

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab III menguraikan tentang metode dan desain penelitian, lokasi, populasi, sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, serta teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian.

3.1 Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Creswell (2009, hlm. 4) mendefinisikan penelitian kuantitatif sebagai metode untuk menguji teori tertentu melalui pengkajian hubungan antar variabel. Variabel tersebut diukur menggunakan instrumen penelitian, sehingga data berbentuk angka dapat dianalisis dengan prosedur statistik. Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif berdasarkan pada pertimbangan bahwa tingkat kecerdasan emosional murid dapat diidentifikasi melalui data, kemudian dianalisis. Analisis data tersebut kemudian menjadi sebagai landasan perencanaan layanan dasar bidang pribadi-sosial untuk mengembangkan kecerdasan emosional.

Adapun metode penelitian yang digunakan adalah survei, yang bertujuan menggambarkan kecenderungan, sikap, atau pendapat suatu populasi secara kuantitatif melalui pengkajian terhadap sampel yang mewakili populasi tersebut (Creswell, 2009). Adapun desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Houser (2020) menyebutkan bahwa penelitian deskriptif merupakan upaya peneliti untuk mendeskripsikan karakteristik peristiwa atau kondisi suatu populasi yang diidentifikasi. Melalui desain deskriptif, peneliti bermaksud mendeskripsikan gambaran kecerdasan emosional murid SMA Negeri 1 Bandung.

3.2 Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 1 Bandung yang beralamat di Jalan Ir. H. Juanda No.93, Lebak Siliwangi, Kecamatan Coblong, Kota Bandung, Jawa Barat 40132.

Nafissatul Mukarromah, 2025
LAYANAN DASAR BIDANG PRIBADI-SOSIAL UNTUK MENGEMBANGKAN KECERDASAN EMOSIONAL
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah murid kelas X SMA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025 yang berjumlah 395. Pemilihan subjek penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan sebagai berikut.

- 1) Murid kelas X berada dalam kisaran usia 15–17 tahun, yaitu berada pada masa remaja yang ditandai dengan kondisi emosi yang fluktuatif dan intens.
- 2) Murid kelas X sedang beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru, termasuk teman sebaya, guru, maupun pola belajar yang berbeda dari jenjang sebelumnya. Situasi tersebut kerap menimbulkan berbagai permasalahan, seperti kedisiplinan, stres akademik, maupun konflik sosial, sehingga diperlukan pengembangan keterampilan hidup yaitu kecerdasan emosional.
- 3) Belum terdapat penelitian mengenai kecerdasan emosional yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Bandung.

Adapun data populasi disajikan lebih lengkap dalam Tabel 3.1.

Tabel 3.1 Data Murid kelas X SMA Negeri 1 Bandung

Kelompok Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
	L	P	
Kelas X-1	20	16	36
Kelas X-2	16	19	35
Kelas X-3	18	18	36
Kelas X-4	20	16	36
Kelas X-5	18	18	36
Kelas X-6	20	16	36
Kelas X-7	20	16	36
Kelas X-8	18	18	36
Kelas X-9	18	18	36
Kelas X-10	17	19	36
Kelas X-11	17	19	36
Jumlah	202	193	395

Penentuan sampel menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan teknik *convenience sampling*. Creswell & Creswell (2018) mengungkapkan bahwa *convenience sampling* merupakan prosedur sampling kuantitatif dimana peneliti dapat memilih partisipan karena tersedia dan juga bersedia untuk ikut serta dalam penelitian dan dipelajari (diteliti). Dalam penentuan jumlah sampel digunakan rumus Slovin yang dinyatakan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2} = \frac{395}{1+395(0,05)^2} = 198,75 = 199$$

n: Jumlah sampel

N: Jumlah populasi

e: Batas Toleransi Kesalahan (*error tolerance*) = 0,05

Dengan hasil perhitungan tersebut, maka sampel minimal yang dibutuhkan adalah 199 murid kelas X. Pada pelaksanaannya, jumlah responden yang bersedia dan memenuhi kriteria adalah sebanyak 200 murid, sehingga angka tersebut menjadi jumlah sampel final dalam penelitian ini.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan instrumen yang diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Bongsu & Bakar (2022) berjudul "*The Emotional Intelligence Dimensions among Foundation Students*". Instrumen tersebut menggunakan Bahasa Inggris, sedangkan subjek penelitian merupakan murid Sekolah Menengah Atas (SMA) di Indonesia. Oleh karena itu, peneliti menyerahkan proses penerjemahan kepada ahli di Balai Bahasa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Proses penerjemahan dilakukan untuk memastikan keakuratan makna tanpa mengubah substansi dari setiap butir instrumen.

