulkan data mengenai kondisi objektif kemampuan penyesuaian diri santri sebagai dasar penyusunan program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*).
3. Menyusun program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri berdasarkan data yang dikumpulkan mengenai kondisi objektif kemampuan penyesuaian diri santri.

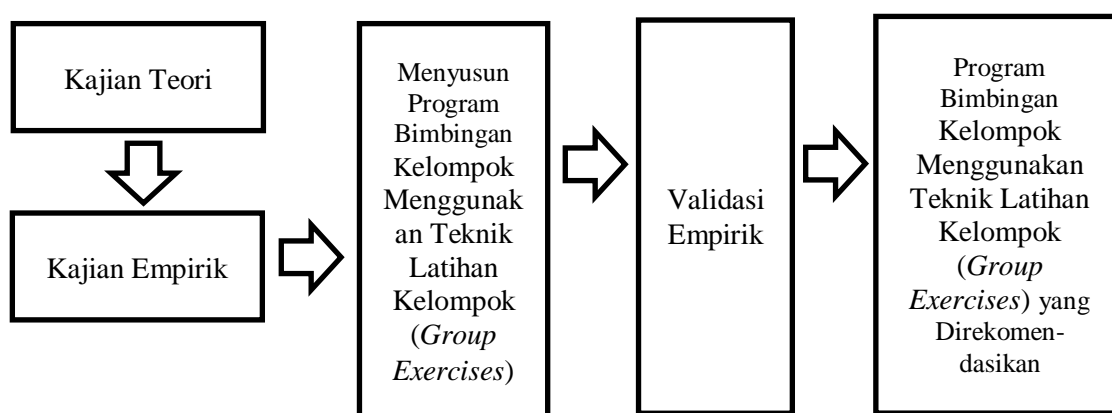
Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

4. Melakukan validasi empirik untuk menguji efektivitas program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri menggunakan *nonequivalent control-group design*.
5. Merekomendasikan program hipotetik yang telah diuji.

Langkah-langkah penelitian di atas dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 3.2  
Alur Penelitian

#### D. Definisi Operasional

##### 1. Program Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Latihan Kelompok (*Group Exercises*)

Program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*Group Exercises*) dalam penelitian ini adalah suatu rangkaian kegiatan bimbingan kepada kelompok santri melalui aktivitas yang mengarahkan perilaku, diskusi, atau perhatian dari anggota kelompok, secara berkesinambungan, terencana, terorganisasi, dan terkoordinasi selama periode waktu tertentu yang memungkinkan santri untuk belajar berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan atau keterampilan yang

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi.

## 2. Penyesuaian Diri Santri

Kemampuan penyesuaian diri dalam penelitian ini adalah suatu kemampuan yang melibatkan respon-respon mental dan perilaku yang dimiliki santri untuk mengelola dan mengatasi tuntutan atau tekanan dari dalam dirinya sendiri (*internal demand*) dan dari lingkungan pesantren tempat santri tinggal (*external demand*) sehingga tercapai harmoni antara kedua tuntutan atau tekanan tersebut. Adapun aspek-aspek kemampuan penyesuaian diri santri ini diuraikan sebagai berikut.

- a. Wawasan dan pengetahuan diri.
- b. Objektivitas diri dan penerimaan diri.
- c. Kontrol diri dan pengembangan diri.
- d. Integrasi pribadi.
- e. Tujuan yang terarah dan jelas.
- f. Pandangan, skala nilai, dan filsafat hidup yang adekuat.
- g. Selera humor.
- h. Rasa tanggung jawab.
- i. Kematangan respon.
- j. Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat.
- k. Kemampuan beradaptasi.
- l. Terhindar dari respon yang merusak dan simtomatik.
- m. Kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain.
- n. Minat yang luas terhadap pekerjaan dan bermain.
- o. Kepuasan dalam bekerja dan bermain.
- p. Orientasi yang adekuat terhadap realitas.

## E. Pengembangan Instrumen Penelitian

### 1. Bentuk Instrumen

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

Data mengenai kemampuan penyesuaian diri santri dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan model skala Likert. Kuesioner terdiri dari dua jenis butir pernyataan yaitu pernyataan positif (*favorable*) dan negative (*unfavorable*). Setiap butir pernyataan diberikan lima alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu (R), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

## 2. Kisi-Kisi Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data kemampuan penyesuaian diri santri dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori Schneiders tentang kriteria penyesuaian diri. Kriteria yang diberikan Schneiders (1964:73-88) sebagai berikut.

- a. Wawasan dan pengetahuan diri (*self-knowledge and self-insight*).
- b. Objektivitas diri dan penerimaan diri (*self-objectivity and self-acceptance*).
- c. Kontrol diri dan pengembangan diri (*self-control and self-development*).
- d. Integrasi pribadi (*personal integration*).
- e. Tujuan yang terarah dan jelas (*well-defined goals and goals direction*).
- f. Pandangan, skala nilai, dan filsafat hidup yang adekuat (*adequate perspective, scale of values, philosophy of life*).
- g. Selera humor (*sense of humor*).
- h. Rasa tanggung jawab (*sense of responsibility*).
- i. Kematangan respon (*maturity of response*).
- j. Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat (*development of worth-while habits*).
- k. Kemampuan beradaptasi (*adaptability*).
- l. Terhindar dari respon yang merusak dan simptomatik (*freedom from disabling or symptomatic responses*).
- m. Kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain (*ability to get along with and take an active interest in other people*).

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

- n. Minat yang luas terhadap pekerjaan dan bermain (*wide range of interest in work and play*).
- o. Kepuasan dalam bekerja dan bermain (*satisfaction in work and play*).
- p. Orientasi yang adekuat terhadap realitas (*adequate orientation to reality*).

Berikut ini kisi-kisi instrumen kemampuan penyesuaian diri santri disajikan pada tabel 3.2.

Tabel 3.2  
Kisi-Kisi Kuesioner Kemampuan Penyesuaian Diri Santri

Aspek		Indikator	No. Butir		Jml
			Positif	Negatif	
1	Pengetahuan diri dan wawasan diri	Mengetahui kemampuan dan kelemahan diri	1, 2		2
		Menyadari motivasi yang mendasari pemikiran dan perilaku	3, 4	5	3
2	Objektivitas diri dan penerimaan diri	Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri	6, 7	8	3
		Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain	9, 10	11	3
		Menghargai diri sendiri	12, 13, 14	15, 16	5
		Menerima diri apa adanya	17, 19	18, 20	4
3	Kontrol diri dan pengembangan diri	Berperilaku sesuai prinsip, standar, atau aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat	21, 22	23	3

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014  
**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

		Mengembangkan potensi yang dimiliki	24, 25, 26, 27, 28		5
4	Integrasi pribadi	Memanfaatkan kemampuan pribadi secara efisien untuk mengatasi permasalahan sehari-hari	29, 30		2
		Mampu meresolusi konflik dalam diri dan mengurangi frustrasi dengan cara yang positif	31, 32, 33		3
5	Tujuan yang jelas dan terarah	Memiliki tujuan dalam bertindak	34, 35, 36		3
		Tindakan yang dilakukan terorganisasi	37, 38, 39		3
6	Pandangan, skala nilai, dan filsafat hidup yang adekuat	Mengetahui hak dan kewajiban yang berkaitan dengan diri sendiri, masyarakat, dan Tuhan	40, 41, 42		3
		Memiliki skala prioritas dalam bertindak	43, 45	44, 46	4
7	Selera humor	Tidak terlalu serius dalam memandang peristiwa-peristiwa dalam kehidupan sehari-hari	47, 48	49, 50	4
		Memandang sisi "humor" dari situasi yang penuh tekanan (stress)	51, 52		2
8	Rasa tanggung jawab	Bersedia menerima konsekuensi dari perilakunya	53	54, 55	3
		Mampu memahami dan menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan	56, 58, 60	57, 59, 61	6
9	Kematangan respon	Kematangan emosional	63	62, 64	3
		Kematangan sosial	66	65	2
		Kematangan moral	67, 68		2
		Kematangan religius		69, 70	2
10	Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat	Melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari	71, 72		2