3.4.1 Definisi Konseptual Variabel

Mengekspresikan emosi dengan cara yang tepat dimulai dari kemampuan memahami perasaan diri sendiri, lalu mengendalikannya dengan cara yang baik. Keterampilan ini bisa membantu seseorang untuk lebih memahami perasaan orang lain dan mengatur emosinya sendiri, sehingga lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Shahzad et al. (2013) menyebut fenomena ini sebagai 'Kecerdasan Emosional'. Oleh karena itu, wajar saja jika orang yang memiliki kecerdasan emosional lebih cenderung mencari emosi yang menyenangkan dan mencoba menghindari emosi yang tidak menyenangkan (Ford & Tamir, 2012). Goleman (2009) dalam bukunya "*Emotional Intelligence: Why it matters more than IQ*" mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri maupun orang lain, memotivasi diri, serta mengelola emosi secara efektif baik pada diri sendiri maupun pada orang lain.. Tidak hanya untuk

membantu lebih memahami diri sendiri dan orang lain, tetapi kecerdasan emosional juga membantu orang lain memahami kita (Bradberry, 2020).

Goleman membagi kecerdasan emosional menjadi lima domain, tiga pertama berisi kompetensi pribadi yang menentukan bagaimana mengelola diri kita sendiri dan dua kategori terakhir berisi kompetensi sosial, yang menentukan bagaimana menangani hubungan. Lima domain tersebut diantaranya; 1) *Self-Awareness* atau kesadaran diri, yakni kemampuan mengetahui keadaan internal, preferensi, sumber daya, dan intuisi seseorang; 2) *Self-Regulation*, yakni kemampuan mengelola keadaan internal, impuls, dan sumber daya seseorang; 3) *Motivation*, kecenderungan emosional yang membimbing atau memfasilitasi pencapaian tujuan; 4) *Empathy*, kesadaran akan perasaan, kebutuhan, dan kekhawatiran orang lain; dan 5) *Social Skills*, kemampuan dalam menginduksi respons yang diinginkan pada orang lain.

3.4.2 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel penelitian bertujuan memberikan gambaran mengenai pengukuran variabel yang diteliti, dengan menjabarkannya ke dalam indikator-indikator yang membentuk variabel tersebut. Variabel penelitian ini mengacu pada dimensi kecerdasan emosional Goleman (2009) sebagai landasan teoritis dalam mengkonstruksi instrumen dan analisis data.

- 1) *Self-awareness* atau kesadaran diri, meliputi: mampu menyadari emosi yang dirasakan dan dampaknya terhadap diri sendiri, mengetahui kelebihan dan kekurangan diri, percaya diri terhadap nilai dan kemampuan yang dimiliki.
- 2) *Self-regulation* atau pengaturan diri, meliputi: mampu mengendalikan emosi dan dorongan yang mengganggu, menjaga kejujuran dan integritas dalam bertindak, bertanggung jawab atas kinerja pribadi, fleksibel dalam menghadapi perubahan, serta terbuka terhadap ide, pendekatan, dan informasi baru.
- 3) *Motivation* atau motivasi, meliputi: berusaha mencapai hasil terbaik, mampu menyesuaikan diri dengan tujuan kelompok atau lingkungan, siap bertindak saat ada peluang, tetap gigih meskipun menghadapi tantangan.

- 4) *Empathy* atau empati, meliputi: mampu memahami perasaan dan sudut pandang orang lain, peduli terhadap kebutuhan dan perkembangan orang lain, peka terhadap kebutuhan sosial dan orang di sekitar, menghargai keberagaman individu, memahami suasana emosional dan dinamika dalam kelompok.
- 5) *Social skills* atau kemampuan sosial, meliputi: mampu memengaruhi orang lain dengan cara yang tepat, mendengarkan secara terbuka dan menyampaikan pesan dengan jelas, mampu menyelesaikan konflik atau perbedaan pendapat, membimbing dan memberi semangat kepada orang lain, mengelola perubahan secara positif, menjaga hubungan yang saling menguntungkan, bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama, membangun kekompakan dalam kelompok.