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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



		Merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien		73, 74, 75	3
11	Kemampuan beradaptasi	Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola interaksi di pesantren	76, 77, 78, 79, 80, 81		6
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola belajar di pesantren		82, 83	2
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan tata tertib di pesantren	84, 85, 86	87	4
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola kehidupan sehari-hari di pesantren	88, 89, 90		3
12	Terhindar dari respon yang merusak dan simptomatik.	Perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stress		91, 92	2
		Penyakit fisik yang disebabkan oleh stress		93, 94	2
13	Kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang lain.	Kemampuan berhubungan dengan orang lain	95, 96		2
		Menumbuhkan minat yang tulus terhadap orang lain	97, 98, 99, 100		4
14	Minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren	Selalu antusias dengan semua kegiatan yang dilakukan	101, 102		2
		Tidak terlalu memilih-milih pekerjaan/tugas		103, 104	2
15	Kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren	Aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan minat	105	106, 107	3
		Menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari	108, 109, 110, 111, 112		5
16	Orientasi yang adekuat terhadap realitas.	Bersikap realistis	113	114	2
		Memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu	116	115, 117	3

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

<b>Jumlah</b>	117
---------------	-----

### 3. Penilaian (*Judgement*) Instrumen Penelitian

Penilaian dilakukan untuk menilai validitas isi dan konstruk dari kuesioner yang telah disusun. Penilaian dilakukan oleh dua orang pakar bimbingan dan konseling, yaitu: Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd. dan Dr. Suherman, M.Pd. Pelaksanaan validasi berupa penilaian terhadap konstruk, isi, dan redaksi dari kuesioner kemampuan penyesuaian diri santri yang telah disusun. Dari 16 aspek penyesuaian diri santri menghasilkan 38 indikator, yang kemudian dikembangkan menjadi 117 butir pernyataan. Masing-masing pernyataan dikelompokkan dalam kualifikasi memadai (M) atau tidak memadai (TM). Memadai atau tidaknya sebuah butir pernyataan dilihat dari konstruk, isi, dan redaksi kuesioner tersebut. Pernyataan yang dikategorikan memadai (M) dapat langsung digunakan sebagai butir dalam instrumen penelitian sementara yang berkualifikasi tidak memadai (TM) perlu diperbaiki.

### 4. Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan kuesioner kemampuan penyesuaian diri santri dilakukan terhadap lima orang santri pondok pesantren Albidayah Cangkorah yang memiliki karakteristik yang hampir sama dengan sampel penelitian. Hal ini dilakukan untuk mengetahui keterbacaan pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam kuesioner oleh responden sebelum kuesioner digunakan dalam penelitian. Hasilnya, pernyataan-pernyataan dalam kuesioner dapat dipahami oleh kelima santri tersebut.

### 5. Penentuan Nilai Skala

Penentuan nilai skala dilakukan untuk memberikan bobot tertinggi bagi kategori jawaban yang paling *favorable* dan memberikan bobot rendah bagi kategori jawaban yang *unfavorable*. Uji penentuan skala ini dilakukan terhadap

kelompok yang memiliki karakteristik yang semirip mungkin dengan subjek  
Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

penelitian (Azwar, 2011). Kelompok tersebut adalah santri pondok pesantren Albidayah Cangkorah yang berjumlah 30 orang. Setiap pernyataan yang dijawab oleh responden akan diperoleh distribusi frekuensi respon bagi setiap kategori jawaban, kemudian secara kumulatif dilihat deviasinya menurut distribusi normal. Melalui proses ini dapat ditentukan nilai skala yang merupakan bobot atau skor dari setiap kategori jawaban responden pada setiap butir pernyataan. Perhitungan penentuan nilai skala dengan deviasi normal dilakukan dengan bantuan *Microsoft Excel 2013* (hasil perhitungan terlampir).

## 6. Validitas Instrumen

Uji validitas instrumen dilakukan untuk menilai valid atau tidaknya instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data. Instrumen yang valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.

Instrumen diujicobakan pada santri Pondok Pesantren Albidayah Cangkorah yang berjumlah 30 orang. Pengujian validitas dilakukan terhadap setiap butir pernyataan dalam instrumen dengan cara mengkorelasikan skor setiap butir dengan skor total yang merupakan jumlah dari skor tiap butir menggunakan rumus korelasi *product moment*.

Butir yang memiliki korelasi yang positif dengan skor total dan tingkat korelasinya tinggi ( $r \geq 0,3$ ), berarti butir tersebut mempunyai validitas yang tinggi. Jika korelasi antara butir dan skor total kurang dari 0,3 maka butir tersebut dinyatakan tidak valid (Sugiyono, 2008).

Perhitungan korelasi dilakukan dengan bantuan *Microsoft Excel 2013*, hasil pengujian menunjukkan bahwa dari 117 butir pernyataan, 99 butir dinyatakan valid dan 18 butir dinyatakan tidak valid. Berikut ini merupakan hasil pengujian validitas instrumen kemampuan penyesuaian diri santri.

Tabel 3.3  
Hasil Uji Validitas

No Butir	Keterangan	Jumlah
1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 21, 22, 24, 26, 28, 29, 30,31, 32, 33, 34, 35, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 75, 76, 77, 78, 79, 81, 82, 83, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 113, 114, 115, 116, 117	Valid	99
7, 9, 17, 20, 23, 25, 27, 36, 44, 45, 47, 58, 63, 74, 80, 84, 111, 112	Tidak Valid	18

Butir pernyataan yang dinyatakan valid dapat langsung digunakan untuk mengumpulkan data penelitian sedangkan butir pernyataan yang tidak valid tidak digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Jadi, butir instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 99 butir. Hasil perhitungan uji validitas dapat dilihat pada lampiran.

## 7. Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrumen dilakukan untuk menilai reliabel atau tidaknya instrumen yang akan digunakan dalam penelitian. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang akan menghasilkan data yang sama, jika digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama.

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menghitung koefisien reliabilitas instrumen (*cronbach's alpha*). Kriteria untuk mengetahui tingkat reliabilitas dapat menggunakan kriteria yang dikemukakan oleh Sugiyono (2007) sebagai berikut ini.

Tabel 3.4  
Kriteria Reliabilitas Instrumen

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.80 – 1.000	Derajat reliabilitas sangat tinggi
0.60 – 0.799	Derajat reliabilitas tinggi
0.40 – 0.599	Derajat reliabilitas sedang
0.20 – 0.399	Derajat reliabilitas rendah
0.00 – 0.199	Derajat reliabilitas sangat rendah

Pengujian reliabilitas dilakukan pada butir instrumen yang memiliki validitas yang tinggi. Perhitungancronbach's alpha dilakukan dengan menggunakan *Microsoft Excel 2013*. Hasil perhitungan diperoleh *cronbach's alpha* ( $\alpha$ ) sebesar 0,98. Jika merujuk pada kriteria reliabilitas instrumen dapat disimpulkan bahwa instrumen kemampuan penyesuaian diri santri memiliki tingkat reliabilitas sangat tinggi. Hasil perhitungan uji validitas dapat dilihat pada lampiran.

## 8. Revisi Akhir Instrumen

Butir-butir pernyataan dalam instrumen yang memenuhi syarat direvisi sesuai kebutuhan, dengan demikian dapat dihasilkan seperangkat instrumen yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data mengenai profil kemampuan penyesuaian diri santri. Berikut disajikan kisi-kisi instrumen kemampuan penyesuaian diri santri setelah uji coba dalam Tabel 3.5.