3.4.3 Kisi-kisi Instrumen

Instrumen kecerdasan emosional dijelaskan lebih lanjut dalam kisi-kisi instrumen yang bertujuan untuk menyusun instrumen yang lebih utuh dan sistematis.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional (Sebelum Uji Coba)

No	Dimensi	Indikator	No. Item		Σ
			(+)	(-)	
1.	Kesadaran Diri (<i>self-awareness</i>)	Mampu mengenali emosi yang dirasakan	1, 3, 4, 5, 7, 10		10
		Mampu memahami dampak dari emosi yang dirasakan	2, 6, 8, 9		
2.	Pengaturan Diri (<i>self-regulation</i>)	Mampu mengelola emosi diri sendiri	14, 19, 20	12, 13, 15	10
		Mampu menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap perubahan	17	18	
		Mampu melepaskan diri dari perasaan negatif	11, 16		
3.	Motivasi Diri (<i>self-motivation</i>)	Berusaha mencapai hasil yang optimal	22, 23, 26		10
		Mampu bertindak tanggap untuk mencapai tujuan	24, 25, 28		
		Mampu konsisten dalam mengejar tujuan meskipun menghadapi hambatan	21, 29		
		Mampu bersikap optimis	27, 30		

No	Dimensi	Indikator	No. Item		Σ
			(+)	(-)	
4.	Empati (<i>Empathy</i>)	Mampu memahami perasaan dari sudut pandang orang lain	31, 35, 38, 39		10
		Peka terhadap kondisi emosional individu maupun kelompok	32, 33, 34		
		Mampu menghargai keberagaman individu	36, 37, 40		
5.	Kemampuan Sosial (<i>Social Skills</i>)	Mampu membina hubungan sosial yang positif	43, 44, 46, 50		10
		Mampu mengatasi konflik dengan orang lain	48, 49		
		Mampu berkomunikasi dengan lancar dalam interaksi sosial	41, 42, 45, 47		
Jumlah			46	4	50

3.4.4 Penimbangan Instrumen Penelitian

4) Uji Kelayakan oleh Ahli (*Expert Judgment*)

Uji kelayakan instrumen dilakukan untuk menilai dan mengukur validitas secara konseptual, termasuk pengujian konstruk, konten, dan kecocokan bahasa yang digunakan. Uji kelayakan dilaksanakan oleh dua Dosen dari Program Studi Bimbingan dan Konseling. Berdasarkan hasil uji kelayakan terhadap instrumen kecerdasan emosional, diperoleh kesimpulan bahwa tidak terdapat butir kuesioner yang dibuang, namun terdapat beberapa item yang perlu diperbaiki penggunaan kata.

5) Uji Keterbacaan

Instrumen ini melalui uji keterbacaan di setiap butir pernyataan terlebih dahulu sebelum digunakan untuk memperoleh data penelitian. Uji keterbacaan dilakukan kepada 5 murid kelas X di SMA Kartika XIX-2 Bandung. Uji keterbacaan bertujuan untuk mengetahui keterbacaan dan pemahaman murid terhadap instrumen dilihat dari struktur bahasa dan makna dari pernyataan. Jika terdapat butir pernyataan yang sulit dipahami maka akan direvisi agar dipahami. Hasil dari uji keterbacaan instrumen menunjukkan bahwa terdapat satu pernyataan

yang sulit dipahami yakni item nomor 15. Setelah dilakukan revisi, instrumen kecerdasan emosional dapat digunakan untuk pengambilan data penelitian.

3.4.5 Uji Validitas

Uji validitas instrumen dilakukan untuk mengukur kevalidan atau kesahihan instrumen yang digunakan dalam mengukur kecerdasan emosional. Pengujian ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap item dalam kuesioner benar-benar mencerminkan aspek-aspek kecerdasan emosional yang ingin diukur. Untuk menguji validitas instrumen, peneliti menerapkan metode *Spearman's rho* dengan bantuan aplikasi IBM SPSS versi 25. Hasil uji validitas diinterpretasikan berdasarkan kriteria koefisien yang dikemukakan oleh Sheperis et al. (2020) sebagai berikut.

Tabel 3.3 Kriteria Koefisien Validitas

Koefisien	Kriteria
>0.50	<i>Very High</i>
0.40 – 0.49	<i>High</i>
0.21 – 0.39	<i>Moderate/Acceptable</i>
<0.21	<i>Low/Unacceptable</i>

Hasil uji validitas instrumen menunjukkan bahwa dari total 50 item terdapat 4 item yang tidak memenuhi standar validitas, sementara 46 item lainnya dinyatakan valid sesuai dengan pedoman yang telah ditetapkan. Adapun detail hasil pengujian validitas disajikan pada Tabel 3.4.

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas

Nomor item	r hitung	p	Kesimpulan
1	0.456	0.000	Valid
2	0.463	0.000	Valid
3	0.384	0.000	Valid
4	0.573	0.000	Valid
5	0.373	0.000	Valid
6	0.440	0.000	Valid
7	0.483	0.000	Valid
8	0.441	0.000	Valid
9	0.261	0.000	Valid
10	0.431	0.000	Valid
11	0.289	0.000	Valid
12	-0.042	0.276	Tidak Valid
13	-0.052	0.233	Tidak Valid
14	0.326	0.000	Valid

Nomor item	r hitung	p	Kesimpulan
15	-0.032	0.326	Tidak Valid
16	0.485	0.000	Valid
17	0.285	0.000	Valid
18	-0.212	0.001	Tidak Valid
19	0.576	0.000	Valid
20	0.319	0.000	Valid
21	0.540	0.000	Valid
22	0.580	0.000	Valid
23	0.304	0.000	Valid
24	0.522	0.000	Valid
25	0.472	0.000	Valid
26	0.358	0.000	Valid
27	0.410	0.000	Valid
28	0.513	0.000	Valid
29	0.489	0.000	Valid
30	0.526	0.000	Valid
31	0.604	0.000	Valid
32	0.377	0.000	Valid
33	0.537	0.000	Valid
34	0.585	0.000	Valid
35	0.454	0.000	Valid
36	0.491	0.000	Valid
37	0.379	0.000	Valid
38	0.439	0.000	Valid
39	0.589	0.000	Valid
40	0.353	0.000	Valid
41	0.506	0.000	Valid
42	0.507	0.000	Valid
43	0.467	0.000	Valid
44	0.472	0.000	Valid
45	0.463	0.000	Valid
46	0.416	0.000	Valid
47	0.450	0.000	Valid
48	0.234	0.000	Valid
49	0.582	0.000	Valid
50	0.616	0.000	Valid

Setelah uji validitas instrumen, selanjutnya disusun dan disesuaikan kembali kisi-kisi instrumen final berdasarkan butir-butir pernyataan yang dinyatakan valid. Berikut disajikan kisi-kisi instrumen setelah uji validitas pada Tabel 3.5.

Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Kecerdasan Emosional (Setelah Uji Coba)

No	Dimensi	Indikator	No. Item		Σ
			(+)	(-)	
1.	Kesadaran Diri (<i>self-awareness</i>)	Mengenali emosi yang dirasakan	1, 3, 4, 5, 7, 10		10
		Memahami dampak dari emosi yang dirasakan	2, 6, 8, 9		
2.	Pengaturan Diri (<i>self-regulation</i>)	Mengelola emosi diri sendiri	14, 19, 20		6
		Menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap perubahan	17		
		Melepaskan diri dari perasaan negatif	11, 16		
3.	Motivasi Diri (<i>self-motivation</i>)	Berusaha mencapai hasil yang optimal	22, 23, 26		10
		Bertindak tanggap untuk mencapai tujuan	24, 25, 28		
		Konsisten dalam mengejar tujuan meskipun menghadapi hambatan	21, 29		
		Bersikap optimis	27, 30		
4.	Empati (<i>Empathy</i>)	Memahami perasaan dari sudut pandang orang lain	31, 35, 38, 39		10
		Peka terhadap kondisi emosional individu maupun kelompok	32, 33, 34		
		Menghargai keberagaman individu	36, 37, 40		
5.	Kemampuan Sosial (<i>Social Skills</i>)	Membina hubungan sosial yang positif	43, 44, 46, 50		10
		Mengatasi konflik dengan orang lain	48, 49		
		Berkomunikasi dengan lancar dalam interaksi sosial	41, 42, 45, 47		
Jumlah			46	0	46

3.4.6 Uji Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada seberapa konsisten dan stabil hasil suatu instrumen jika digunakan berulang kali. Dengan kata lain, meskipun dilakukan berkali-kali dalam waktu berbeda akan menghasilkan informasi yang sama. Dalam menentukan reliabilitas instrumen, peneliti menggunakan metode *Split-Half* dengan rumus

Spearman-Brown melalui aplikasi IBM SPSS versi 25. Hasil uji reliabilitas diinterpretasikan berdasarkan kriteria koefisien yang dikemukakan oleh Sheperis et al. (2020) sebagai berikut.