Tabel 3.5  
Kisi-Kisi Instrumen  
Kemampuan Penyesuaian Diri Santri setelah Uji Coba

Aspek		Indikator	No. Butir		Jml
			Positif	Negatif	
1	Pengetahuan diri dan wawasan diri	Mengetahui kemampuan dan kelemahan diri	1,2		2
		Menyadari motivasi yang mendasari pemikiran dan perilaku	3,4	5	3

2	Objektivitas diri dan penerimaan diri	Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya terhadap diri sendiri	6	7	2
		Mengetahui kelemahan yang dimiliki dan dampak negatifnya dalam berhubungan dengan orang lain	8	9	2
		Menghargai diri sendiri	10, 11, 12	13, 14	5
		Menerima diri apa adanya	16	15	2
3	Kontrol diri dan pengembangan diri	Berperilaku sesuai prinsip, standar, atau aturan yang dikenakan oleh diri sendiri, hukum, dan masyarakat	17, 18		2
		Mengembangkan potensi yang dimiliki	19, 20, 21		3
4	Integrasi pribadi	Memanfaatkan kemampuan pribadi secara efisien untuk mengatasi permasalahan sehari-hari	22, 23		2
		Mampu meresolusi konflik dalam diri dan mengurangi frustrasi dengan cara yang positif	24, 25, 26		3
5	Tujuan yang jelas dan terarah	Memiliki tujuan dalam bertindak	27, 28		2
		Tindakan yang dilakukan terorganisasi	29, 30, 31		3
6	Pandangan, skala nilai, dan filsafat hidup yang adekuat	Mengetahui hak dan kewajiban yang berkaitan dengan diri sendiri, masyarakat, dan Tuhan	32, 33, 34		3
		Memiliki skala prioritas dalam bertindak	35	36	2
7	Selera humor	Tidak terlalu serius dalam memandang peristiwa-peristiwa dalam kehidupan sehari-hari	37	38, 39	3

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

		Memandang sisi "humor" dari situasi yang penuh tekanan (stress)	40, 41		2
8	Rasa tanggung jawab	Bersedia menerima konsekuensi dari perilakunya	42	43, 44	3
		Mampu memahami dan menerima tuntutan atau kewajiban yang dibebankan	45, 48	46, 47, 49	5
9	Kematangan respon	Kematangan emosional		50, 51	2
		Kematangan sosial	53	52	2
		Kematangan moral	54, 55		2
		Kematangan religius		56,57	2
10	Perkembangan kebiasaan yang bermanfaat	Melakukan aktivitas atau kegiatan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari	58, 59		2
		Merespon tuntutan-tuntutan dalam kehidupan sehari-hari dengan cepat dan efisien		60, 61	2
11	Kemampuan beradaptasi	Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola interaksi di pesantren	62, 63, 64, 65, 66		5
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola belajar di pesantren		67, 68	2
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan tata tertib di pesantren	69, 70	71	3
		Mampu mengubah sikap dan perilaku sesuai dengan pola kehidupan sehari-hari di pesantren	72, 73, 74		3
12	Terhindar dari respon yang merusak dan simptomatik.	Perilaku yang merugikan diri sendiri akibat stress		75, 76	2
		Penyakit fisik yang disebabkan oleh stress		77,78	2
13	Kemampuan untuk berinteraksi dan memiliki minat terhadap orang	Kemampuan berhubungan dengan orang lain	79, 80		2
		Menumbuhkan minat yang tulus terhadap orang lain	81, 82, 83, 84		4

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

	lain.				
14	Minat yang luas terhadap berbagai aktivitas di pesantren	Selalu antusias dengan semua kegiatan yang dilakukan	85, 86		2
		Tidak terlalu memilih-milih pekerjaan/tugas		87, 88	2
15	Kepuasan dalam melaksanakan aktivitas di pesantren	Aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan minat	89	90, 91	3
		Menikmati aktivitas yang dijalani dalam kehidupan sehari-hari	92, 93, 94		3
16	Orientasi yang adekuat terhadap realitas.	Bersikap realistis	95	96	2
		Memiliki orientasi yang wajar terhadap waktu	98	97, 99	3
Jumlah					99