Tabel 3.6 Kriteria Koefisien Reliabilitas

Skor	Kriteria
>0.90	<i>Very High</i>
0.80 – 0.89	<i>High</i>
0.70 – 0.79	<i>Acceptable</i>
0.60 – 0.69	<i>Moderate/Acceptable</i>
<0.59	<i>Low/Unacceptable</i>

Berdasarkan uji reliabilitas yang telah dilakukan, diketahui skor koefisien reliabilitas (*spearman-brown coefficient equal length*) sebesar 0.870. Skor tersebut termasuk dalam kategori *high* atau tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen ini memiliki konsistensi dan stabilitas yang baik.

3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir.

- 1) Tahap persiapan, meliputi: (1) melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Bandung sehingga melahirkan data awal; (2) merumuskan masalah dan tujuan penelitian; (3) menyusun proposal penelitian.
- 2) Tahap pelaksanaan: (1) menentukan dan mengadaptasi instrumen penelitian; (2) melakukan uji kelayakan oleh ahli (*expert judgment*), uji keterbacaan, dan uji empiris instrumen; (3) mengajukan permohonan izin penelitian; (4) mengumpulkan data melalui instrumen kecerdasan emosional yang dibagikan melalui *Google Form*; (5) mengolah dan menganalisis data
- 3) Tahap akhir, yaitu mendeskripsikan kesimpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian.

3.6 Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk menjawab tiga pertanyaan penelitian, yaitu mendeskripsikan gambaran kecerdasan emosional murid secara umum, gambaran berdasarkan setiap dimensi, serta menyusun layanan dasar bidang pribadi-sosial

sebagai upaya tindak lanjut. Pertama, analisis untuk memperoleh gambaran kecerdasan emosional secara umum dilakukan melalui verifikasi data hasil pengisian angket pada *Google Form*, kemudian dipindahkan ke *Microsoft Excel* untuk dilakukan penyekoran. Skor setiap murid dijumlahkan sehingga diperoleh total skor dan selanjutnya dikategorisasikan. Kedua, item instrumen dikelompokkan berdasarkan dimensi kecerdasan emosional, kemudian dihitung skor setiap murid pada masing-masing dimensi dan dikategorisasikan sehingga diperoleh gambaran yang lebih rinci per dimensi. Ketiga, hasil analisis per dimensi dijadikan dasar dalam merumuskan kebutuhan layanan, tujuan, hingga evaluasi, yang kemudian dituangkan ke dalam Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL). Secara keseluruhan, analisis data kuantitatif dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu verifikasi data, penyekoran data, dan kategorisasi data yang akan dijelaskan secara rinci berikut ini.

3.6.1 Verifikasi Data

Peneliti melakukan pemeriksaan terhadap hasil pengisian kuesioner guna memastikan kelengkapan dan kesesuaian data dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Verifikasi bertujuan untuk menyeleksi data yang dianggap layak untuk digunakan.

3.6.2 Penyekoran Data

Pengukuran kecerdasan emosional menggunakan Skala Likert 1 sampai 5. Instrumen ini menggunakan lima pilihan jawaban, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Cukup Sesuai (CS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Responden diminta memberikan penilaian terhadap setiap pernyataan dalam instrumen berdasarkan tingkat kesesuaian dengan dirinya. Skor untuk setiap alternatif jawaban disajikan dalam Tabel 3.7.

Tabel 3.7 Penyekoran Data

Pilihan Jawaban	Skor <i>Favourable</i>
Sangat Tidak Sesuai	1
Tidak Sesuai	2
Cukup Sesuai	3
Sesuai	4
Sangat Sesuai	5

3.6.3 Kategorisasi Data

Tingkat kecerdasan emosional diklasifikasikan ke dalam tiga kategori berdasarkan *Leadership Toolkit EI Questionnaire* oleh NHS London, yaitu *strength* (kuat), *needs attention* (perlu perhatian), dan *development priority* (prioritas pengembangan). Adapun penghitungan rentang skor dilakukan dengan menggunakan rumus berikut:

$$\begin{aligned}\text{Rentang skor} &= \frac{X_{\max} - X_{\min}}{\text{jumlah kategori}} \\ &= \frac{230 - 46}{3} \\ &= 61.33 \text{ (dibulatkan menjadi 61)}\end{aligned}$$

Keterangan:

Rentang = selisih antar batas kategori

$X_{\max}$ = Skor item maksimal

$X_{\min}$ = Skor item minimal

Jumlah kategori = Banyaknya kategori

Berdasarkan hasil perhitungan rentang skor yang telah dilakukan, maka kategori kecerdasan emosional dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 3.8 Rentang Skor Kategori

Kategori	Skor
<i>Strength</i>	169-230
<i>Needs attention</i>	108-168
<i>Development priority</i>	46-107