## F. Pengembangan Program

Program bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri dirumuskan berdasarkan deskripsi kebutuhan santri Pesantren Banuraja (program terlampir). Deskripsi kebutuhan diperoleh dari hasil studi pendahuluan mengenai profil kemampuan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Banuraja. Setelah merumuskan program bimbingan kelompok sesuai kebutuhan santri, kemudian peneliti melakukan validasi rasional program. Validasi rasional program ini dilakukan oleh dua orang pakar bimbingan dan konseling dengan mempertimbangkan dua hal yaitu struktur dan isi. Struktur meliputi judul, penggunaan istilah, sistematika penulisan, keterbacaan, dan kelengkapan. Sedangkan isi meliputi rasional, deskripsi kebutuhan, tujuan program, strategi layanan, sasaran program, rencana operasional, pengembangan tema dan evaluasi. Deskripsi hasil penimbangan pakar terhadap program dilihat pada tabel 3.6 sebagai berikut ini.

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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



Tabel 3.6  
 Hasil Penimbangan Pakar terhadap Program Bimbingan Kelompok  
 Menggunakan Teknik Latihan Kelompok (*Group Exercises*) untuk Meningkatkan  
 Kemampuan Penyesuaian Diri Santri

Komponen Program	Hasil Penimbangan Pakar
Rasional	Rasional menjadi landasan teoritis dan empiris program. Hasil penimbangan menunjukkan bahwa rasional program sudah memadai.
Deskripsi kebutuhan	Deskripsi kebutuhan berisi tentang gambaran kemampuan penyesuaian diri santri hasil <i>pre-test</i> , sehingga dapat diketahui kebutuhan santri terhadap layanan bimbingan. Hasil penimbangan pakar menunjukkan bahwa deskripsi kebutuhan sudah memadai.
Tujuan	Tujuan program berisi gambaran perilaku santri yang diharapkan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Hasil penimbangan pakar menunjukkan bahwa tujuan program sudah memadai.
Strategi layanan	Strategi layanan berisi teknik bimbingan kelompok yang digunakan dan tahapan bimbingan kelompok yang meliputi tahap awal, tahap transisi, tahap kerja, dan tahap terminasi. Hasil penimbangan pakar menunjukkan bahwa strategi layanan sudah memadai.
Sasaran program	Sasaran program berisi uraian mengenai objek bimbingan kelompok yang akan menerima layanan. Hasil penimbangan pakar menunjukkan bahwa sasaran program sudah memadai.
Rencana operasional	Rencana operasional berisi uraian rencana pelaksanaan program bimbingan kelompok. Hasil penimbangan pakar menunjukkan bahwa rencana operasional sudah memadai.
Pengembangan tema	Pengembangan tema berisi uraian tema materi bimbingan kelompok berdasarkan hasil deskripsi kebutuhan. Hasil penimbangan pakar menunjukkan bahwa pengembangan tema sudah memadai.
Evaluasi	Hasil penimbangan pakar terhadap komponen evaluasi menunjukkan perlunya perbaikan. Perbaikan tersebut antara lain: harus melakukan observasi dinamika perubahan perilaku santri

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

	selama proses bimbingan kelompok menggunakan pedoman observasi, dan evaluasi melalui jurnal harian yang diisi oleh para santri yang diberikan layanan bimbingan kelompok.
SKLB	Hasil penimbangan pakar terhadap satuan kegiatan layanan bimbingan (SKLB) menunjukkan perlunya perbaikan pada penggunaan teknik, dan proses dinamika kelompok pada tahap kerja yaitu tahap eksperimentasi harus diuraikan secara jelas dan rinci.

## G. Prosedur Pengolahan Data

### 1. Penyeleksian Data

Penyeleksian data dilakukan untuk memeriksa kelengkapan jumlah kuesioner dan respon kuesioner yang terkumpul. Menurut pemeriksaan jumlah kuesioner dan respon yang terkumpul sebanyak 171 lembar.

### 2. Perhitungan Skor

Perhitungan skor dilakukan dengan mengacu pada pedoman pemberian skor berdasarkan nilai skala yang diperoleh dari proses penentuan skala dengan deviasi normal. Pedoman pemberian skor tersebut sebagai berikut ini.

Tabel 3.7  
Pedoman Pemberian Skor Setiap Butir Pernyataan

No. Butir	Kategori Jawaban					Jenis Pernyataan
	STS	TS	R	S	SS	
1	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
2	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
3	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
4	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
5	5	4	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
6	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
7	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
8	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
9	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
10	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
11	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

12	1	1	2	3	4	<i>Favorable</i>
13	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
14	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
15	4	4	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
16	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
17	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
18	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
19	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
20	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
21	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
22	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
23	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
24	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
25	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
26	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
27	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
28	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
29	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
30	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
31	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
32	1	1	2	3	4	<i>Favorable</i>
33	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
34	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
35	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
36	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
37	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
38	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
39	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
40	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
41	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
42	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
43	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
44	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
45	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
46	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
47	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
48	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
49	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
50	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
51	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

52	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
53	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
54	1	2	3	4	4	<i>Favorable</i>
55	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
56	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
57	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
58	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
59	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
60	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
61	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
62	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
63	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
64	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
65	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
66	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
67	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
68	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
69	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
70	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
71	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
72	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
73	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
74	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
75	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
76	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
77	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
78	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
79	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
80	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
81	1	1	2	3	4	<i>Favorable</i>
82	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
83	1	1	2	3	4	<i>Favorable</i>
84	1	1	2	3	4	<i>Favorable</i>
85	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
86	1	2	3	3	4	<i>Favorable</i>
87	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
88	4	3	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
89	1	1	2	3	4	<i>Favorable</i>
90	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
91	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

92	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
93	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
94	1	2	3	4	5	<i>Favorable</i>
95	1	1	2	3	4	<i>Favorable</i>
96	4	3	2	2	1	<i>Unfavorable</i>
97	5	4	3	2	1	<i>Unfavorable</i>
98	1	2	2	3	4	<i>Favorable</i>
99	5	4	3	2	1	<i>Unfavorable</i>

Kemudian untuk mengetahui makna skor yang dicapai santri dan untuk melakukan pengelompokan tingkat kemampuan penyesuaian diri santri, ditetapkan standarisasi penafsiran skor melalui pengelompokan skor berdasarkan skor setiap aspek dan skor total yang diperoleh subjek penelitian. Kategori pada skor disusun menjadi tiga kategori kemampuan penyesuaian diri santri. Langkah-langkahnya sebagai berikut.

a. Menentukan Skor maksimal ideal yang diperoleh sampel:

Skor maksimal ideal = jumlah soal x skor tertinggi

b. Menentukan Skor terendah ideal yang diperoleh sampel:

Skor minimal ideal = jumlah soal x skor terendah

c. Menghitung rentang skor ideal yang diperoleh sampel:

Rentang skor = Skor maksimal ideal – skor minimal ideal

d. Menghitung mean ( $\bar{x}$ ) teoritis:

$$\bar{x} = \frac{\text{Skor minimal ideal} + \text{Skor maksimal ideal}}{2}$$

e. Menghitung simpangan baku ( $s$ ):

$$s = \frac{\text{Rentang skor}}{6}$$

f. Menghitung  $z$ -score ( $\bar{x} = 0, s = 1$ ) dengan rumus (Furqon, 2009):

$$z = \frac{X - \bar{x}}{s}$$

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

g. Menghitung skor standar ( $\bar{x} = 50, s = 10$ ) dengan rumus (Azwar, 2011):

$$T = 50 + 10 \left[ \frac{X - \bar{x}}{s} \right]$$

Dari langkah langkah tersebut, kemudian didapat kategori (Azwar, 2013) sebagai berikut.

Tabel 3.8  
Kategori Gambaran Umum Variabel

Kategori	Rentang
Tinggi	$X \geq (\bar{x} + 1,0s)$
Sedang	$(\bar{x} - 1,0s) \leq X < (\bar{x} + 1,0s)$
Rendah	$X < (\bar{x} - 1,0s)$

## H. Analisis Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif mengenai kemampuan penyesuaian diri santri. Untuk menganalisis data yang diperoleh digunakan analisis statistik. Proses analisis data ini dimaksudkan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan dalam penelitian ini.

Untuk menjawab pertanyaan penelitian tentang profil kemampuan penyesuaian diri santri, peneliti mengacu pada tabel 3.8 tentang kategori gambaran umum penyesuaian diri santri. Berdasarkan tabel 3.8, peneliti dapat mengelompokkan santri sesuai dengan tingkat kemampuan penyesuaian dirinya, baik gambaran secara menyeluruh maupun gambaran setiap aspeknya. Selain itu peneliti dapat mengelompokkan aspek dan indikator kemampuan penyesuaian diri santri sesuai dengan tingkat ketercapaiannya.

Untuk menjawab pertanyaan penelitian tentang program hipotetik bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri, peneliti mengacu pada profil kemampuan penyesuaian diri santri. Pengembangan kisi-kisi program

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

mengacu pada indikator kemampuan penyesuaian diri santri yang dikelompokkan pada kategori rendah.

Untuk menjawab pertanyaan penelitian tentang efektifitas program hipotetik bimbingan kelompok menggunakan teknik latihan kelompok (*group exercises*) untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri santri Pondok Pesantren Banuraja, peneliti melakukan uji-t dua data sampel independen. Uji-t ini dilakukan dengan cara membandingkan data *Pretest* dan *Posttest*, antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Peneliti bermaksud mengkaji efektifitas suatu perlakuan (*treatment*) dalam mengubah suatu perilaku dengan cara membandingkan antara keadaan sebelum dengan keadaan sesudah perlakuan itu diberikan (Furqon, 2011).

Adapun prosedur pengujian efektifitas ini sebagai berikut.

1. Menguji normalitas data dengan uji *Shapiro-Wilk*, untuk memperlihatkan bahwa data sampel yang diperoleh berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Dasar pengambilan keputusannya adalah jika nilai signifikansi (sig.) > 0,05, maka data tersebut berdistribusi normal, dan jika nilai signifikansi (sig.) < 0,05, maka data tersebut tidak berdistribusi normal. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan *IBM SPSS Statistic Version 20*.
2. Menguji homogenitas untuk mengetahui bahwa data yang dibandingkan bersifat homogen. Dasar pengambilan keputusannya adalah jika nilai signifikansi (sig.) > 0,05, maka data tersebut homogen, dan jika nilai signifikansi (sig.) < 0,05, maka data tersebut tidak homogen. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan *IBM SPSS Statistic Version 20*.
3. Menghitung data *Gain* (selisih antara skor *pretest* dan *posttest*) pada kelompok eksperimen dan kontrol.
4. Menguji efektifitas dengan uji-t dua data sampel independen. Perhitungan menggunakan *IBM SPSS Statistic Version 20*. Kriteria untuk uji-t tersebut berpandangan pada hipotesis penelitian.
5. Selanjutnya mencari nilai t-hitung dengan rumus (Furqon, 2011):

Diwan Ramadhan Jauhari, 2014

**PROGRAM BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK LATIHAN KELOMPOK (GROUP EXERCISES) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SANTRI (Studi Kuasi Eksperimen terhadap Santri Pondok Pesantren Banuraja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat)**

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

$$t_{\text{Hitung}} = \frac{\bar{Y}_1 - \bar{Y}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan:

$\bar{Y}_1$  = rata-rata data kontrol  $n_1$  = banyak sampel kelas kontrol

$\bar{Y}_2$  = rata-rata data eksperimen  $n_2$  = banyak sampel kelas eksperimen

$s_1^2$  = varians kelompok kontrol  $s_2^2$  = varians kelompok eksperimen

Pengambilan keputusan dapat dilakukan menggunakan dua cara, yaitu (1) membandingkan nilai sig. (*2-tailed*) dengan  $\alpha = 0,05$  dengan dasar pengambilan keputusannya adalah: jika sig. (*2-tailed*)  $< \alpha$  (0,05), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima; jika sig. (*2-tailed*)  $> \alpha$  (0,05), maka  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak; (2) membandingkan nilai  $t_{\text{hitung}}$  dengan  $t_{\text{tabel}}$  dengan dasar pengambilan keputusannya adalah: jika  $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima; jika  $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak.